

## INTRODUÇÃO

Esta pesquisa tem o intuito de analisar como a alteração da imagem corporal influencia na repadronização de movimento na adolescência. O corpo é compreendido como um sistema integrado (DAMÁSIO, 1996) implicado com o ambiente, em um processo coevolutivo de constante troca de informações. Damásio (1996, p. 113) afirma que “o cérebro e o corpo encontram-se indissociavelmente integrados por circuitos bioquímicos e neurais recíprocos dirigidos um para o outro”. O corpo é um local que, ao mesmo tempo materializa, processa, produz e transmite informação. Sendo assim, assumimos que o corpo está implicado com o ambiente e que esta relação de implicação modificará a ambos.

Entende-se que a imagem interiorizada é refletida através de movimento na linguagem da dança, a qual possibilita na vivência corporal a expressão dos sentimentos dos praticantes. Com isso, as trocas de informações que o sujeito realiza com seu meio geram modificações na imagem internalizada, aqui compreendida como imagem corporal.

Paul Schilder afirma que "... entende-se por imagem do corpo humano a figuração de nossos corpos formada em nossa mente, ou seja, o modo pelo qual o corpo se apresenta para nós" (SCHILDER, 1994, p. 11). Sendo a imagem tridimensional que cada pessoa tem de si, não se tratando apenas de uma sensação ou imaginação, mas, “indica também que, embora nos tenha chegado através dos sentidos, não se trata de uma mera percepção. Existem figurações e representações mentais envolvidas, mas não é uma mera representação”. (SCHILDER, 1994, p. 11)

Vale ressaltar que a elaboração da imagem corporal de cada sujeito é influenciada pelo interesse e atenção dado pelas pessoas que o cercam, no qual as trocas de informações nas relações sociais são parte integrante no processo de estruturação da imagem corporal. Como somos seres sociais, a formação do sujeito é feita em conjunto com os sujeitos que o circundam, contribuindo e influenciando na elaboração da imagem corporal, que vai além dos limites do próprio corpo, na qual "é um fenômeno social" (SCHILDER, 1994, p.189).

É importante que o adolescente perceba seu corpo, antes mesmo de desenvolver uma composição de movimento de dança. A partir da busca pela consciência corporal, o sujeito inicia uma investigação no seu próprio corpo, que permite conhecer suas limitações e suas possibilidades, tornando-se ativo na

construção da sua imagem corporal, experienciando movimentações que ampliam sua comunicação com o outro.

A consciência corporal será abordada nesse trabalho por meio do estudo da reorganização corporal a partir da Análise de Movimento proposta por Rudolf Laban (1879 – 1958). Este pesquisador austríaco, coreógrafo e dançarino, desenvolveu uma forma de dança expressionista, em que o principal objetivo era a expressão das emoções e o movimento criativo, trabalhando com a forma natural das pessoas se movimentarem. Ele estudou e sistematizou a linguagem do movimento em seus diversos aspectos: criação, notação, apreciação e educação. Seus trabalhos eram baseados na pesquisa sobre os elementos que constituem o movimento e a sua utilização, enfatizando os aspectos psíquicos e fisiológicos que levam o ser humano ao movimento, ou o bloqueiam de realiza-lo. Foi através do seu sistema de Análise do Movimento que se iniciou a prática e a pesquisa da dança em contextos educativos e terapêuticos.

A análise de movimento juntamente com os fatores de movimento (que são componentes identificados como Fluência, Espaço, Peso e Tempo, observados nas atitudes corporais do movimento), propostas por Laban, são um meio para acessar esse lugar da exploração e da descoberta dos movimentos no próprio corpo. Elas possibilitam a ampliação do vocabulário de movimentos, complementando os movimentos habituais e cotidianos do adolescente, revelando os diversos caminhos corporais para alcançar o objetivo e a intenção do movimento, chegando assim à repadronização de movimento.

Nesse processo de aprendizagem são considerados os sentimentos e as vivências de cada indivíduo, sendo um trabalho que admite as especificidades de cada corpo, trabalhando nas suas potencialidades, no empoderamento, fortalecendo sua autoestima. Laban valoriza os movimentos do cotidiano e o sujeito comum (que não precisa estar ligado a dança ou a trabalhos de consciência corporal), favorecendo um maior alcance das subjetividades e mergulho em si na investigação do próprio corpo.

Entende-se que para ampliar o conhecimento sobre o corpo é necessário destacar a importância da emoção como conceito de expansão deste corpo, que integra o complexo processo de reconstrução do ser por meio do fazer expressivo. A partir do referencial teórico de Wallon, a emoção é entendida como a síntese das experiências vividas entre o orgânico e o social. Com isso, é reforçada a importância

da inserção cultural no desenvolvimento do sujeito. Na perspectiva Walloniana, para haver aprendizagem é necessário o vínculo afetivo, sendo um investimento do sujeito aprendiz que progride conforme a qualidade emocional que estabelece com seus educadores.

Dessa forma, fundamentados nesses autores citados, serão apresentadas teorias e relatos de experiência nos tópicos desta pesquisa, com o intuito de analisar como a dança pode ser utilizada além da questão motora, mas, como elemento psicomotor, artístico e estético que permita a ampliação do trabalho no que tange o estímulo ao prazer, à diminuição do sofrimento e ao trabalho da criatividade. Além de, estudar outras possibilidades de trabalhar dentro da escola, fundamentadas no entendimento do educando como um sujeito imbricado com emoções.

No primeiro tópico serão apresentados os embasamentos teóricos sobre imagem corporal na adolescência, e a influência das emoções e do afeto na transformação da imagem corporal e consequências na aprendizagem.

No segundo tópico, serão abordadas as propostas da teoria de Laban sobre Análise de Movimento, suas reverberações na construção da consciência corporal e as possibilidades da repadronização de movimento.

No terceiro tópico, apresentaremos o relato de experiência vivido com adolescentes em uma escola de ensino médio na cidade de Salvador-Ba.

A relevância dessa pesquisa se faz ao aliar a arte e a psicomotricidade no processo de reestruturação da imagem corporal de adolescentes, potencializando a relação afetiva no processo de aprendizagem, bem como, ao sugerir outras formas de reconstrução e ampliação do corpo nesse processo. Além disso, poderá auxiliar outras pesquisas como referencial teórico para profissionais que desenvolvam trabalhos com o tema da imagem corporal de adolescentes, enfatizando a importância do afeto, da psicomotricidade e da dança no desenvolvimento do aprendiz.

## 1 LUGARES INTERNOS - IMAGEM CORPORAL NA ADOLESCÊNCIA

A adolescência é uma etapa da vida em que o indivíduo se encontra em plena transformação fisiológica e psicológica. Devido à influência dos hormônios, são demandadas mudanças no corpo, que geram um esforço de readaptação diante de si próprio e dos outros, a sexualidade deixa de ser autoerótica, indo de encontro com o corpo do outro.

São vivenciadas novas condições de relações sociais, podendo em alguns casos haver a exclusão do saber e do convívio ao adolescente, como também, são admitidas outras responsabilidades influenciadas pelo desejo de autonomia e de individualização. Inicia-se a busca pela escolha profissional e a necessidade de emprego, somado a isso, as experiências sexuais, entre outros, que causam modificações na maneira como esse sujeito se relaciona com seu meio.

Com isso, se faz necessário reposicionar a antiga imagem corporal infantil, sendo indispensável buscar novas referências para sua imagem corporal em transição para a vida adulta. Essa fase é composta de transformações e descobertas, grandemente influenciada por um passado que não atende mais às atuais demandas e um futuro que ainda não está constituído, sendo mudanças que conduzem para a perda da identidade de criança e promovem a busca de uma nova identidade.

A imagem corporal é construída durante as experiências de cada indivíduo, intimamente ligada com o campo emocional e libidinal, que desde a infância é mediada pela conexão do indivíduo com o mundo e consigo, na exploração das sensações e exploração do próprio corpo. Como o sujeito está em constante troca de informações com o seu meio, admitindo novas marcas e modificando sua maneira de enxergar a si e ao mundo, Paul Schilder (1994) destaca o potencial de reconstrução e de reestruturação da imagem corporal, devido a sua labilidade e fluidez.

O bebê quando nasce não tem noção do que seja seu próprio corpo, sem assimilar a separação com o corpo do Outro (Termo que significa o Grande Outro Primordial no campo psicanalítico Lacaniano). O Outro é um lugar psíquico no qual a mãe ou quem a represente ocupa, e que inscreve marcas no bebê, para a formação desse sujeito. Conforme Winnicott, quando olha para o rosto da mãe, “o bebê vê ele mesmo”. Da mesma forma, o bebê também não consegue distinguir a diferenciação

do seu corpo com o mundo que o cerca, acreditando que faz parte de um mesmo corpo dele. Com o passar do tempo o bebê começa a entender a separação do seu corpo e o corpo da mãe, e que quando olha para o Outro o que vê é o rosto do Outro. A noção do dentro e fora do corpo são formados no decorrer da relação com os pais a partir do toque, que vai inscrever simbolicamente no corpo do bebê, humanizando-o. Dessa inscrição simbólica nasce o sujeito, que deixa de ser puramente motor, para tornar-se corpo que fala, que expressa, que comunica algo. Nessa lógica, conforme Fonseca (1995) o movimento passa a ser entendido fundamentado no campo sociocultural, dependente do contexto histórico e dialético, sendo um elemento básico da reflexão humana, no qual são consideradas as subjetividades do sujeito.

Esse processo do início da vida é marcado pela alienação do bebê no desejo dos pais, principalmente da mãe, no qual ele é inscrito em significantes que preexistem a seu nascimento, que já pertenciam ao imaginário dos pais. Sendo necessário por parte dos pais “um investimento libidinal do corpo do filho, enquanto corpo de outro ser distinto do corpo materno” (WAELEHNS, 1972, p. 52), pois, para que se constitua um eu, que de início é corporal, é necessária a relação que vá além das sensações corporais como tato, visão, dor, sinestesia, etc. Ou seja, é preciso a introdução da linguagem, na qual a palavra promove inscrições no corpo. O que é falado dessa criança, e para ela, é inscrito em seu corpo, sendo incorporado e gerando marcas. São significantes referenciais que na adolescência são revisitados.

A linguagem produz efeitos sobre o corpo, e o ouvir faz parte da palavra, pois a palavra quando escutada também realiza efeitos sobre o corpo. A linguagem é entendida como processo no qual se entrelaçam a rede de significantes (Outro) e corpo pulsional, marcando a corporeidade da criança.

Progressivamente a criança começa a compreender as bordas do seu corpo, que se inicia entre o sexto e décimo oitavo mês de vida, que se caracteriza, sobretudo pela imagem no espelho. O primeiro autor a falar sobre estágio do espelho foi o neurologista francês Henri Wallon em 1934, que é considerado um dos fundadores da psicomotricidade. Complementando a ideia, Lacan (1949), acrescentou-lhe uma visão psicanalítica. Os dois autores concordam que a criança começa a criar sua imagem corporal ainda na fase que não anda e nem fala.

Este período da descoberta do corpo próprio frente o espelho mostra uma evolução marcante na constituição do eu (e do sujeito). É um momento de tensão

entre a identificação e a projeção. O estágio do espelho permite também especificar o momento original no qual, a partir da imagem corporal, a criança estabelece uma diferença entre o seu corpo e o mundo exterior. Nesse período em que se conhece e se distingue da mãe, a criança descobre também um terceiro que desvia o olhar da mãe – figura paterna, o outro como diferente e que introduz a lei simbólica. A criança nesta fase adquire uma representação simbólica que lhe permite suportar a ausência da mãe.

Assim, conforme Lacan, o corpo pode ser pensado e estudado a partir de sua concepção dos três registros fundamentais: do ponto de vista do Imaginário, do Simbólico, e do Real. Reforçando o conceito da corporeidade, afirmando que o corpo não se reduz ao campo da Biologia.

Para entender o corpo do ponto de vista do Imaginário é necessário considerar a forma como a imagem do próprio corpo a partir do outro marca a construção da imagem corporal assumida pelo sujeito. Já do ponto de vista do Simbólico, o corpo é compreendido pela relação que se estabelece entre fala-linguagem-corpo. Pela perspectiva do Real, o corpo seria sinônimo de gozo, definido não como organismo, mas como “pura energia psíquica, da qual o corpo orgânico seria apenas a caixa de ressonância” (NASIO, 1993, p. 37).

O bebê percebe as extremidades do seu corpo que entram no campo de sua visão, como seus pés, mãos, braços, pernas, até mesmo seu tronco, mas quando se olha no espelho pode enfim ver seu rosto. Com isso, num primeiro momento a criança ao olhar-se no espelho vê o rosto de um outro, não se reconhecendo, mas que com o tempo ela compreende que a imagem refletida é sua, criando assim um jogo de alternância eu-outro.

Essas descobertas do próprio corpo na fase do espelho marcam uma evolução na constituição do eu sujeito, sendo um período de diferenciação entre a identificação e a projeção. Com isso, da identificação imaginária surge o nascimento do simbólico, no qual a criança começa a utilizar o pronome eu, com o estabelecimento da linguagem com particularidades de sua cultura. Naturalmente, o eu vivencia modificações ao longo do tempo de existência de cada sujeito, como dito anteriormente, proporcionando transformações na sua imagem corporal, e na maneira de se relacionar com si próprio e com tudo que o rodeia.

Wallon afirma que o ser humano é uma síntese entre o ser orgânico e o ser social, e que o ser biológico vai aos poucos dando espaço ao ser social. A inserção

cultural, portanto, é determinante para o pleno desenvolvimento da criança. Com isso, entende-se que o sujeito é formado de maneira progressiva, descontínua e assimétrica, alterando entre estados emocionais e cognitivos. Em todas as fases do desenvolvimento o movimento se faz presente, sendo um dos meios de expressão da inteligência do indivíduo, revelando a forma, os domínios e a organização dos pensamentos. As experimentações dos movimentos realizadas pelas crianças iniciam-se sob o domínio do orgânico e gradativamente vai sendo modulado para conseguirem adequar no âmbito do desejo, sendo assim, progredindo do ato motor ao ato racionalizado.

Partindo desse novo aprendizado e reconhecimento corporal, o sujeito em processo formado na infância precisa ser redimensionado, reverberando na necessidade de um novo autoconhecimento. Com a ressignificação das fases de socialização já vividas, enriquecida pelas novas condições corporais e sensoriais, são desenvolvidas diferentes reações ao ambiente das anteriores na infância. (ABERASTURY e KNOBEL, 1981; TIBA, 1986).

Alguns adolescentes têm o sentimento de impotência devido as grandes modificações no corpo com formas adultas, podendo proporcionar sensações positivas, mas também havendo o sofrimento pela perda do corpo infantil, e a negação desse crescimento, ficando sujeitos a problemas de aceitação da nova imagem.

Refletindo sobre a imagem corporal Paul Schilder (1994) afirma que, ela se define a partir da representação mental que fazemos do nosso corpo, sendo a imagem tridimensional que cada um tem de si, não apenas uma construção cognitiva, mas relacionada com suas vivências, reflexões dos desejos, das emoções e das relações sociais. Com isso, a imagem corporal está ligada com a representação emocional em relação à vida e ao viver de cada indivíduo, alimentando-se de sentimento, e que responde a cada interferência intra e interpessoal, estando no plano simbólico da imagem.

Assim, devido a sua maleabilidade é possível reelaborar a imagem corporal adquirindo melhores reflexos. Compreende-se que trabalhando de maneira consciente nas escolhas de identificação que cada indivíduo faz, serão geradas modificações no pensamento e no comportamento, construindo novas relações com o meio social, estabelecendo vínculos saudáveis, afetos positivos, revisitando memórias e estabelecendo outro olhar sobre os acontecimentos que causaram

algum tipo de trauma. Sendo possível desenvolver estratégias para superar os momentos difíceis, que conseqüentemente podem deixar marcas na imagem corporal, por vezes tornando-a distorcida da realidade.

### **1.1 Afetividade: Nuances das emoções e dos sentimentos**

Afetividade, segundo o médico, filósofo e psicólogo Henri Wallon (Nasceu em Paris, França, em 1879 e faleceu em 1962) tem papel imprescindível no processo de formação do sujeito, e na construção da sua personalidade. É constituída na mediação entre o meio orgânico e social. Conforme o desenvolvimento da criança, as experiências vividas geram marcas em seu corpo, vindas do investimento afetivo trocado com seu meio. Com isso, as manifestações vão se distanciando do corpo orgânico, tornando-se cada vez mais um corpo social.

As pesquisas atuais impulsionam o poder integrativo da emoção como papel regulador e de conservação da vida. Foi motivado por esses estudos que o neurocientista Antonio Damásio (1996), tem se aprofundado sobre o conhecimento da emoção no processo de homeostase<sup>1</sup>. Além disso, a arte dentro ou fora da escola também pode auxiliar no equilíbrio e na harmonização dos sentidos, como também, na reflexão dos aprendizes nesses momentos da adolescência em que a vida se torna instável.

Segundo Damásio,

A emoção é a combinação de um processo avaliatório mental, simples ou complexo, com respostas dispositivas a esse processo, em sua maioria dirigidas ao corpo propriamente dito, resultando num estado emocional do corpo, mas também dirigidas ao próprio cérebro (núcleos neurotransmissores no tronco cerebral), resultando em alterações mentais adicionais. (1996, p. 168-169)

Para este autor, a partir do momento que o indivíduo tem consciência das suas emoções, é possível ter flexibilidade na resposta, diretamente relacionada com

---

<sup>1</sup> Para adentrar novos domínios dos sentimentos, o neurocientista abordou o processo de homeostase. Biologicamente, esta propriedade de regulação da vida está relacionada ao metabolismo, à obtenção de energia, à manutenção da integridade do corpo, a assegurar a continuidade da espécie e à regulação social. Interessante notar este último aspecto como uma função biológica, pois entra no rol dos recursos necessários, sem os quais a vida (e conseqüentemente, a espécie) não teria continuidade.



a história específica que cada um tem na relação de troca com o meio ambiente. (DAMÁSIO, 1996)

Pensar nessa relação do estado do corpo com a emoção abre uma gama de possibilidades, para desenvolver trabalhos voltados para as especificidades que este sujeito terá para lidar com as diferentes corporalidades (estados corporais) que surgem de forma inusitada no cotidiano e em cena.

Sobre emoção e estado do corpo, Damásio afirma,

Vejo a *essência* da emoção como a coleção de mudanças no estado do corpo que são induzidas numa infinidade de órgãos por meio das terminações das células nervosas sobre o controle de um sistema cerebral dedicado, o qual responde ao conteúdo dos pensamentos relativos a uma determinada entidade ou acontecimento. (1996, p.168)

É percebido que toda informação que chega ao corpo entra em negociação com as informações que já estavam no mesmo. Sendo assim, o corpo é fruto dos cruzamentos de informação que são selecionadas conforme o processo evolutivo do ser humano e sua cultura.

Essas informações experienciadas pelos corpos são produtos das interações do ser humano com todo seu aparato motor e perceptual, capacidades mentais, fluxo emocional etc, com o seu ambiente através das ações de se mover, manipular objetos, comer, das interações com outras pessoas dentro da sua cultura (em termos sociais, políticos, econômicos e religiosos) e fora dela. Nesse contexto, o ato de dançar pode ser considerado como uma ação de estabelecer experiências em uma situação, em termos de outra. Nesse sentido, pode produzir novas possibilidades de emoção, movimento e conceituação.

Para o pesquisador, coreógrafo e dançarino Rudolf Laban, precursor da dança expressiva, que valoriza os movimentos do cotidiano, as expressões corporais do cidadão comum e os sentimentos e as emoções como desencadeadores para movimentação performática, “os movimentos internos do sentimento e pensamento se refletem nos olhos dos homens, bem como na expressão de seus rostos e mãos”. (1978, p. 145)

Com isso, entende-se que o movimento além de ser utilizado para ações motoras e de locomoção, também é uma forma de comunicação e expressão de sentimentos e necessidades, em que “o movimento é, portanto, mais que um elo de conexão entre as atividades internas do homem e o mundo a sua volta; é o próprio homem, seu pensamento e sua existência no mundo”. (RENGEL & MOMMENSOHN 2010, p.100)

Portanto, acredita-se que a realização de vivências de movimento com interesse na flexibilidade ao imprevisível, através de jogos que estimulem diferentes estados corporais do aluno, possibilitará a potencialização das respostas deste sujeito em seu cotidiano. As experiências, mesmo que diferentes do que poderá acontecer em tempo real, trazem uma amplitude para o estado de alerta, para a tomada de decisão e para a solução imediata da cena performática, construída no processo de investigação corporal em sala de aula, como também, no espaço da apresentação. Dessa forma, propicia “uma coleção de mudanças no estado no corpo”, (DAMÁSIO, 1996, p.168), e assim facilitará a compreensão do sujeito nas escolhas que farão parte da composição de suas imagens corporais.

Laban (1978) confirma ao dizer que o homem tende a satisfazer suas necessidades através do movimento e que toda ação humana de projetar o interior repercute em exalar um significado, uma intenção ao meio externo como mensagem afetiva além do significado intencional do gesto.

## **1.2 Resignificando a imagem corporal: A palavra na relação afetiva**

Neste estudo admite-se que o afeto permite a quebra de barreiras, de preconceitos, de travas, e auxilia na comunicação, bem como, na abertura de pensamento. Consequentemente facilita a explanação das emoções, revisitar histórias, olhar para o outro com acolhimento, olhar para si com mais amor, transformando a atmosfera da sala de aula mais humana, mais compreensiva. Com isso, são formados elos de identificação, e abertura para a amizade.

Por esses motivos, o afeto foi um canal de comunicação para ampliar a reflexão sobre a própria imagem corporal, as influências vividas na história de cada aluno, e as marcas negativas que influenciam na formação da própria imagem corporal distorcida. Foi por meio do afeto que essa imagem corporal foi revisitada e transformada. Os alunos se sentiram em um ambiente de confiança, e tiveram segurança para falar de suas questões, que possibilitou o início de um trabalho de reconstrução dessa imagem.

Laban (1978) afirma que o corpo é o instrumento que o homem expressa sentimentos, este possui a capacidade de expressar significados mesmo quando aparentemente não há possibilidades de verbalizar uma imagem em palavras.

A linguagem nesse processo é fundamental para o estabelecimento do afeto, ela é propagada tanto por palavras quanto por movimentos ricos em gestos e expressões. Dar palavras aos sentimentos e emoções auxilia na compreensão de si próprio e do seu processo de constituição da imagem corporal, como também, potencializa a transposição desses sentimentos e emoções em movimentos na linguagem corporal da dança.

Sobre a linguagem corporal NANNI (2000, p. 73) descreve:

a linguagem corporal através da dança registrar o real, o simbólico, o imaginário, interligando os objetivos que articulam o corpo simbólico ao corpo imaginário permeando pelo corpo real. A linguagem corporal, como toda forma de expressão, é a força dirigida para fora. A Dança, seria a metáfora corporal, ou seja, presença de movimento que é a linguagem corpórea de cada pessoa vazada através da janela da unidade do ser no plano físico, mental, emocional.

Utilizar os movimentos para comunicar necessidades e sentimentos faz parte da essência indivíduo. A fala dançada ou a dança falada possibilita o desabrochar dos movimentos corporais como também na constituição de uma imagem corporal mais equilibrada. Vianna (2005) confirma essa ideia ao afirmar que a tomada de consciência de nossas emoções é inseparável das tomadas de consciência corporais, refletindo na imagem de nosso corpo.

## 2 POESIA LATENTE - A DANÇA COMO ELEMENTO PSICOMOTOR

A psicomotricidade compreende o ser humano através do seu corpo em movimento e em relação ao seu mundo interno e externo, sendo a mesma direcionada ao processo de maturação, onde o corpo é a origem das aquisições cognitivas, afetivas e orgânicas. Conforme Costa (2002), a psicomotricidade baseia-se em uma concepção unificada da pessoa, que inclui as interações cognitivas, sensoriomotoras e psíquicas na compreensão das capacidades de ser e de expressar-se, a partir do movimento, em um contexto psicossocial. Ela se constitui por um conjunto de conhecimentos psicológicos, fisiológicos, antropológicos e relacionais que permitem, utilizando o corpo como mediador, abordar o ato motor humano com o intento de favorecer a integração deste sujeito consigo e com o mundo dos objetos e outros sujeitos.

O movimento sempre esteve vinculado às necessidades de sobrevivência do homem, possibilitando que o sujeito descubra, experimente e amplie a sua consciência corporal. A diversidade de experiências motoras contribui para o desenvolvimento do indivíduo como um todo. Para Laban (1978, p. 55) “as ações corporais produzem alterações na posição do corpo ou em partes dele, no espaço que o rodeia”. Ao movimentar-se o indivíduo pode utilizar todas as partes do corpo, a partir do momento que o mesmo desenvolve consciência corporal (LABAN, 1978).

A consolidação do aprimoramento motor ocorre através das experiências vividas pelo próprio indivíduo, estreitamente relacionada com as trocas de informações com o seu meio, revelando a personalidade de cada pessoa, devido as suas diferentes formas e características. Laban (1978) confirma ao dizer que o homem tende a satisfazer suas necessidades através do movimento e que toda ação humana de projetar o interior repercute em exalar um significado, uma intenção ao meio externo como mensagem afetiva além do significado intencional do gesto.

Para aumentar o vocabulário de movimentações, e conseqüentemente a capacidade de reconhecer as ações corporais na linguagem da dança, é necessário conhecer as variações do uso do próprio corpo. Nesta pesquisa, são considerados como suporte para a análise de movimento os fatores do movimento

sugeridos por Laban. O autor defende que esses fatores são inerentes a cada pessoa, o que permite diferenciar uma da outra.

Laban (1978) afirma que as ações corporais manifestam-se através de fatores de movimento, como peso, tempo, espaço e fluência. O fator peso consiste na sensação de movimentos, de acordo com a intensidade da participação muscular e com a lei da gravidade, gerando movimentos com características forte ou firme, leve ou suave. No fator tempo, a análise é referente à velocidade de duração de um movimento, que pode ter duração rápida ou súbita e longa ou sustentada. O fator espaço refere-se ao lugar que o corpo ocupa em um determinado espaço, consiste em uma ação de esforço, na qual o corpo tem direção direta ou flexível. O fator fluência é o controle do movimento em relação a estímulos internos e externos, relação de liberação do movimento de fluxo livre, contido ou controlado. É a ligação entre um movimento e outro.

Para desenvolver o sentido do movimento é necessária consciência clara das sensações motoras. As pessoas não são totalmente conscientes do corpo que têm. Diariamente, só percebem, de forma nítida, as partes que utilizam, enquanto que as menos utilizadas são esquecidas pela autoimagem (LABAN, 1978).

## **2.2 Da consciência corporal à repadronização de movimento**

O indivíduo organiza as manifestações corporais, constituídas por gestos, movimentos, posturas etc, tendo uma determinada margem de variação que concede uma forma característica de se manifestar. Partindo da percepção do movimento, estas características são reconhecidas, as quais podem apresentar diferentes graus de cristalização, a depender de cada sujeito.

À luz de Varela (1997), os nossos corpos são uma estrutura viva e experiencial, em constante diálogo entre o interno e o externo, o biológico e o fenomenológico. Dessa maneira, considera-se que a experiência vivida, possível pela corporeidade, configura uma percepção a partir do momento que interpreta a realidade através do corpo em movimento, deslocando o papel do sujeito como centro do conhecimento e privilegiando, assim, a complexidade dos processos corporais.

Merleau-Ponty (1994, p. 312) defende que “não é o sujeito epistemológico que efetua a síntese; é o corpo, quando sai de sua dispersão, se ordena, se dirige

por todos os meios para um termo único de seu movimento, e quando, pelo fenômeno da sinergia, uma intenção única se concebe nele”.

Já a dançarina, coreógrafa, fisioterapeuta e pesquisadora alemã, Irmgard Bartenieff (1980), discípula de Laban, afirmava que o movimento é o meio para a ativação do conhecimento pré-consciente, que implica reorganizar os processos perceptivos e motores aderindo a novas formas de conhecimento, nas quais se possa perceber a conexão entre sensação e pensamento.

Desde o aspecto fisiológico, observamos que o sistema nervoso é o responsável por criar e organizar a maneira como os movimentos serão executados através de sua conexão com o sistema muscular. Tal desenvolvimento se constitui na base de toda experiência relacional, cinestésica, motora e expressiva do indivíduo.

Feldenkrais (1977) também defende que o processo de desenvolvimento do ser humano é constituído de estágios, e que este ocorre como uma espiral em que uma etapa anterior apoia a seguinte, causando uma progressão não linear do desenvolvimento, pois, por vezes algumas habilidades não são experienciadas, ou seja, algumas etapas são puladas. Na prática, devido à sua forma espiralada, o desenvolvimento neuromuscular fica sujeito a sofrer déficits caso haja interrupção no desenvolvimento de algum estágio.

Por conta de o desenvolvimento ser espiralado, qualquer interrupção no desenvolvimento de um estágio pode trazer problemas de alinhamento motor, desequilíbrio nos sistemas do corpo, problemas na percepção, no sequenciamento e na organização do movimento, na memória e na criatividade. Quando um sujeito não consegue desenvolver na sua totalidade os padrões sensório-motores básicos, ele pode gerar padrões compensatórios que se correspondam com outros padrões nas áreas do pensamento e da emoção.

Portanto, com o déficit no desenvolvimento de quaisquer estágios descritos acima no adolescente, tem-se como consequência movimentos que seguem os clichês e os esteriótipos da cultura de massa que são transmitidos pelos meios de comunicação, criando certos padrões de movimentação, ou seja, uma movimentação não intencionalmente repetida. Com isso, é visto que ao adolescente, que participa de investigações corporais na linguagem da dança contemporânea, é indispensável um “corpo vivo”, consciente de sua relação com o meio, compreendido como “mais do que uma coisa estendida num espaço visual, e sim todas as relações

que suscita e que em certa medida são absolutamente singulares” (GREINER; KATZ, 2005, p.101). Cohen<sup>2</sup> (1993) afirma que a maioria dos adultos apresenta limitações nos padrões perceptivos e motores básicos, alguns deles sendo acessíveis e outros não. Deve-se entender então que as dificuldades na percepção e na motricidade agem no plano biológico do esquema e no plano simbólico da imagem.

O neurologista Henry Head, do London Hospital, foi o primeiro a usar o termo “esquema corporal” e também o primeiro a construir uma teoria na qual “cada indivíduo constrói um modelo ou figura de si mesmo que constitui um padrão contra os julgamentos da postura e dos movimentos corporais.” (Fisher, 1990, p.5).

Complementando ainda os outros autores, Dolto (2002), descreve esquema corporal como a abstração tridimensional do corpo. É estruturado pela aprendizagem e pela experiência, sendo a princípio, igual para todos os indivíduos humanos. É o substrato para a subjetivação do corpo e a formação da imagem corporal. Tudo é vivido através do corpo, seja ele mais ou menos intenso. Apesar de o fenômeno ser universal, a via pela qual se experiencia a vida é que faz a diferença. A densidade do corpo, enquanto fisiológica, determina o esquema corporal, sendo representação daquilo que somos. Entre outros elementos, são encontradas as estruturas óssea, muscular e líquida do corpo. Sua característica estrutural, apesar da flexibilidade que possui, permite uma oscilação lenta e vagarosa, ou seja, o corpo enquanto esquema demanda tempo para modificar-se, estando no plano biológico.

Portanto, se a base sensorio-motora está limitada às experiências vividas pelo indivíduo e suas percepções, então, o esquema corporal (o substrato biológico) sobre o qual o sujeito executa todas suas ações também estará limitado em relação às possibilidades que organicamente esse indivíduo possui. Este esquema insuficiente se constitui na estrutura orgânica com a qual o sujeito entra em relação com o contexto. As capacidades perceptivas, tanto introspectivas quanto externas, serão afetadas, limitadas em relação às capacidades potenciais de cada indivíduo.

---

<sup>2</sup> Professora e fundadora do *School for Body Mind-Centering*. Analista de Movimento pelo Instituto Laban/Bartenieff de Estudos do Movimento em New York.

Por sua vez, a proposta de Bartenieff (1980) estimula a atenção aos movimentos que também são geradores de conhecimento. Segundo a autora, este conhecimento, obtido cinesteticamente, não pode ser obtido de nenhuma outra forma. Reconhecer o movimento como uma experiência em constante modificação vai além de ver no movimento a conexão entre o sistema nervoso e o sistema muscular. Portanto, entende-se que é a partir do movimento no mundo que se define a existência corpórea.

Com isso, reforçando a ideia de autoaprendizagem, esta se dá através de todo processo de abordagem das conexões de movimento desenvolvidas ao longo da vida, sejam culturais, fixadas ou flexíveis. Trata-se de um processo de somatização, no qual o sujeito no seu conjunto se mobiliza.

Para iniciar um trabalho de autoconhecimento, deve-se pelo menos estar disposto a reconhecer as relações mutantes que nos constituem.



### 3 LABORATÓRIO DO CORPO - RELATO DE EXPERIÊNCIA

O laboratório do corpo é o nome dado aos encontros do grupo de iniciação científica em dança, da Escola SESI Djalma Pessoa. Nome escolhido por evidenciar o método de experimentação e avaliação processual. São aplicados conceitos e práticas da psicomotricidade juntamente com a dança contemporânea com o foco na complementação da proposta pedagógica escolar, levando em conta os sentimentos, os pensamentos, as histórias de cada aluno, buscando o bem-estar e a harmonia dos mesmos.

A relevância da proposta se faz ao aliar a psicomotricidade e a arte no processo aprendizagem, bem como, possibilitar outras formas de reconstrução e ampliação do corpo nesse processo. Acredita-se que a introdução da arte, mais especificamente a dança contemporânea, no programa pedagógico estimula nos educandos o processo de reorganização de sua imagem corporal, que integra as mudanças nos seus corpos, permitindo-lhes expressar emoções por meio dessa linguagem.

No atual contexto de escola de ensino médio juntamente com as questões vivenciadas nessa fase da vida chamada adolescência, percebeu-se a necessidade de uma proposta educacional que seja totalizadora, no qual o todo é muito mais do que a simples soma de suas partes. Neste estudo, entende-se que para ampliar o conhecimento sobre o corpo é necessário destacar a importância do afeto e da emoção como conceito de expansão deste corpo, que integra o complexo processo de reconstrução do ser por meio do fazer expressivo.

As atividades trouxeram em seus fundamentos teóricos e práticos a concepção do ser humano na perspectiva de sua totalidade, e são baseadas em propostas lúdicas, priorizando a relação corporal em estreito diálogo com a dança contemporânea. Esta linguagem corporal oferece um leque de possibilidades de exercícios que ampliam a criatividade, o estado de prontidão, a memória, a comunicação, a autoconfiança, a desinibição, a inter-relação, entre outros, permitindo aos adolescentes a expressão de suas emoções, prazeres e desprazeres.

Durante as vivências nos laboratórios do corpo, são trabalhadas expressões corporais, a fim de verificar suas contribuições para ampliar o desenvolvimento da autonomia e criticidade. O processo de experimentação foi fruto da aprendizagem

colaborativa, na qual os alunos são estimulados a criar expressões corporais, respeitando suas vivências, especificidades históricas e esquema corporal.

Com o intuito de alcançar benefícios na forma de se relacionar com o seu meio, foram trabalhadas as emoções e medos, que muitas vezes dificultam sua experiência dentro da escola, com isso, acredita-se que também são gerados ganhos na aprendizagem. É uma abordagem que considera a totalidade do ser humano, com a motricidade, o cognitivo, o afetivo e o social, enfim, à corporeidade, que busca superar a ideia dualista e suas polaridades semânticas contrapostas como, por exemplo, corpo/alma, matéria/espírito, cérebro/mente, entendendo o sujeito de maneira integrada.

Durante os encontros os alunos tiveram acesso aos conceitos sobre imagem corporal e esquema corporal através de material teórico que auxiliou no embasamento das discussões e nas produções escritas e performáticas. Foi evidenciado que em diversos momentos da vida a representação interna do próprio corpo, a imagem vista no espelho, e a opinião de outra pessoa, não coincidem, evidenciando que são vários os fatores que influenciam na maneira de se ver e de ver o outro.

A linguagem teve papel importante no processo de reconhecimento da imagem corporal e na sua transformação, que conseqüentemente reverberou mudanças na forma dos alunos movimentarem seus corpos, expandindo seu repertório de movimento e permitindo o acesso em locais do corpo que antes não tinham consciência da potencialidade existente.

Dessa forma, entende-se que o movimento é a própria imagem corporal refletida em ações motoras. As dinâmicas permitiram que cada componente do grupo acessasse memórias que influenciaram na formação de suas imagens corporais, que reverberaram em escolhas, comportamentos e na maneira em que eles começaram a se relacionar com as pessoas de seus convívios. Conforme os relatos, os momentos marcantes tinham contribuído para as escolhas dos caminhos que cada um optou no início da adolescência. Todas eram lembranças que geraram alguma tristeza, impotência, inibição, medo de serem eles próprios, uma necessidade de tentar agradar justamente as pessoas que tinham influenciado negativamente na maneira em como eles compreendiam a imagem corporal deles.

Perceberam que não foram as pessoas que tinham influenciado negativamente em suas vidas, mas a maneira em que eles (os alunos) interpretaram

as informações recebidas, que acabaram gerando marcas em seus comportamentos. Apesar de terem sido histórias completamente diferentes umas das outras, todas tinham algo em comum, que era a necessidade de ser aceito pelo seu meio social. Nós somos seres sociais.

Para auxiliar nessa investigação corporal e conseqüentemente alcançarmos a repadronização de movimento, foram utilizados exercícios a partir da análise de movimento proposta por Laban. Os alunos puderam colocar em prática o estudo sobre os fatores de movimento sugeridos por este pesquisador, realizando exercícios direcionados, sequências coreográficas, improvisações, em grupo e individualmente.

As dinâmicas permitiram que cada componente do grupo acessasse memórias que influenciaram na formação de suas imagens corporais, que reverberaram em escolhas, comportamentos e na maneira em que eles começaram a se relacionar com as pessoas de seus convívios.

Como também, ao refletirem sobre a busca por encontrar suas identidades e atenderem as expectativas sociais, conseguiram expor suas insatisfações em relação às suas imagens corporais que permeavam entre os medos de não serem aceitos ou rejeitados por seu meio social. Isso tinha gerado travas corporais, na maneira de se movimentar, de se aceitar, de se alimentar, se relacionar, de se enxergar enquanto sujeito.

Dessa mesma maneira, foi possível iniciar o entendimento sobre a formação da imagem corporal, suas reverberações no comportamento e movimento estético na dança contemporânea, permitindo a reconfiguração da mesma, como também, reconstruir a cena por meio da palavra falada e expressa na performance, incluindo a questão do sujeito e da linguagem. O ser humano é um ser falante e, ao denominar-se, ele fala de seu corpo e ao mesmo tempo, seu corpo fala por ele.

Por meio das discussões sobre o tema da imagem corporal e análise de movimento, juntamente com as vivências práticas, os alunos perceberam esse algo em comum entre suas histórias e puderam refletir e observar com seus próprios olhos que a representação corporal de cada um é totalmente diferente do que as pessoas veem “de fora”. Concluindo que o fato de só olhar alguém não acessa suas experiências, sendo impossível deduzir como as marcas que a pessoa teve puderam influenciar na construção da sua imagem corporal.

Situações adversas podem ocorrer no corpo ou no ambiente quando se está em cena da performance, na improvisação criativa ou em produções coreográficas. Seja em um trabalho aberto, no qual as possibilidades de reação a estes novos estados também podem ser abertas e utilizadas ou percebidas (ou não) dentro da cena; com também, em um trabalho de estrutura fixa, fechada ou marcada, no qual algo vem interferir de forma contrária ou até mesmo favorável, mas solicitando que o corpo em cena reorganize sua corporalidade, ou corporalidades e busque soluções para a continuidade da cena proposta.

É válido enfatizar a importância das atividades artísticas na escola, pois propiciam ao adolescente a integração das dimensões afetiva, motora, cognitiva e social, a vivência da autonomia criativa e a reestruturação interna, preparando-os para aprendizagens mais complexas e, minimizando a violência, usualmente denominada de *bullying*, que por vezes se torna comum no cenário escolar. A arte dentro da escola pode auxiliar no equilíbrio dos sentidos dos educandos em momentos em que a vida se torna instável. Para John Dewey, a arte tem uma função moral que é de “eliminar o preconceito, retirar os antolhos que impedem os olhos de ver, rasgar os véus decorrentes do hábito e do costume, aprimorar a capacidade de perceber” (2010, p.548).

Acredita-se que na reorganização dos processos sensório-motores não são geradas apenas outras formas de movimento, mas são abertas outras possibilidades de pensamento, mobilizando estados musculares, afetos, sensações e sentimentos. Por isso, é percebida a importância da investigação do movimento, já que o corpo se adapta conforme a contínua prática que realiza. Esta análise partiu do princípio de que a mudança é inevitável devida a constatare comunicação entre o corpo e o meio, que não é aleatória e sim relacional, o que leva a questão de investigar como podem ocorrer tais diferenciações na maneira de pensar, de se movimentar, como também de interagir com essas mudanças. Assim, os aprendizes foram estimulados a descobrir maneiras diferentes de trabalhar seus próprios corpos, percebendo os possíveis desafios e mudanças na forma de se movimentar esteticamente e na maneira de pensar o seu corpo. Ao serem solicitadas novas demandas perceptivas, como também novos acionamentos sensório-motores, percebeu-se a possibilidade de alcançar novas implicações corporais e no movimento dos mesmos.

Esses encontros tiveram como finalidade auxiliar os adolescentes se harmonizarem com seu próprio ser em transformação, na sua relação com o meio

social, ampliando a consciência corporal ao descobrirem outras possibilidades de refletir sobre si e de expor seus pensamentos em movimentos. Com isso, assumirem sua condição de sujeitos capazes de estabelecerem boas relações a partir da compreensão dos fatores que influenciam a construção de suas imagens corporais.

Os integrantes do grupo relataram que com as práticas e discussões a respeito da imagem corporal puderam compreender melhor suas escolhas cotidianas dentro e fora da escola, transformando positivamente suas imagens corporais, o que conseqüentemente influenciou no aumento da sua autoconfiança, autoestima, na relação com as pessoas dos seus convívios, na desinibição, e na aprendizagem de outras disciplinas. Nas práticas corporais foi possível notar como eles estavam se permitindo arriscar novos movimentos, ampliando sua gama de possibilidades de composição performática, como também, desenvolveram a atenção e concentração nos detalhes de seus movimentos, que tem contribuído para o aprendizado escolar. Além do aumento da autoestima, autoconfiança e habilidade para realizar novos desafios; favorecendo também, a criatividade e bom relacionamento entre os colegas da escola.

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

Percebemos que a dança é uma linguagem corporal que permite expressar os sentimentos e as necessidades do sujeito que a pratica, tornando-os mais claros quando se tem conhecimento do próprio corpo, com suas possibilidades e suas limitações. Com as constantes trocas de informações entre o corpo e seu meio são proporcionadas modificações na imagem corporal de cada pessoa, que naturalmente são expressos nos movimentos codificados em dança.

Entende-se que o corpo, corporeidade e imagem corporal são construções humanas edificadas na rede de relações que o indivíduo estabelece com o mundo real e o imaginário. O projeto de corpo está diretamente relacionado à imagem corporal desejada, colocando em jogo a questão da identidade pessoal e social. Com isso, é defendido que a vivência da dança como elemento psicomotor pode inscrever esse dizer no corpo dos alunos. Através do corpo, compartilham de novas aprendizagens.

Neste sentido, compreende-se que a aprendizagem não está apenas relacionada a conteúdos programáticos em função do Exame Nacional do Ensino Médio/ENEM e dos vestibulares, mas também, com o reaprender a comunicar sentimentos e expressões, potencializando e alargando o sentido da vida. É o encontro de um universo poético dentro da escola, em busca de expandir a capacidade expressiva do aprendiz em um momento em que o corpo por vezes se encontra sob pressão, em função da escolha profissional e da entrada na vida adulta, com responsabilidades e compromissos ainda desconhecidos.

Dessa forma, tanto o planejamento quanto as práticas das atividades partiram do preceito da escola como espaço no qual o sujeito se estrutura nas relações com o outro, e a corporeidade como a possibilidade de uma ruptura com a visão fragmentada do ser, considerando o ser humano como totalidade indissociável subjetiva e expressiva, refletindo sobre sua história e sua imagem corporal.

Assim, constatamos que a imagem corporal tem papel fundamental para ampliar o processo de estruturação da consciência corporal, permitindo a fluidez do corpo e sua melhor integração, organização praxica e expressiva do indivíduo, reverberando na repadronização de movimentos que antes poderiam ser estereotipados pelos modismos da cultura de massa. Como também, abrindo espaço para a diversificação dos movimentos quando o sujeito se permite explorar outras

movimentações e partes do corpo que não eram utilizadas com frequência, capacitando-o a se orientar no espaço, no tempo, em equilíbrio com seu meio. Assim, é possível alcançar a harmonização entre psiquismo e motricidade, oferecendo condições para que o adolescente viva o processo de amadurecimento por meio da reflexão, da descoberta de si e do outro, que auxiliam sua aprendizagem e melhora de suas ações sobre o meio.

## REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- ABERASTURY, Arminda; KNOBEL, Mauricio & cols. **Adolescência normal**. Porto Alegre: Artes Médicas, 1981.
- BARTENIEFF, Irmgard; LEWIS, Dori. **Body movement: coping with the Environment**. Routledge, 1980.
- COHEN, Bonnie Bainbridge. **Sensing, felling and action: the experiential anatomy of body-mind centering**. Northampton: Contact Editions, 1993.
- COSTA, Auredite Cardoso. **Psicopedagogia & Psicomotricidade: Pontos de intersecção nas deficiências de aprendizagem**. Petrópolis, RJ: Vozes, 2ª Ed, 2002.
- DAMÁSIO, António. **O Erro de Descartes**. São Paulo: Companhia das Letras, 1996.
- DAMÁSIO, António. **O mistério da consciência: do corpo e das emoções ao conhecimento de si / António Damásio; Tradução Laura Teixeira Motta; revisão técnica Luiz Henrique Martins Castro**. São Paulo: Companhia das Letras, 2000.
- DEWEY, John. **Arte como Experiência**; org. Jo Ann Boydston; tradução Vera Ribeiro. São Paulo: Martins Fontes, 2010. (Coleção Todas as Artes).
- DOLTO, Françoise. **A imagem inconsciente do corpo**. São Paulo: Perspectiva, 2002.
- FELDENKRAIS, Moshe. **Consciência pelo movimento**. São Paulo: Summus. 1977.
- FERNANDES, Ciane. **O corpo em movimento: o sistema Laban/Bartenieff na formação e pesquisa em artes cênicas**. São Paulo: Annablume, 2002.
- FERREIRA, Vanja. **Dança Escolar: Um novo ritmo para a Educação Física**. Rio de Janeiro: 2 ed.: Sprint, 2009.
- FIGUEIRA, Márcia L.M. **A dança na escola: educação do corpo expressivo**. Disponível em <<http://www.efdeportes.com/efd127/a-danca-na-escola-educacao-do-corpo-expressivo.htm>> Acesso em 26/07/2016.
- FISHER, Seymour. The evolution of psychological concepts about the body. In: Cash, Thomas. F.; Pruzinsky, Thomas (ed). **Body images: development, deviance and change**. New York: The Guilford Press. 1990.
- LABAN, Rudolf. **Domínio do movimento**. Lisa Ullmann (org.) 3.ed. São Paulo: Summus, 1978.
- MERLEAU-PONTY, M. **Fenomenologia da percepção**. (C. Moura, Trad.). São Paulo: Martins Fontes, 1994.
- NANNI, Dionísia. **Dança Educação: Princípios, Métodos e Técnicas**. Rio de Janeiro: 4 ed.: Sprint, 2002.



RENGEL, Lenira Peral; MOMMENSOHN, Maria. **O corpo e o conhecimento**: dança educativa. Disponível em <[http://www.crmariocovas.sp.gov.br/pdf/ideias\\_10\\_p099-109\\_c.pdf](http://www.crmariocovas.sp.gov.br/pdf/ideias_10_p099-109_c.pdf)> Acesso em 28/07/2016.

SCHILDER, Paul. **A Imagem do corpo**: As energias construtivas da psique. São Paulo: Martins Fontes; 1981.

TIBA, Içami. **Puberdade e adolescência**: desenvolvimento biopsicossocial. 2. ed. São Paulo: Agora, 1986.

VARELA, Francisco. **A mente corpórea**: ciência cognitiva e experiência humana. Instituto Piaget, Lisboa, 2001.

\_\_\_\_\_. **Sleeping, Dreaming and Dying**: Dialogues between the Sciences and the Buddhist Tradition, Boston: Wisdom Books, 1997.

VIANNA, Klauss. **A dança**. 3ª ed. São Paulo: Summus, 2005.

WAELEHENS, A. **La psicosis** - Ensayos de interpretación analítica y existencial. Madrid: Morata, 1973.