



## COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

MENDES, Marisa Ferreira. Movimento. In: VOLPI, José Henrique; VOLPI, Sandra Mara (Org.). **Anais**. 14º CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS. Curitiba/PR. Centro Reichiano, 2009. CD-ROM. [ISBN – 978-85-87691-16-3]. Acesso em: \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_.

---

## MOVIMENTE

Marisa Ferreira Mendes

### RESUMO

As práticas corporais vão além dos consultórios de psicologia e como tal permitem que muitos e novos corpos sejam transformados. Para profissional Psi a experimentação e o conhecimento sobre o próprio corpo é de importância tão fundamental quanto o seu processo psicoterápico, uma vez que ao entrarem em contato com os seus pacientes, precisariam poder habitar com propriedade os seus próprios corpos. Esse trabalho busca oferecer uma experiência de contato com o corpo através do movimento a partir da metodologia aplicada na Faculdade Escola Angel Vianna.

Palavras-chave: Angel Vianna. Corpo. Movimento. Psicanálise. Psicoterapia.

---

### CORPO DO TRABALHO

*Devemos começar sentindo para depois saber.*  
(Angel Vianna, in Resende, 2008, p.16)

A clínica, em todas as suas possibilidades, sofre com os questionamentos da atualidade que a todo o momento cobra resultados e desempenhos. Talvez por esse motivo, possamos identificar inúmeros trabalhos que se propõe a atuar como terapêuticos em diversas áreas de conhecimento. Dentre esses alguns recebem reconhecimento e outros não.

Nas práticas corporais há alguns anos a Escola Angel Vianna vem sendo reconhecida como um pólo de atuação e discussão sobre o corpo. A partir do trabalho realizado por seus precursores Angel e Klauss Vianna que a partir da década de 50 iniciaram uma nova forma de ensino da dança mais tarde estendida a trabalhos de consciência e expressão corporal e a atuação de profissionais de diferentes áreas até os dias atuais.

Ao longo dos anos o trabalho de Angel e Klauss Vianna vem sendo documentado e gerado novos frutos através daqueles que tiveram a



## COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

MENDES, Marisa Ferreira. Movimento. In: VOLPI, José Henrique; VOLPI, Sandra Mara (Org.). **Anais**. 14º CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS. Curitiba/PR. Centro Reichiano, 2009. CD-ROM. [ISBN – 978-85-87691-16-3]. Acesso em: \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_.

---

oportunidade de estar com eles. Por muito tempo, a forma peculiar de trabalhar desses profissionais só pode ser apreendida através da prática.

Imbassaí (2006), baseada em seu trabalho com Angel Vianna, ao referir-se sobre o objetivo da Conscientização Corporal, aponta o trabalho sobre o corpo como uma possibilidade de escape para o rompimento do muro de mecanicidade que nos separa de nós mesmos e do(s) outro(s), a que ela chama dessensibilização.

De acordo com Imbassaí (2006), a dessensibilização pode ser entendida como um fenômeno que vem atingindo, de forma significativa, o indivíduo nas sociedades contemporâneas urbanas e pode ser compreendido como uma atrofia da faculdade senso-perceptiva, com a conseqüente mecanização do indivíduo (Imbassaí, 2006 - p.39)

Recentemente o método de trabalho de Angel Vianna foi cuidadosamente documentado através da dissertação de mestrado de uma de suas alunas, a psicóloga Catarina Resende, no Instituto de Saúde Coletiva da UFRJ/RJ. Resende (2008) passa então a se referir ao trabalho de Angel Vianna como Método Angel Vianna de Conscientização do Movimento. É importante observar, que embora o trabalho de Angel e Klauss venha sendo discutido e apresentado por outros autores, somente no texto de Resende (ops cit) pode-se encontrar uma proposta de sistematização do método. Embora essa sistematização seja aparentemente contrária a idéia de não sistematizar pregada pela própria prática e por seus desenvolvedores, o texto oferece aqueles que buscam um referencial por onde se basear academicamente, um porto seguro para a discussão. O texto de Resende servirá aqui como referencial para o nosso trabalho. Porém, é importante ressaltar como faz a própria autora e a própria Angel Vianna que o trabalho sobre o corpo se faz sobre o corpo.

De acordo com Resende (2008), a Conscientização do Movimento é uma prática corporal desenvolvida a partir do trabalho da bailarina e educadora Angel Vianna e seu marido Klauss Vianna considerando o corpo na sua



## COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

MENDES, Marisa Ferreira. Movimento. In: VOLPI, José Henrique; VOLPI, Sandra Mara (Org.). **Anais**. 14º CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS. Curitiba/PR. Centro Reichiano, 2009. CD-ROM. [ISBN – 978-85-87691-16-3]. Acesso em: \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_.

---

singularidade, e respeitando a complexidade anatômica e cinética de cada um, tendo representado uma reforma no ensino da dança no Brasil. Ao longo dos anos o modo original e autêntico de lidar com o corpo direcionou a Conscientização do Movimento para uma utilidade não só pedagógica e artística, mas também terapêutica.

A proposta do trabalho de Conscientização do Movimento é o desenvolvimento de um conhecimento fundamentalmente experiencial do corpo que deve ser conquistado através da escuta do corpo e da pesquisa do movimento, conciliando num mesmo plano a consciência corporal e a dança. É, segundo a autora, estar em contato com uma filosofia de movimento como expressão de vida e vida como expressão de movimento.

No método de conscientização do movimento de Angel Vianna, de acordo com Resende (ops cit) primeiramente é preciso sensibilizar, desbloquear o corpo, proporcionar uma desconstrução dos padrões sensório motores. Num segundo momento, o trabalho sobre as direções ósseas e as qualidades dos movimentos para a expressão preparam o corpo para a última etapa a ser vivenciada, o processo criativo.

Também o processo terapêutico pode ser compreendido como um processo criativo. Reis (2004), ao falar do trabalho do analista nos lembra que dele se espera uma atenção flutuante, aberta para as lacunas da fala e para as interferências do corpo. Lembrando Freud, enfatiza que o que forma o psicanalista é fundamentalmente a experiência de sua análise pessoal, ao permitir que esse reconheça algo de si no sintoma de seus pacientes, desenvolvendo assim a capacidade de *sentir com*, apontada por Ferenczi como uma conquista da experiência de análise do analista.

As impressões sensíveis que interessam à análise são precisas como o sonar do voo cego dos morcegos ou o corpo real do bebê, sintoniza com o corpo da mãe por meio das “fluências modais cruzadas” dos afetos de vitalidade. A consciência produz sobre essa matéria perceptiva uma espécie de embaralhamento de conexões, em se entremeiam muitos outros sentidos que fazem com que as impressões sejam submersas pela significação (Reis, 2004, p.120-121)



## COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

MENDES, Marisa Ferreira. Movimento. In: VOLPI, José Henrique; VOLPI, Sandra Mara (Org.). **Anais**. 14º CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS. Curitiba/PR. Centro Reichiano, 2009. CD-ROM. [ISBN – 978-85-87691-16-3]. Acesso em: \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_.

---

Embora nem todos os processo terapêuticos levem em conta o fenômeno transferencial, para nós esse deverá ser considerado e estar presente mesmo nos trabalhos corporais. Nesse sentido, o texto de Reis (2004), que compreende a transferência, como um processo criador, que ocorre a partir da presença real e corporal desse, e que se dá também através do corpo do analista, nos é de fundamental importância para compreendermos a necessidade de trabalho corporal desse profissional. Para a autora, o analista:

... empresta pacientemente seu corpo, dando tempo ao analisando para que possa ir além da repetição e trazer para o espaço analítico fragmentos inexistentes de sua história. Nesse sentido, a transferência, mais que algo a ser interpretado à luz do passado, concebe-se como um processo criador. (p.114)

Reis (2004) entende o perceber, ato intrincado ao papel de terapeuta e ao processo transferencial, não é um ato neutro, e sim, um investimento em forças e afetos. Perceber se dá através do nosso corpo real, através de agenciamentos de espaços de desejo, e possibilita a criação de canais de sintonia dos fluxos de forças que se encontram congestionados no paciente.

Dessa forma, defende a autora, o corpo percebido é expressivo, transmite imediatamente afetos e movimentos subjetivos, e cria uma conexão afetivo-cognitiva entre dois corpos, duas subjetividades.

Citando o texto de Latour (1996), Reis, (ops cit – p.102) afirma que uma relação de cura, é uma fabricação de subjetividade, uma dobra no tempo e no espaço subjetivo, cuja potencia de metamorfose se faz com violência e intensidade.

Acreditando ser o Método Angel Vianna de Conscientização do Movimento um caminho para o desenvolvimento de formas de percepções mais apuradas que possibilitem um maior desenvolvimento do profissional psi, podemos resumir os estágios do processo de conscientização do movimento, de acordo com Resende (2008) como:



## COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

MENDES, Marisa Ferreira. Movimento. In: VOLPI, José Henrique; VOLPI, Sandra Mara (Org.). **Anais**. 14º CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS. Curitiba/PR. Centro Reichiano, 2009. CD-ROM. [ISBN – 978-85-87691-16-3]. Acesso em: \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_.

---

### 1. Processo de Sensibilização:

O Processo de Sensibilização se caracteriza por ser o momento de acordar o corpo, espreguiçamentos, conscientização. Passagem de um estado de tensão para um estado de atenção. Talvez aqui, o grande diferencial dessa escola, que acredita que antes de iniciar qualquer trabalho o corpo precisa ser convidado e se fazer presente.

Para Resende (2008), é a etapa mais elementar e ao mesmo tempo a mais complexa, pois é a partir dela que todo o resto pode ter continuidade e geralmente toma maior parte no processo global de conscientização corporal. Citando a própria Angel, ressalta que despertar as sensações é mais importante que o trabalho em si, porque são elas que tornam o trabalho corporal possível.

### 2. Consciência do Movimento em Si

Pesquisa com os centros geradores do movimento (cintura pélvica, cintura escapular, cintura cervical - cabeça e pescoço), buscando todas as suas formas e potencialidades, é a busca por uma percepção mais apurada dos movimentos que possibilitam novas organizações funcionais do corpo.

Micromovimentos, enfoque nas articulações e nos apoios, relação partes-todo, movimentos de oposições entre um centro e outro, movimentos de expansão e recolhimento, ou torções. Esses, entre outros representam as pesquisas possíveis de serem feitas nesse momento. (Resende, 2008 p. 153-155)

### 3. Relação Corpo-Espaço

Trata-se aqui de ampliar a consciência do espaço, do tempo e da qualidade de estímulos recebidos, a intensidade dos objetos, pessoas e do ambiente que nos cercam, nos três níveis do espaço deitados, sentados, de pé.

Mendes (2007), ao descrever seu trabalho de movimento anti-estresse a partir da Conscientização do Movimento em população idosa, se refere a esse



## COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

MENDES, Marisa Ferreira. Movimento. In: VOLPI, José Henrique; VOLPI, Sandra Mara (Org.). **Anais**. 14º CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS. Curitiba/PR. Centro Reichiano, 2009. CD-ROM. [ISBN – 978-85-87691-16-3]. Acesso em: \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_.

---

momento como um movimento de pesquisa sobre si mesmo em relação como o outro e em relação com o mundo.

Ao final do Processo de Sensibilização, o indivíduo já se sente mais autônomo em relação à sua movimentação, com maior liberdade nas suas ações. Com o desenvolvimento da capacidade sensoperceptiva, ele já pode registrar conscientemente as sensações de um corpo presente. Na dimensão terapêutica, ele já dispõe de meios para começar a atuar ativamente na reorganização das alterações sofridas pelo mau uso do corpo ou mesmo no seu processo de reabilitação. Dessa forma, entendemos que ampliar a capacidade sensorial do corpo é atuar diretamente sobre as possibilidades de expressão desse corpo. (Resende, 2008, p.154)

#### 4. Processo de expressão

Expressão pode ser compreendida como a soma da sensação e do movimento.

Quando o indivíduo se torna capaz de reconhecer as sensações do seu corpo e direcionar os seus vetores de força, ele dispõe de um instrumental próprio para novas organizações corporais e um repertório maior de qualidades de movimentos, que possam se adaptar às do meio. Neste estágio desenvolvemos principalmente o sentido cinestésico, uma espécie de percepção que coloca corpo e mente integrados no movimento, a serviço de uma melhor capacidade de expressão. (Resende, 2008, p.161)

Para Resende (2008), o método Angel Vianna de Conscientização do Movimento, pode ser entendido como uma prática corporal benéfica para qualquer pessoa que queira através da sensibilização e expressão dos movimentos do corpo conquistar maior sensação de liberdade e bem-estar pela melhoria da coordenação motora, respiração, circulação, condições posturais. (Resende, p. 172)

Mendes (2007), demonstrou como através da experiência com o trabalhos de conscientização do movimento é possível trabalhar para a redução do estresse e aumento da qualidade de vida e do prazer em população idosa, estando de acordo com o que se preconiza ser uma das possibilidades de utilização do método de Conscientização do Movimento de Angel Vianna, demonstrando como esse método pode estar em coerência com os objetivos públicos para essa população, e corroborando a afirmativa de



## COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

MENDES, Marisa Ferreira. Movimento. In: VOLPI, José Henrique; VOLPI, Sandra Mara (Org.). **Anais**. 14º CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS. Curitiba/PR. Centro Reichiano, 2009. CD-ROM. [ISBN – 978-85-87691-16-3]. Acesso em: \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_.

---

Resende (ops cit) que entende esse método como uma potente terapia corporal alternativa e complementar para quem busca maior funcionalidade corporal, ou o resgate do prazer na experiência de viver.

A prática psicoterápica se constitui de forma diferenciada através da clínica e seus analisandos, em um processo onde o tratamento é o próprio meio de investigação e controle das hipóteses e que incluem fluxos afetivos que circulam analisando e analista (Reis 2004, p.37). Por esse motivo acreditamos que preparo do profissional psi se faz necessário não apenas através de sua aprendizagem teórica e de sua análise pessoal defendido até então, mas também pela sensibilização de seu corpo e de suas percepções.

Profissionais de saúde necessitam desenvolver condições pessoais para exercerem suas atividades. Profissionais de saúde mental, especialmente psicólogos e psicanalistas, quando envolvidos no fenômeno transferencial, são chamados a interagir com todo o seu corpo e não apenas com seus conhecimentos teóricos e técnicos.

O método Angel Vianna de Conscientização do Movimento oferece a oportunidade de desenvolvimento criativo e expressivo através da pesquisa com o próprio corpo com o movimento e com o corpo do outro, desenvolvendo em seus praticantes uma maior capacidade de percepção e expressão corporal, além de demonstrar reduzir o estresse.

Acreditamos que o desenvolvimento dessas capacidades e a manutenção de bons níveis de estresse no organismo oferecem a todos, e principalmente aos profissionais psis, condições favoráveis para desenvolverem seus trabalhos, uma vez que proporciona abertura de campos de percepção de si mesmo e do outro que repercutem favoravelmente na prática clínica. Por esse motivo merece ser experimentado por esses profissionais.

## REFERÊNCIAS



## COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

MENDES, Marisa Ferreira. Movimento. In: VOLPI, José Henrique; VOLPI, Sandra Mara (Org.). **Anais**. 14º CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS. Curitiba/PR. Centro Reichiano, 2009. CD-ROM. [ISBN – 978-85-87691-16-3]. Acesso em: \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_.

---

IMBASSAÍ, Maria Helena. Sensibilidade no cotidiano: Conscientização Corporal. Rio de Janeiro: Editora Uapê, 2006.

MENDES, Marisa. Movimentos anti-estresse: a vida na terceira idade. (In) ENCONTRO PARANAENSE, CONGRESSO BRASILEIRO, CONVENÇÃO BRASIL/LATINO-AMÉRICA, XIII,VIII,II, 2008. Anais. Curitiba: Centro Reichiano, 2008

REIS, Eliana Schueler. De corpos e afetos: transferências e clínica psicanalítica. Rio de Janeiro: Editora Contra Capa, 2004.

RESENDE, Catarina Mendes. Saúde e corpo em movimento. Contribuições para uma formalização teórica e prática do método Angel Vianna de Conscientização do Movimento como um instrumento terapêutico. Dissertação de Mestrado. Rio de Janeiro: UFRJ/Instituto de Estudos em Ciências Coletivas: dissertação de mestrado, 2008

## AUTORA

Marisa Ferreira Mendes/RJ - Mestre em Psicologia (UGF), Psicóloga (UGF), Especialista em Psicologia Clínica (CRP/RJ), Especialista em Movimento e Processos de Subjetivação (Escola Angel Vianna), Terapeuta Reichiana (CEREICH).

Email: [mmendesrj@hotmail.com](mailto:mmendesrj@hotmail.com)