

A CONTRIBUIÇÃO DA DANÇATERAPIA NO PROCESSO DE REABILITAÇÃO

PAINADO, Marcia Maria

Discente do Curso de Educação Física da Faculdade de Ciências Sociais e Agrárias de Itapeva- FAIT

MUZEL, Andrei Alberto

Docente do Curso de Educação Física da Faculdade de Ciências Sociais e Agrárias de Itapeva- FAIT

RESUMO

O objetivo desse estudo é apresentar O que é Dançaterapia ou Dança Movimento Terapia e qual a sua contribuição no desenvolvimento de pessoas portadoras de necessidades especiais. A dançaterapia trata-se de uma terapia psicodinâmica que pertence ao grupo das terapias expressivas como a Musicoterapia, a Arteterapia e o Psicodrama. A Dança Movimento Terapia nasce essencialmente da união entre dois campos: a dança e psicologia. Conclui-se que a compreensão dessas diferentes formas existentes, poderá ampliar o reconhecimento da contribuição da dança como aspecto educativo, social, emocional e terapeutica.

Palavras Chaves: dançaterapia, reabilitação, portador de necessidades especiais.

ABSTRACT

The aim of this study is to present What is dance therapy or Dance Movement Therapy and what is its contribution to the development of people with disabilities. The dance therapy it is a psychodynamic therapy in a group of expressive therapies such as music therapy, art therapy and psychodrama. Dance Movement Therapy essentially born of the union between two fields: dance and psychology. It is concluded that the existing understanding of these different ways you can extend the recognition of the contribution aspect of dance as educational, social, emotional and therapeutic.

Keywords: dance therapy, rehabilitation, with special needs.

1. INTRODUÇÃO

A Dançaterapia ou Dança Movimento Terapia instituiu-se como profissão em 1966, com a criação da Associação Americana de Dançaterapia. As pioneiras foram todas mulheres: bailarinas, coreógrafas e professoras de dança que, compartilhavam uma paixão comum e um respeito profundo pelo valor terapêutico de sua arte.

Entre 1940 e 1950, separadamente, ensinavam em estúdios privados e foram gradualmente abrindo caminhos em hospitais psiquiátricos e outros estabelecimentos clínicos. Bailarinas, psicoterapeutas e outros procuraram aprender e estudar com estas primeiras praticantes, que começaram a elaborar uma teoria que pudesse sustentar as suas observações.

Mary Starks Whitehouse foi uma das primeiras pioneiras em dança-movimento-terapia. Graduou-se na escola Wigman na Alemanha e também estudou com Marta Graham. Sua análise pessoal e seus estudos no Instituto Junguiano, em Zurich deram como resultado uma aproximação a qual denominou de “Movimento Autentico”. Num artigo intitulado “ Reflexões sobre uma Metamorfose”(1968), conta a história de sua transição: “Foi importante o dia que me dei conta que não ensinava dança, ensinava a pessoas...Indicava a possibilidade de que meu interesse principal podia ter haver com o processo e não com os resultados, que não era somente pela arte que eu estava buscando e sim por um desenvolvimento humano.”

Assim, baseando-se principalmente na conexão entre movimento e emoção, trabalha com o corpo e a sua própria linguagem, procurando uma integração psicofísica do indivíduo (mente-corpo). O movimento corporal pode levar a mudanças psicológicas, promovendo saúde e desenvolvimento pessoal. Destina-se a qualquer pessoa que deseje melhorar a sua qualidade de vida, e também a indivíduos com

patologias específicas, tais como perturbações de ansiedade, emocionais, de relacionamento, problemas comportamentais, atrasos de desenvolvimento, baixa auto-estima, demências, portadores de necessidades especiais, entre outros.

Abrange crianças, adolescentes, adultos e idosos. Qualquer pessoa pode ingressar num processo de Dança Movimento Terapia, independentemente do seu estado físico e psíquico, inclusive portadores de necessidades especiais.

2. A CONTRIBUIÇÃO DA DANÇATERAPIA NO PROCESSO DE REABILITAÇÃO

A dança remonta a tempos imemoriais – pré-históricos – e é tão velha como a própria vida humana. Nasceu desde as primeiras manifestações da comunhão mística do homem com a Natureza, como a expressão dinâmica das emoções primitivas do “homo sapiens” – dança-ritmo.

A dança, como toda atividade humana sofreu o destino das formas, das instituições e da existência social dos homens, passando assim, por diferentes formas, como a de poder místico que agia sobre os homens, espíritos e deuses, para uma dança de propriedade humana, contagiando os homens pela sua ação puramente estética. A dança religião extinguiu-se, cedendo lugar à dança-arte. Representou assim, um valor de alta importância no decorrer do desenvolvimento progressivo da humanidade. (FAHLBUSCH, 1990).

A Dançaterapia é uma abordagem corporal, voltada ao conhecimento transpessoal do indivíduo, que estimula o movimento criativo e a espontaneidade do corpo, motivando a comunicação e a integração entre as pessoas, procurando oferecer-lhes confiança para transformar o eu não posso por uma nova atitude do corpo que diz: *Sim, eu Sou Capaz.*

Fundamentada na metodologia criada pela bailarina argentina María Fux e na transpessoalidade, a Dançaterapia busca utilizar os recursos artísticos, educacionais e terapêuticos da dança para encontrar as pessoas e auxiliá-las a descobrir caminhos, superar os desafios, suas deficiências e viver mais felizes.

A Dançaterapia é dedicada ao desenvolvimento da qualidade de vida e espiritualidade das pessoas. Sua aplicabilidade está relacionada à alegria e ao bem estar. A metodologia está adaptada às necessidades do cotidiano: seus valores, suas crenças, sua cultura, seu imaginário e seu Corpo.

Através do trabalho criativo e a conexão com a natureza e o cosmos, a Dançaterapia busca preservar a energia e o equilíbrio do ritmo interno do corpo, vindo beneficiar e integrar pessoas de todas as idades, portadoras ou não de necessidades especiais. Sua prática regular estimula as potencialidades que todos têm mas que estão escondidas - despertando áreas adormecidas em todo o corpo e oferecendo infinitas possibilidades de criação, expressão, e emancipação do ser humano. Como recurso complementar, a Dançaterapia vem desenvolver a consciência do corpo, suas possibilidades (habilidades e talentos) e compreender seus limites.

Em Dançaterapia trabalha-se o movimento para transformar a rigidez do corpo em elasticidade. Procura motivar a alegria e a vontade de viver, visando atender às necessidades das pessoas na busca por uma qualidade de vida melhor. Trabalha o prazer, a concentração, a paciência, o acolhimento, o respeito às diferenças e a ternura com profundidade, sendo a Dançaterapia um caminho que leva ao autoconhecimento, à meditação e ao relaxamento. Utiliza a dança para sair do isolamento e para aceitar as diferenças, resgatando a diversidade e a autenticidade num mundo marcado por estereótipos e padronização de estilos, formas e gestos. Na contramão da massificação da cultura, o movimento desenvolvido na Dançaterapia se

renova constantemente, transformando a dança em exercício de humanização, espiritualidade e compreensão entre os indivíduos.

3. CONCLUSÃO

Em dança como em qualquer prática educativa, o aluno não é um elemento humano passivo, onde ela é o valor absoluto que deve ser aprendida sem qualquer alteração ou revisão técnica. Em qualquer programa de dança existe uma compreensão em bases científica ampla e inteligente, do desenvolvimento do aluno. (FAHLBUSCH,1990).

Na expressão de MORIN (2001) *“A educação deve contribuir em qualquer sentido para a autoformação da pessoa, ensinar a assumir a condição humana, ensinar a viver.”*

Característica essencial de todo ser vivo, animal ou vegetal, o movimento está subordinado às leis de ordem cíclica e ao ritmo. Embora indispensável à vida, o homem do nosso século, estimulado pelo progresso tecnológico e pela evolução surpreendente da máquina, já não se desloca ou se move como os seus antecessores no planeta. Por esta razão, nos dias atuais, torna-se imprescindível que o movimento corporal seja incluído entre as práticas necessárias á vida moderna. (CAMARGO, 1994).

Conclui-se que Dançaterapia é convivência com si próprio. É como cada momento da vida em que o novo sempre está presente num contínuo processo de transformação e desenvolvimento do movimento criativo. Onde emoções e sentimentos humanos, como medo, raiva, tristeza, culpas, angústias vão aos poucos sendo transformados em prazer, alegria, esperança, ternura, aceitação e compreensão, sempre estimulando mudanças positivas naqueles que a praticam.

O silêncio na Dançaterapia é um caminho verdadeiro que possibilita a compreensão do ritmo interno do ser humano, fazendo-o perceber, sentir e se integrar ao ritmo da natureza (da marés, das chuvas, do pôr-do-sol, dos ventos, das estações, dos planetas...), uma vez que permite a criação das mais variadas formas dentro de cada pessoa, onde o processo criativo não tem limites. As experiências em Dançaterapia revelam que o ritmo não é audível e sim um caminho natural que existe e percorre o interior de cada indivíduo. É o que se pode conhecer como ritmo interno, marcado pelo pulsar do coração, pela respiração, circulação do sangue, do metabolismo..."Reconhecendo nosso próprio ritmo, aprendemos a usar as partes sãs do nosso corpo para despertar os movimentos. O ritmo interno, que se expressa de acordo com o nosso estado de espírito, também revela nossa ancestralidade de seres integrais conectados à natureza e ao cosmos, iguais e diferentes ao mesmo tempo em nossas riquezas", coloca Mirian Loverro, dançaterapeuta diretora do Centro Brasileiro de Dançaterapia.

4. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

FUX, Maria. **Dançaterapia**. Rio de Janeiro. Ed. Sumus, 1999.

CAMARGO, Maria Lígia Marcondes de. **Música / Movimento: um universo em duas dimensões; aspectos técnicos e pedagógicos na Educação Física**. Belo Horizonte: Vila Rica, 1994.

FAHLBUSCH, Hannelore. **Dança Moderna e Contemporânea**. Rio de Janeiro: Sprint, 1990.

MORIN, Edgar. **A cabeça bem feita: repensar a reforma, reformar o pensamento**. 4ª ed. Rio de Janeiro: Bertrand Brasil, 2001.