Universidade de São Paulo
Instituto de Psicologia

*Grupo de Movimento: conceituação, estado da arte e
aplicação na área educacional*

São Paulo
2010

TÂNIA ALVES NOGUEIRA

Grupo de Movimento: conceituação, estado da arte e aplicação na área educacional

Dissertação apresentada ao Instituto de Psicologia da Universidade de São Paulo, como parte dos requisitos para obtenção do grau de Mestre em Psicologia

Área de concentração:
Psicologia Escolar e do Desenvolvimento Humano

Orientador: Prof. Paulo Albertini

São Paulo
2010

AUTORIZO A REPRODUÇÃO E DIVULGAÇÃO TOTAL OU PARCIAL DESTE TRABALHO, POR QUALQUER MEIO CONVENCIONAL OU ELETRÔNICO, PARA FINS DE ESTUDO E PESQUISA, DESDE QUE CITADA A FONTE.

Catálogo na publicação
Biblioteca Dante Moreira Leite
Instituto de Psicologia da Universidade de São Paulo

Nogueira, Tânia Alves.

Grupo de movimento: conceituação, estado da arte e aplicação na área educacional / Tânia Alves Nogueira; orientador Paulo Albertini. -- São Paulo, 2010.

212 p.

Dissertação (Mestrado – Programa de Pós-Graduação em Psicologia. Área de Concentração: Psicologia Escolar e do Desenvolvimento Humano) – Instituto de Psicologia da Universidade de São Paulo.

1. Reich, Wilhelm, 1897-1957 2. Terapia corporal (psicoterapia)
3. Psicoterapia de grupo 4. Educação 5. Grupo de movimento I.
Título.

RC506

FOLHA DE APROVAÇÃO

Nome: Nogueira, Tânia Alves

Título: Grupo de Movimento: conceituação, estado da arte e aplicação na área educacional

Dissertação apresentada ao Instituto de Psicologia da Universidade de São Paulo para obtenção do título de Mestre em Psicologia.
Área de concentração: Psicologia Escolar e do Desenvolvimento Humano

Aprovada em: ____/____/____

Banca examinadora:

Prof. Dr. _____

Instituição: _____

Assinatura: _____

Prof. Dr. _____

Instituição: _____

Assinatura: _____

Prof. Dr. _____

Instituição: _____

Assinatura: _____

Àqueles que ajudam a dar mais sentido ao
meu presente: Beto e Luna.

AGRADECIMENTOS

De repente, descobri que escrever uma dissertação não é muito diferente da montagem de um espetáculo e que, embora, muitas vezes o processo de criação seja um pouco mais solitário, uma equipe se faz mais do que necessária para que o sonho se concretize. Ante ao tamanho das ações de cada pessoa que me auxiliou nessa jornada, quero manifestar o meu sentimento de profunda gratidão:

Ao meu orientador, Paulo Albertini, por quem já tinha grande admiração e passei a admirar ainda mais pela sua sensatez, dedicação, cuidado e ampla visão de pesquisador. A ele, devo toda a dimensão que se criou neste estudo e à tranquilidade em me trazer para a terra quando me empolgava em demasia com alguma ideia.

À Capes, Instituição de fomento à pesquisa, pelo apoio financeiro, viabilizando a concretização desta pesquisa.

Aos professores doutores Ana Maria de Barros Aguirre e Ricardo Amaral do Rego, por me ajudarem a discutir o tema, ofertando sugestões e reflexões necessárias para a lapidação da pesquisa.

Aos psicoterapeutas corporais que com suas publicações fizeram com que esta investigação se efetivasse.

A todos os professores que ministraram disciplinas, colocando-me em contato com outras abordagens teóricas, ampliando assim o meu campo de visão relacionado ao tema: prof. Rogério Lerner, profa. Henriette Tognetti Penha Morato, prof. Avelino Luiz Rodrigues, profa. Livia Mathias Simão, profa. Maria Isabel da Silva Leme.

Aos dedicados e eficientes funcionários da biblioteca: Alexandre Marccone Moura Dantas, Ana Rita J. Linguanotto, Antonio Marcos Amorim, Célia Regina de Oliveira Rosa, Flávio Hermes dos Santos, Renato dos Passos, Wanderley Correa de Moraes. À Aparecida Angélica Zoqui Paulovic Sabadini, Maria Imaculada Cardoso Sampaio e Maria Marta Nascimento pelo curso *Artigo Científico: dos fundamentos à submissão e fontes de informação em Psicologia*.

À Maria Olívia Martins Rosa, secretária do departamento e Aida Helena Martins de Oliveira, secretária da pós graduação, que por vezes me acolheram ajudando-me a amenizar a ansiedade diante das burocracias que direcionam o processo.

À Paula Boero, uma amizade conquistada durante este estudo, pelos tantos almoços, auxiliando-me com seus comentários e sua experiência de pesquisadora.

Aos queridos Sérgio Luiz de Oliveira e Karina Luiza de Oliveira, pelo suporte e ensinamentos oferecidos no campo da informática.

Ao Tasso Augusto Campana dos Santos pela dedicada parceria e minuciosa revisão que perpassa todo o meu texto.

À artista plástica, Sâmara Costa, pela sua força criadora que gerou a criação da capa deste trabalho.

Aos sobrinhos Gustavo e Gabriela pelo amparo dado às revisões da língua inglesa.

À Silvana Tenório, minha antiga psicoterapeuta, que por um tempo acompanhou minhas buscas e angústias, ajudando-me a compor um novo jeito de dançar na vida.

À Maria de Fátima Matos Cardoso (Fatiminha), amiga e parceira presente antes mesmo da efetivação deste trabalho e durante sua execução, cedendo horas de discussão, dando-me sugestões, carinho, acolhimento.

À Cecília Hanna Mate, ex-professora e amiga, pelas lições do passado que tanto influenciam o meu presente.

À família amada, Ivana, Paulo, Julinha, João Pedro e Ênio, pelos tantos acolhimentos e carinho entre uma viagem e outra.

Aos novos amigos que tanto compreenderam e me ajudaram a administrar a minha ausência, dando-me suporte familiar, afeto e incentivo: Márcia Basso do Nascimento de Oliveira, Alija, Loana, Esther, Flaviana, os clareantes João Guilherme, Clarice e Fabíola.

Às auxiliares que dividiram comigo as funções domiciliares: Niziani Cristina Borges, Fabiane, Rose e a sra. Irene Kovalucki com quem ainda posso contar atualmente.

Aos familiares que por vezes respeitaram minhas ausências e escassez de tempo para compartilhar momentos.

Aos meus professores escolares, os quais tenho com muito apreço por terem acreditado e ajudado a desenvolver meu potencial. Sem a pretensão de conseguir fazer menção a todos, destaco: Carlos, Maria de Lourdes e Estanislau (profs. de português e ciências do ensino fundamental); Dra. Eunice Quilici Gonzales e Dra. Maria Tereza de Sá Pancini (primeiras orientadoras acadêmicas); Dra. Elizabeth Guisle Yaslle (mais que uma professora da graduação em Psicologia, a pessoa que me abriu oportunidades na dança); Dra. Márcia Torresi (quem me introduziu ao pensamento reichiano); Dr. Francisco Hashimoto (prof. de estágio do curso de Psicologia que confiou em minha proposta de junção da dança com a psicologia); Fátima Teixeira, Suely Silva Freitas, Sandra Freitas, Fernando de Freitas, Edson Galvão de França (profs. da formação neorreichiana e psicossomática).

Aos meus mestres da dança: Rosângela Delgado, Leila, Fátima Barbosa, Isabel Gusman, Mário Nascimento, Alexandrino Ducarmo, Tica Lemos, Renata Macedo Soares, Georgina Fariñas e todos aqueles que atravessaram minha vida deixando suas marcas.

Aos amigos lumiantes (Inst. Lumen) e das disciplinas que cursei durante esse mestrado.

Aos ex-alunos e pacientes que sem saber fizeram fortalecer minhas ideias e rumos profissionais.

Aos amigos do passado que indiretamente tiveram influência no caminho que escolhi seguir, plantando sementes do desejo de conhecer. Para representá-los, Alysson Andréa da Costa, José Carlos dos Santos, Giane Fregolente, Anatalina Lourenço e Arnaldo Ap. Tiozzo.

Ao meu irmão, Fábio, que com sua objetividade se fez presente em momentos específicos e de grande significado.

Aos meus pais, Lourdes e Arlindo, pelo *grounding* suficientemente bom e o constante apoio em minhas buscas.

Ao Beto, pelo companheirismo, dedicação, cumplicidade, compreensão e afeto incondicional.

À Luna, filha amada, de sensibilidade radiante, que com tão pouca idade soube compreender as minhas limitações de tempo.

A todos que direta ou indiretamente atravessaram a minha história, em algum lugar no tempo ou espaço, incluídos aqui ou não, o meu muito obrigada!

O viajante volta já

..A viagem não acaba nunca. Só os viajantes acabam. E mesmo estes podem prolongar-se em memória, em lembrança, em narrativa. Quando o viajante se sentou na areia da praia e disse: “Não há mais que ver”, sabia que não era assim. O fim duma viagem é apenas o começo doutra. É preciso ver o que não foi visto, ver outra vez o que se viu já, ver na Primavera o que se vira no Verão, ver de dia o que se viu de noite, com sol onde primeiramente a chuva caía, ver a seara verde, o fruto maduro, a pedra que mudou de lugar, a sombra que aqui não estava. É preciso voltar aos passos que foram dados, para os repetir, e para traçar caminhos novos ao lado deles. É preciso recomeçar a viagem. Sempre. O viajante volta já.

José Saramago

Resumo

Nogueira, T. A. (2010). Grupo de Movimento: conceituação, estado da arte e aplicação na área educacional. Dissertação de Mestrado, Instituto de Psicologia, Universidade de São Paulo, São Paulo.

Trata-se de uma pesquisa teórica a respeito dos Grupos de Movimento, uma estratégia de intervenção grupal oriunda da psicoterapia corporal que consiste em proporcionar às pessoas vivências corporais que ajudem a amenizar as tensões físicas e emocionais. Três objetivos básicos norteiam esta investigação: a) uma apreciação a respeito do estado da arte; b) a discussão do conceito e da forma de utilização do Grupo de Movimento; c) a averiguação de possíveis aplicações dessa atividade de abordagem corporal na área educacional. Realizamos um levantamento bibliográfico dos estudos científicos publicados sobre essa estratégia grupal com o intuito de obter dados a respeito: 1) da origem dessa forma de abordagem corporal; 2) da sua base conceitual; 3) de campos e formas de aplicação. Procuramos identificar a área em que o trabalho se vincula (clínica, educação ou saúde pública), o procedimento utilizado (por exemplo, elementos sobre a formação do grupo e suas características, quantidade de sessões, sequência das atividades efetuadas, métodos utilizados para coleta e análise dos dados), a presença ou não de conceitos reichianos na fundamentação teórica e os resultados alcançados. Concluímos a revisão e a análise da literatura pesquisada, totalizando 30 trabalhos publicados sobre o tema, sendo sete dissertações, quatro monografia, três artigos e dezesseis resumos. Constatamos a presença de nove trabalhos de Grupos de Movimento desenvolvidos com pessoas idosas, cinco com pacientes psiquiátricos, dois voltados para professores da rede pública, um com usuários de drogas em hospital-dia, um com agentes comunitárias de saúde em Unidade de Saúde da Família, um voltado para enfermeiros e técnicos de enfermagem, dois com adolescentes inseridos em um projeto social, um com crianças atendidas em consultório particular, três desenvolvidos com adultos em clínica particular e um destinado a gestantes. Tal levantamento levou-nos a constatar que atividades de Grupos de Movimento não se restringem às clínicas particulares - de onde surgiram os primeiros grupos -, mas estão sendo realizadas em diversas instâncias institucionais. Em todos os estudos há indicações de contribuições positivas desencadeadas pela prática efetuada. No entanto, apesar da presença de vários trabalhos sobre o tema, notamos uma carência de estudos que problematizem essa prática grupal. Assim, observamos a necessidade de se avançar em termos da formulação de investigações que contemplem, na esfera do método, uma preocupação mais acentuada em explicitar e esclarecer critérios adotados. Por fim, consideramos que as discussões levantadas neste estudo podem contribuir para a discussão dos fundamentos dessa estratégia de trabalho grupal, para a organização e divulgação das atividades efetuadas com Grupos de Movimento, bem como para analisar os resultados alcançados com grupos diversos, sobretudo no campo educacional.

Palavras chaves: Wilhelm Reich (1897-1957). Terapia corporal (psicoterapia). Psicoterapia de grupo. Educação. Grupo de Movimento.

Abstract

Nogueira, T. A. (2010). Body Movement Group: conceptualization, state of the art and application in education. Master's Thesis, Institute of Psychology, University of São Paulo, São Paulo.

This thesis concerns a theoretical research about the Body Movement Groups, an intervention strategy which arises from body psychotherapy. It consists of giving people body experiences in order to help relieving physical and emotional tension. Three main objectives guide this research: a) an appraisal of the state of the art; b) a discussion about the concept and the usage of the Body Movement Groups; c) an investigation of the possible applications of this activity in education. A literature research on published scientific studies on this group strategy was performed in order to obtain data about: 1) the origin of this form of intervention; 2) the conceptual basis; 3) fields and methods of application. The aim is to identify the area to which the work is linked (clinical, education or public health), the procedure used (e.g., an outline on the group's formation and its characteristics, the number of sessions, the sequence of performed activities, the methods used to collect and analyse data), the presence or absence of Reichian concepts in applied theory and the results achieved. The review and analysis of referred literature totalized 30 papers on the topic: seven essays, four monographs, three articles and sixteen abstracts. There were nine Body Movement Group activities developed with the elderly, five with psychiatric patients, two concerning public school teachers, one with drug users in a day hospital, one with community health workers in a public health center, one concerning nurses and practical nurses, two with teenagers participating in a social project, one with children who go to private clinics, three developed with adults in a private clinic and one concerning pregnant women. This survey reveals that Body Movement Group activities are not restricted to private clinics only - where they were first introduced - but are being held at several institutional levels. All studies are indicators of positive contributions triggered by the application of such activity. However, despite the existence of several papers on the subject, there is a lack of studies problematizing this group praxis. Thus, there is a need to investigate further in the achievement of a more clear and explicit methodological formulation. Finally, the discussions raised in this study may contribute to the discussion of the fundamentals of this group strategy, to the organization and dissemination of the activities performed with Body Movement Groups, as well as to analyze the results obtained with diverse groups, especially in education.

Keywords: Wilhelm Reich (1897-1957). Body therapy (psychotherapy). Group psychotherapy. Education. Movement group.

Lista de Gráficos

Gráfico 1: Produções científicas com Grupos de Movimento.....	174
Gráfico 2: Pessoas atendidas em Grupo de Movimento.....	175

SUMÁRIO

Apresentação	14
1.Introdução	21
2. Revisão da literatura sobre Grupo de Movimento	53
2.1 Dissertações	57
2.2 Monografias.....	121
2.3 Artigos científicos	142
2.4 Resumos.....	155
3. Considerações finais	173
REFERÊNCIAS.....	189
Apêndices	198
Apêndice A: Dissertações 1 e 2.....	199
Apêndice B: Dissertações 3 e 4.....	200
Apêndice C: Dissertação 5 e 6	201
Apêndice D: Dissertação 07	202
Apêndice E: Monografias 01 e 02	203
Apêndice F: Monografias 03 e 04	204
Apêndice G: Artigos 01 e 02	205
Apêndice H: Artigo 03.....	206
Apêndice I: Resumos 01 e 02	207
Apêndice J: Resumos 03 e 04.....	208
Apêndice K: Resumos 05 e 06	209
Apêndice L: Resumos 07 e 08	210
Apêndice M: Resumos 09 e 10	211
Apêndice N: Resumos 11 e 12	212

APRESENTAÇÃO

Este trabalho representa a solidificação de olhares, reflexões e práticas de um caminho já percorrido, bem como a confirmação do quanto ainda tenho a aprender e a trilhar.

Quero, antes de apresentar o estudo, descrever um pouco da trajetória que me levou a discorrer sobre o Grupo de Movimento, nosso objeto de discussão.

A história começa a partir de um olhar sobre o corpo que dança. Apaixonada pela dança desde pequena, comecei meus primeiros passos de dança-arte na adolescência, época em que integrei o grupo de dança moderna “Vida Nossa”, dirigido por Rosângela Delgado no Sesc Vila Nova (SP). Vislumbrando a inserção em uma faculdade de Psicologia, chamava-me a atenção o estilo de cada um ao dançar, as dificuldades individuais, pensava no quanto existia de subjetivo em cada passo, gesto, expressão, mesmo numa coreografia sincronizada e ensaiada inúmeras vezes.

Enquanto graduanda, inicialmente no curso de Filosofia, na Faculdade de Filosofia e Ciências, campus de Marília, da Universidade Estadual Paulista “Júlio de Mesquita Filho” (UNESP), fui introduzida ao pensamento cartesiano, cujas formulações teóricas causavam, no auge dos meus 17 anos, indignação - não concebia a possibilidade de um pensamento que acreditava na dualidade mente e corpo. Remeter-me àquela época provoca-me risos frente a tal imaturidade, quando ficava angustiada e revoltada com as quatro meditações de Descartes, percebendo-me, por vezes resistente a estudá-las. Hoje reconheço a importância desse filósofo para a construção da ciência e para os estudos que venho desenvolvendo.

Paralelamente dei continuidade aos estudos da dança indo buscar conhecimento no Ballet Clássico, em que tive a oportunidade de participar de uma avaliação do exame da Royal. Tal experiência atravessou-me, instigando-me ainda mais reflexões, agora relacionadas à educação na dança.

Transferindo-me para o curso de Psicologia, na Faculdade de Ciências e Letras, UNESP (Assis), continuei perseguindo um caminho que criasse uma intersecção entre a dança e a psicologia. A unidade e a relação entre soma e psique permaneciam sendo meu foco. Na tentativa de produzir uma pesquisa de iniciação científica que abarcasse

as duas áreas de interesse, fui apresentada às teorias reichianas e neorreichianas, as quais me despertaram uma profunda identificação, porém havia pouco espaço na universidade para aprofundá-las. Durante os estágios, o campo social e a educação foram os que mais me fizeram sentido e por eles desenvolvi muitos grupos de trabalhos supervisionados por professores que me levaram a estudar o psicodrama, o grupo operativo e tantas outras teorias que embasavam uma intervenção grupal.

Concomitantemente, em Assis, sem muita opção para o estudo de outras modalidades de dança, o *Ballet* Clássico continuou presente. Por meio dele, integrei o grupo de dança da Escola de Ballet Isabel Gusmann e fui convidada, em parceria com Eliane Albuquerque – bailarina da mesma escola –, a ministrar aulas para crianças e adolescentes de baixa renda no teatro da cidade, mantido pela Fundação Assisense de Cultura (FAC). Com tal oportunidade, vinculada com as ideias humanistas que permeavam o pensamento em Psicologia da Educação e com fortes registros de tudo que pude apreender com a dança, procurei criar com aquelas alunas outro jeito de ensinar o clássico, valorizando a relação professor-aluno sob o prisma da afetividade e do respeito, trazendo exercícios de expressão corporal, ajudando-as a entenderem a importância do clássico em virtude da técnica, mas não como a única forma de dançar. Dessa experiência resultou a montagem de três espetáculos de dança-teatro, envolvendo direção, criação coreográfica e de roteiro. Nesse período participei de muitos festivais de dança, nos quais pude me nutrir da experiência de vários profissionais de dança-teatro, da contemporânea, do método Laban e da Eutonia.

Então, ao me graduar, segui com a formação em psicoterapia neorreichiana, ao mesmo tempo em que me dedicava ao trabalho de arte-educadora em dança, desenvolvido em projetos de complementação escolar promovidos por ONGs e entidades sociais conveniadas à Prefeitura do Município de São Paulo. A proposta era destinada aos adolescentes e crianças de baixa renda.

Perseguindo ainda a intersecção entre psicologia e dança, fiz a formação em Psicoballet, método desenvolvido pela cubana Georgina Fariñas, e o curso de introdução ao método Laban no Núcleo Morungaba, com Renata Soares. Entre seus objetivos buscava-se por meio da dança-educação, proposta por Laban, trabalhar a

inclusão social de crianças, adolescentes e adultos portadores ou não de deficiência física.

Os dois métodos vieram ao encontro da minha proposta de arte-educadora em dança, pois acredito nessa modalidade artística como um recurso capaz de potencializar cada pessoa, encarando-a como indivíduo e cidadão. O foco não era apenas despertar o olhar para a dança, mas para si mesmo, para a criação que se estendia das apresentações à vida, de forma que toda a vitalidade que aquelas crianças e adolescentes traziam consigo pudessem ser canalizadas para produções construtivas, passando pelo fortalecimento da autoestima, respeito e afeto.

Simultaneamente passei a me dedicar às aulas de Flamenco, com a professora Isabel Gusman, vindo após um período integrar a companhia de dança da Faculdade Ibero Americana, em São Paulo, onde permaneci durante quatro anos.

Durante a pós-graduação *lato sensu* em psicoterapia corporal neorreichiana, no Instituto Lumen, São Paulo, aproximei-me da clínica desenvolvida em consultório particular e da proposta de Grupo de Movimento, percebendo o quanto este se aproximava do que eu buscava em meus trabalhos com a dança, permitindo a junção entre as duas estratégias.

Por fim, foram todos esses cruzamentos que me fizeram atuar como psicóloga na antiga FEBEM, atual Fundação CASA, e nela abrir um espaço que possibilitasse o Grupo de Movimento aos adolescentes internados.

Acredito que se faz necessário explicar um pouco a respeito desse trabalho¹, que de certo modo representa um momento de maturação que, aliado às experiências anteriores, sustenta todas as indagações, apontamentos e reflexões que norteiam esta pesquisa.

Tudo começa com o início de uma nova unidade da FEBEM/SP, com novas instalações, novos funcionários e a ideia de uma nova proposta pedagógica, sendo esta a brecha institucional que os profissionais que realmente acreditavam e desejavam

¹ Trabalho intitulado *Grupo de Movimento: uma experiência com adolescentes internados na FEBEM/SP*, apresentado no X Encontro Paranaense e V Encontro Brasileiro de Psicoterapias Corporais (Curitiba/PR — 2005) e no 7º Congresso Internacional de Psicoterapia Corporal (São Paulo/ SP — 2005).

que assim fosse encontraram para introduzir novas estratégias de intervenção com os adolescentes.

O trabalho ocorria em uma Unidade do Complexo Brás/SP, Unidade de Internação 36, que recebia adolescentes primários graves entre 14 e 17 anos e 11 meses. Cabe ressaltar que se entende por primário grave qualquer adolescente que nunca tenha passado por uma instituição socioeducativa (Fundação Casa) e que cometera algum crime com porte de arma.

O dia em que recebemos os primeiros internos foi impactante para mim, pois estava acostumada a me relacionar com os adolescentes dentro de outro contexto, o qual, na concepção de Jacques, Varela e Bertazzo (2002), pode ser assim traduzido: Corpo Gingado, um ritmo de andar diferente, uma ginga sensual, ginga esta usada na capoeira para enganar o adversário, no futebol por meio dos dribles e no requebrar do samba. Andar do vai e vem, muito relacionado ao movimento das águas do mar, que traduz o movimento da periferia, de quem precisa da flexibilidade para percorrer os labirintos do espaço em movimento das favelas, que é oposto ao da experiência urbana modernista, marcada por ruas retas de cidades formais e racionalmente projetadas.

Esta era a “dança” que trazia boa parte dos adolescentes recebidos pela FEBEM, os quais, quando inseridos na Instituição, rapidamente precisavam aprender outro movimento: cabeça baixa, mãos para trás, falas condicionadas que “simbolizavam educação e respeito”, como senhor, senhora, licença incondicional. Elementos que têm como objetivo instalar a disciplina e conter o grande número de jovens, mas também colabora implicitamente com a afirmação do poder.

A nova dança devia ser imediatamente assimilada pelo adolescente, causando a perda da fluência “natural” do seu corpo, que era substituída por tensões corporais que contribuíam com a coreografia institucional. Incorporação observada durante as saídas dos adolescentes da Unidade para progressão de medida socioeducativa, os quais apresentavam dificuldades em andar solto, sem ter que levar as mãos para trás.

Nesse ambiente os transtornos somatizantes eram comuns, não apenas por parte dos adolescentes, mas o corpo dos funcionários também clamava por socorro.

Por meio dessas observações surgiu o trabalho de Grupo de Movimento, realizado entre agosto de 2002 e dezembro de 2003, mesclando o que eu havia aprendido na formação de psicoterapia neorreichiana com dinâmicas da dança-teatro. Entendia-se que além de todas as demandas trazidas por aqueles menores, havia um pedido latente por espaço de expressão, de contato consigo e com o outro. Com o cuidado necessário para não promover mobilizações psíquicas profundas, pretendíamos contribuir com o alívio e consciência das tensões corporais e emocionais e possibilitar um espaço e um tempo para que eles se percebessem, se sentissem, se acolhessem e fossem acolhidos. Assim, com o desenvolvimento de tal atividade, pude constatar o enorme potencial presente nos Grupos de Movimento.

A partir dessa trajetória, das inquietações renovadas, surge o que nos propomos a discutir na presente dissertação. E assim começa a segunda parte da história.

Trata-se de uma pesquisa teórica, que tem como objetivo mapear e analisar as publicações existentes acerca do Grupo de Movimento, a fim de investigar sua possível aplicabilidade na área educacional.

Entendemos por Grupo de Movimento uma estratégia de intervenção grupal oriunda da psicoterapia corporal que consiste em proporcionar às pessoas vivências corporais que ajudem a amenizar as tensões físicas e emocionais, favorecendo, segundo Gama e Rego (1996), a percepção de si, a vitalidade, o bem-estar e a expressividade.

Pretendemos desenvolver esta investigação tendo como foco as seguintes questões norteadoras: 1) quais os trabalhos publicados sobre Grupo de Movimento no Brasil?; 2) trata-se de uma técnica utilizada apenas no Brasil?; 3) que tipo de população vem sendo atendida?; 4) quais os espaços que os Grupos de Movimento estão ocupando?; 5) qual o seu potencial de aplicação no campo da educação?; 6) o que fundamenta a apropriação do termo Grupo de Movimento?

Para tanto, partimos de uma revisão de literatura, abrangendo dissertações, monografias, artigos e resumos, a fim de identificar os trabalhos publicados sobre Grupo de Movimento. As publicações foram encontradas em sites científicos, institutos de formação em psicologia corporal, revistas da área, biblioteca da PUC/SP e USP, no meu acervo pessoal e no do orientador deste trabalho.

Nas análises, procuramos abordar o perfil do profissional responsável pelo grupo, os objetivos do estudo, as características do público alvo, os métodos usados para coleta de dados e a avaliação dos resultados, o local onde as atividades foram realizadas, o número de sessões utilizadas, a duração de cada encontro, as frequências, as atividades trabalhadas, as observações antes e depois do Grupo de Movimento e a conclusão de cada experiência divulgada.

A proposta que se apresenta justifica-se na medida em que nos defrontamos com muitos trabalhos de Grupo de Movimento sendo desenvolvidos, porém com boa parte deles não sendo publicados, se comparados com a quantidade de grupos que vêm ocorrendo nas mais diversas instâncias – observamos que a maioria das publicações se deteve em compartilhar as experiências obtidas com a aplicação do Grupo de Movimento. Nesse sentido, acreditamos que esta investigação venha a contribuir com o aprofundamento teórico sobre esse tipo de intervenção da psicologia corporal e com sua possível inserção na área educacional.

Três capítulos estruturam nossa pesquisa. A introdução constitui o primeiro assunto, no qual incluímos o arcabouço teórico necessário para a fundamentação dos Grupos de Movimento, sua história e sua identidade. Levantamos questionamentos acerca do termo adotado e abordamos as distinções existentes entre essa prática corporal e outras cada vez mais assimiladas pela sociedade, bem como a diferença entre a psicoterapia e tal intervenção grupal.

O segundo traça a metodologia utilizada e as análises de cada estudo levantado, iniciando com a apresentação, a princípio, de sete dissertações, quatro monografias, três artigos e 16 resumos.

Por último, esboçamos as considerações finais, pautadas pelos trabalhos apreciados, levantando reflexões e apontamentos acerca da aplicabilidade, identidade e pertinência do Grupo de Movimento ao campo educacional.

Com o intuito de propiciar uma visualização dos dados levantados em cada produção analisada, elaboramos 14 quadros contendo informações que sintetizam pontos que consideramos relevantes nos estudos pesquisados, sendo: título e ano de publicação; objetivo da pesquisa; participantes; nível socioeconômico; faixa etária; local das atividades; número de integrantes; sexo; método; procedimento do Grupo de

Movimento; práticas corporais; observações antes do Grupo de Movimento e resultados (ver apêndices, pp. 198-212).

1 INTRODUÇÃO

A prática do movimento é o instrumento capaz de fornecer condições para que nossas potencialidades ganhem forma.

Ivaldo Bertazzo

O final da década de 1960 foi marcado por intensos movimentos político- sociais nomeados, *grosso modo*, como contracultura, cujo lema central era a liberdade de expressão, influenciando assim os mais diversos campos de conhecimento. Na área de saúde mental, a antipsiquiatria ganhou força, pregando o fim dos manicômios e trazendo uma nova maneira de olhar os pacientes com diagnósticos psiquiátricos.

Diante de tal fervor social, as intervenções terapêuticas grupais passaram por uma reformulação, influenciadas pelas “técnicas de potencial humano”. Osvaldo Saidon (1983) aponta que estas enfatizavam as formas de trabalhos não verbais, tendo o corpo como foco. Essa vertente nasceu na Califórnia, compreendendo os Grupos de Encontros de Rogers, a Gestalt-Terapia de Perls, as comunidades terapêuticas, as terapias reichianas e os demais trabalhos corporais que buscavam o resgate da integração mente e corpo, podendo ser pelos seguintes métodos: Feldenkrais, Rolfing, Eutonia e Bioenergética (Favre, 1997).

Assim, o corpo ganha outra conotação. As ideias de Wilhelm Reich (1897 -1957) são fomentadas como forma de dar suporte à busca de expressão, liberdade, prazer, enfim, outros modos de viver.

É nesse cenário que o Grupo de Movimento², método de intervenção grupal da psicoterapia corporal, foi gradualmente sendo inserido no Brasil. Para maior compreensão desse trabalho, consideramos necessário discorrer sobre alguns conceitos norteadores que o fundamentam, desde o surgimento da psicoterapia corporal com Reich até as abordagens neorreichianas. Ressaltamos que não é nossa pretensão detalhar dados históricos de cada escola - há autores que assim o fizeram com maior

² Utilizaremos também a sigla GM.

destreza, focalizando cada uma delas -, mas elucidar alguns pontos teóricos pertinentes ao entendimento dos trabalhos que serão apresentados posteriormente.

Reich, a partir dos seus estudos e de seu envolvimento com a psicanálise, de maneira pioneira deu importância ao corpo no tratamento de conflitos emocionais, fazendo brotar as sementes da psicoterapia corporal.

Iniciou aprofundando elementos que abarcavam a técnica psicanalítica, apontando que, antes de analisarmos os sintomas, precisaríamos compreender e trabalhar as resistências presentes. Indicou a orientação, já sugerida em Freud, de que não apenas os conteúdos verbais eram importantes para análise, mas a maneira pela qual eles eram manifestados, observando-se todo o expressar corporal, que também se tornaria elemento de investigação analítica. Em face de tal orientação, desenvolveu conceitos nucleares, sendo pertinentes a esta pesquisa o caráter, as couraças, a fórmula do orgasmo e a unidade funcional soma-psyque.

Para Reich (1942/1978), caráter “é a soma total funcional de todas as experiências passadas” de um indivíduo (p. 129). Nessa definição, inclui seu modo de reação, tom de voz, postura, enfim, todos os elementos que constituem uma personalidade.

Rodrigues (2008), em sua dissertação, aponta que no decorrer da obra reichiana esse conceito é ampliado e compreendido não apenas sob o prisma psicológico, mas também pela perspectiva funcional e energética. Desse modo, o termo caráter entrelaça em si todos os aspectos - biológicos, psicológicos e sociais - que compõem o indivíduo. Quanto a essa composição, Wagner (2009) explica:

Esse conceito - caráter - encerra sua multideterminação biológica (uma vez que qualquer experiência humana só é possível a partir do funcionamento biofisiológico), psicológica (o caráter se estrutura na instância chamada ego, correspondente psíquico da complexa dinâmica corporal) e sociológica (as regras, normas, valores, usos e costumes de cada grupo social fornecem os moldes comportamentais para seus integrantes) (p.148).

Reich (1933/1998) compreendia que a estrutura social e econômica de uma determinada sociedade contribui com a formação do caráter, refletindo nos modos de vida familiar, a qual se torna um órgão representante do Estado, reproduzindo os

mecanismos de repressão sexual e de poder. Nesses termos, "*a estrutura do caráter é o processo sociológico congelado de uma determinada época*" [itálicos do autor, p. 7].

O caráter assume, assim, uma função defensiva que visa a proteger o ego de situações e sentimentos desconfortáveis e indesejáveis, sendo, portanto, de acordo com Wagner (2009), necessário para a estrutura psíquica do indivíduo.

No entanto, a intensificação dessa defesa, sua cronicidade, pode desencadear o que Reich denominou de couraça, gerando um estado de rigidez psíquica e física, daí a ideia de couraça de caráter e couraça muscular. Reich (1933/1998) entendia a couraça de caráter "como resultado crônico de choque entre exigências pulsionais e um mundo externo que frustra essas exigências. Sua força e contínua razão de ser provêm dos conflitos existentes entre a pulsão e o mundo externo" (p. 152). Essa definição nos faz entender que as forças do ego excedem em suas defesas no intuito de se proteger, criando uma tensão que se instala no corpo em forma de rigidez muscular, organizando-se em sete anéis³ localizados nas regiões dos olhos, boca, pescoço, tórax, diafragma, abdômen e pelve. Nas palavras de Boadella (1992):

Os padrões de tensão corporal podem ser vistos como a história congelada de uma pessoa. Essas diferentes expressões refletem a maneira como uma pessoa encara o mundo. Ela também contém, de uma forma reprimida, a história de seus primeiros relacionamentos com os pais e os irmãos. (p. 18)

Consequentemente, para Reich, todo enrijecimento produzido impede o livre fluxo da vida, limitando o indivíduo a vivenciar o prazer, dada a estagnação de energia que se instala no organismo em sua totalidade, bem como o afasta do desprazer, diante da defesa excessiva que o protege da dor.

Nesses moldes, temos que, dentro da concepção reichiana, rigidez e tensão muscular são atributos da couraça. Todavia, Rego (2008), pautado por escolas neorreichianas, sobretudo Boyesen e Keleman, e por contribuições da neurociência, abre uma discussão acerca da hipotonia enquanto forma de encorajamento. O autor,

³ Cabe acrescentar que o conceito de anéis vem sendo discutido por estudiosos da área corporal. Rego (1993) em seu artigo concebe que anatomicamente não é correta a concepção reichiana de anéis, visto que as inúmeras regiões do corpo humano não são independentes, elas funcionam interligadas umas às outras. Nesse sentido, pautado pela concepção de Navarro, o autor sugere o uso de níveis ou de segmentos da couraça, deixando clara a integração presente entre as áreas descritas por Reich.

compreendendo a tendência reichiana em vislumbrar a couraça pela ordem do “tônus aumentado”, reconhece que poucas abordagens reichianas estenderam o olhar para a dificuldade de a pessoa conter energia, apresentando pouco tônus muscular, constituindo, assim, a hipotonia, que difere da hipertonia. Esta consiste em acumular energia em partes do corpo, desencadeando as tensões.

Entrementes, seja hipotonia ou hipertonia, o fato é que ambas denotam a presença de cronicidade e, além disso, apontam para dificuldades no fluxo de energia, sendo este outro tema nuclear da teoria reichiana, presente desde o início de suas formulações, mas que ganha força quando Reich funda a vegetoterapia carateroanalítica. Esta consiste na criação de formas de intervenções corporais que - por meio da respiração e de toques em pontos do organismo, no sentido cefalocaudal, pela via dos segmentos interligados da couraça (anéis) já descritos, iniciando na região ocular e concluindo na pélvica - tentavam causar reflexos no sistema nervoso autônomo. Buscava-se diluir as couraças, provocando a carga e descarga de energia para alcançar o relaxamento físico e psíquico, a fim de trazer os sentimentos mais angustiantes.

E assim se compõe o que Reich chamou de fórmula do orgasmo ou fórmula da vida, a qual se configura na curva orgástica de quatro tempos: tensão corporal, carga energética, descarga energética, relaxamento corporal. Refere-se a uma curva por se tratar de um movimento ascendente e descendente, que implica em um aumento da tensão, geradora de uma carga que uma vez descarregada reduz a tensão e atinge o relaxamento. Tal constatação advém de inúmeros experimentos que o levou a propor a existência de uma energia, inicialmente denominada de Bioenergia. Segundo ele, significava a capacidade pulsátil do organismo atinente à possibilidade de carga e descarga (Wagner, 2009).

Nesse sentido, Reich (1942/1978) acreditava na possibilidade de um caráter saudável, com suas defesas estruturadas de forma mais flexível, o qual denominou de caráter genital. Entretanto, cabe considerar a seguinte colocação de Wagner (2009):

Embora Reich estabeleça distinções quantitativas e qualitativas entre os caracteres genital e neurótico, reconhece que, em larga medida, as diferenças são primariamente funcionais e secundariamente estruturais. Isso significa dizer que esses tipos caracterológicos não são formações estanques ou imutáveis.... Assim, uma pessoa mais genitalizada não está isenta

de ter reações ditas neuróticas. Por sua vez, um tipo neurótico não está cabalmente impossibilitado de vivenciar situações de forma plena, genital. O potencial genital (a capacidade de entrega e a possibilidade do reflexo orgástico) está em qualquer ser humano. (p.155)

Essa argumentação alia-se às formulações de Albertini (1997) atinentes à inexistência de “indivíduo potente”, mas de encontro potente. O pesquisador aponta que:

Reich está focalizando um potencial humano, o potencial orgástico, que é dependente tanto do desenvolvimento pessoal quanto de um encontro satisfatório com o outro. Nesse sentido, o que há são encontros, encontros nos quais a dimensão erótica, emocional e inconsciente presente favorece a expressão sexual dos amantes. Se não existe sujeito potente isoladamente, não há também a garantia de um encontro ser sempre potente. Isso porque o encontro realizador pode ocorrer numa fase do relacionamento e não em outra, dada a incontável dinâmica, tanto dos indivíduos quanto dos relacionamentos humanos. (p.62)

Tais premissas engendram reflexões a respeito de algumas variáveis do GM, mas que no momento devemos deixar para o futuro.

Todos esses conceitos desenvolvidos por Reich ao longo de seus estudos de alguma forma demonstram como a integração mente e corpo foi se fortalecendo em seu trabalho, apreendendo o homem como uma unidade funcional soma-psique. À medida que avançava em suas pesquisas e em seus casos atendidos, convencia-se de que “*‘o inconsciente’ de Freud está presente e é concretamente perceptível sob a forma de sensações e impulsos do meio vegetativo*” [itálicos do autor] (Reich, 1942/1978, p.63).

Essa premissa era percebida nos pacientes com algum tipo de paralisia corporal atendidos por Reich, que, ao investigar o histórico, constata a possibilidade de uma causa emocional. Ele acreditava que os conteúdos psíquicos podiam acarretar manifestações físicas capazes de mudar o funcionamento de órgãos específicos do corpo.

De acordo com Rodrigues (2008), a criação da vegetoterapia representa um marco teórico e clínico que fortalece o pensamento pautado pela unidade funcional soma-psique. Apesar disso, esse mesmo autor entende que “Quando Reich discorre sobre a couraça deixa definido que está correlacionada à dinâmica emocional do paciente e a funcionalidade indissolúvel entre o somático e o psíquico” (p.102).

Nessa vertente, podemos apreender que a unidade somática e a psíquica é presente desde o início do pensamento reichiano, quando se inquietava com os pacientes que não apresentavam melhoras com a técnica psicanalítica freudiana, levando-o a enfatizar a importância de ter o corpo como um elemento a ser também analisado.

Assim, indo além do pensamento mecanicista, quebrando a dualidade que norteava e ainda por vezes direciona o pensamento científico, Wagner (2009) considera que:

A novidade apresentada por Reich foi estabelecer a relação entre o modo de funcionamento orgânico com a dinâmica psíquica inconsciente. Dito de forma mais específica, Reich ultrapassou o dualismo pontual soma-psique e propiciou a compreensão das disfunções de qualquer ordem, como resultantes de todo o processo de desenvolvimento psicorporal. (p.153)

A partir dessa ótica, ele expandiu a forma de olhar o indivíduo. Sua psicologia psicorporal, tal como sugere Wagner (2009), foi paulatinamente criando novas técnicas que buscassem compreendê-lo em sua totalidade. Segundo Rodrigues (2008), o respaldo na unidade funcional soma-psique fez com que a pessoa pudesse ser tocada tanto pela palavra quanto pelo corpo.

Uma vez contemplado alguns pontos centrais da teoria reichiana que fundamentam a proposta do GM, pretendemos continuar nosso trajeto dissertativo percorrendo sobre alguns continuadores do caminho aberto por Reich. Temos que suas ideias difundiram-se de modo a criar outras escolas, conhecidas como neorreichianas, dentre as quais destacamos as de nosso interesse para o desenvolvimento desta pesquisa: a Bioenergética de Alexander Lowen (1910-2008), a Biodinâmica de Gerda Boyesen (1922-2005), a Psicologia Formativa de Stanley Keleman e a Biossíntese de David Boadella. Apresentaremos, nessa ordem, alguns pontos norteadores de cada abordagem que se articulam ao nosso objeto de estudo, o GM.

A Análise Bioenergética foi fundada em 1953 por Alexander Lowen e John Pierrakos, porém instituída somente em 1956 com o Instituto de Análise Bioenergética, em Nova York.

Tudo começou com a experiência pessoal de Lowen em atividades físicas, que o fazia acreditar no quanto o indivíduo influenciava suas atitudes mentais por meio de um trabalho corporal. Passou a se interessar pela relação mente-corpo, quando então descobriu as ideias de Wilhelm Reich, tornando-se seu aluno entre 1940 e 1952 e seu paciente entre 1942 e 1945.

Em 1947, Lowen foi estudar medicina na Suíça, vindo a concluir o curso em 1952. Em 1953, voltou a procurar Reich, que estava empenhado em seus estudos sobre a energia orgone, com os quais Lowen pouco se identificou. Isto provocou o rompimento entre ambos, que, segundo Odila Weigand (2005), foi ocasionado pela "...necessidade de Lowen em aprofundar o aspecto analítico da psicoterapia reichiana, o comprometimento de Reich com as instituições legais nos Estados Unidos e a descrença no valor terapêutico dos acumuladores" (p. 6).

Seguindo independentemente de Reich, Lowen, em conjunto com Pierrakos, começou a experimentar exercícios no próprio corpo. Tais práticas os levaram a criar mudanças na aplicação de técnicas corporais que resultaram na Bioenergética. A primeira ocorreu tirando o paciente do colchão e trabalhando com ele em pé, inaugurando daí a posição do "*grounding*"⁴. Com esse termo partiram do pressuposto de que as pernas bem plantadas no chão, firmes, com energia, implicavam numa percepção interna e externa, e assim, além das sensações físicas, também originavam sentimentos.

Lowen (1985) desenvolveu uma sequência de três posições do *grounding*: a primeira corresponde ao corpo ereto, pés separados, na mesma direção dos ombros, joelhos flexionados, abdômen relaxado, peso levemente direcionado para o peito do pé sem tirar os calcanhares do chão; a segunda, denominada de *grounding* em arco, parte da mesma posição, porém com as costas arqueadas para trás, pés um pouco separados a uma distância aproximada de 40 cm, artelhos ligeiramente virados para dentro, os punhos fechados e posicionados na linha da cintura; na terceira⁵, o corpo se

⁴ Esse termo é a pedra fundamental da Bioenergética, pois representa plantar os pés no chão, estabelecer contato com a realidade, com seu corpo, com sua sexualidade (Lowen, 1982).

⁵ Esse exercício é usualmente chamado de *grounding* invertido. Veremos essa denominação nas dissertações de mestrado de Moyzès (2003) e de Weigand (2005).

dobra para frente, levando os dedos das mãos em direção ao chão, os pés se distanciam a 25 cm aproximadamente, os artelhos continuam voltados para dentro, a cabeça fica solta, para baixo, e o peso do corpo, sob os pés. A respiração é constantemente estimulada.

Cabe ressaltar que outras concepções de *grounding* foram desenvolvidas. Weigand (2005), em sua dissertação, explora os diversos tipos, os quais serão explanados posteriormente neste estudo.

Outra mudança foi o desenvolvimento do "*Stool*"⁶, o qual promove alongamento nas costas e abertura no tórax, o que leva a um aprofundamento respiratório.

Instaura-se, daí, a primeira diferença entre a Vegetoterapia, desenvolvida por Reich, e a Análise Bioenergética. A primeira trabalhava com o paciente no colchão, e suas técnicas corporais focalizavam o sentido cefalocaudal. A Bioenergética introduziu o inverso. Com o paciente em pé, iniciando com exercícios de pernas, rompeu com o conceito de anéis descritos por Reich e trabalhou com o corpo integrado em busca de um estado vibratório corporal. Esse é outro componente da terapia, entendendo que, segundo Lowen e Lowen (1985), "um corpo vitalizado vibra e pulsa" (p. 18).

Dentro desse enfoque, Lowen (1982) definiu que:

A Bioenergética é uma técnica terapêutica que ajuda o indivíduo a reencontrar-se com o seu corpo, e a tirar o mais alto grau de proveito possível da vida que há nele. Essa ênfase dada ao corpo inclui a sexualidade, que é uma das funções básicas. Mas inclui também as mais elementares funções de respiração, movimento, sentimento e auto-expressão. (p.38)

A Bioenergética classificou também, a partir de uma leitura do desenvolvimento psicosssexual da criança formulado pela psicanálise, cinco tipos básicos de estrutura de caráter: o caráter esquizoide, o caráter oral, o caráter psicopata, o caráter masoquista e o caráter rígido.

Cada qual foi estudada, desde sua formação histórica até sua distribuição energética no corpo, suas defesas e características físicas. Lowen (1982) explica que essa classificação corresponde às posições de defesa e não às pessoas, entendendo

⁶ Instrumento utilizado para ampliar a respiração. Inicialmente se utilizava uma escada de madeira de 60 cm de altura, no qual se enrolava e amarrava um cobertor para promover o conforto nas costas. Atualmente é possível produzir uma espécie de banquinho apropriado ao objetivo (Lowen, 1982).

que não é possível existir um caráter puro, mas a combinação de várias ou todas as defesas em uma personalidade.

Essa tipologia é atualmente discutida e questionada pelos estudiosos da área. O artigo de Rego (1994) faz um apanhado histórico do uso da Biopsicotipologia ou fisiognomonia, que, a partir das características corporais, possibilita inferir aspectos psicológicos e vice-versa. Ele traz demonstrações de que ao longo da história a criação de algumas biopsicotipologias foram aceitas e posteriormente tidas como falsas, haja vista a Antropologia criminal de Lombroso, na segunda metade do século XIX, que defendeu a possibilidade de se conhecer características criminosas conforme o biotipo da pessoa. Sua crença, de acordo com Rego, influenciou uma época ao mesmo tempo em que trouxe consequências sociais, podendo ter levado muitos inocentes à condenação. Nesse sentido, o autor defende o cuidado em utilizar tais biopsicotipologias, argumentando:

...talvez o mais prudente seja a não adesão cega a nenhuma delas, e sim fazer uma utilização criteriosa e prudente das diversas classificações. Sempre lembrando a ressalva dos estudiosos do assunto, de que a correlação anátomo-psíquica é parcial e limitada, com freqüentes exceções. Em outras palavras, mesmo quando se utiliza e se acredita em uma classificação biopsicotipológica, deve-se ter sempre em mente que aquela pessoa com quem você está interagindo num dado momento pode muito bem ser uma exceção, que talvez não se aplique nessa situação específica a regra que tão útil se revelou em muitos outros casos. (p. 06)

Contudo, embora não seja nosso objetivo discutir acerca da nebulosidade que envolve as tipologias descritas por Lowen, tomar conhecimento delas e de suas controvérsias é pertinente a este estudo, visto que alguns trabalhos são organizados sob o prisma de tais posições defensivas que os pesquisadores consideraram presentes no contexto grupal.

Quanto ao desenvolvimento de trabalhos em grupo, na década de 70, Lowen e sua esposa, Leslie Lowen, passaram a reunir clientes e alunos para experimentarem trabalhos corporais, já vivenciados por ele, que participava como praticante, e não como facilitador, ficando tal papel a cargo de Leslie. Para Lowen, somente podemos sugerir algo aos nossos pacientes uma vez que já o tenhamos sentido no próprio corpo. A partir desses encontros, que funcionaram inicialmente como uma espécie de laboratório, nomeado *Bioenergetic exercise class*, surgiram muitas técnicas da Análise

Bioenergética. Cabe salientar que esses grupos tiveram influência direta na criação do Grupo de Movimento no Brasil.

Nessa mesma época, Gerda Boyesen, psicóloga e fisioterapeuta norueguesa, trabalhando em Londres a fim de desenvolver a Psicoterapia Biodinâmica, passou a conduzir grupos não psicoterápicos. Neles integrava algumas técnicas da Bioenergética, mas os dirigia ao seu modo, a partir da sua concepção acerca da expressão corporal. Entendia que o movimento e a emoção deveriam ser algo que fluísse, aparecesse, se desenvolvesse, surgisse do interno, a partir das sensações corporais, e não um estímulo imposto. O casamento entre seu estilo de trabalho – entendido como o de uma parteira que busca deixar vir as emoções por meio do método do “estímulo interior” – e a Bioenergética pode ser compreendido no exemplo que a própria Boyesen (1986) descreveu:

“Deixe falar seu corpo, deixe fazer seu corpo, deixe este movimento se desenvolver”, e sugeria, quando o movimento vinha, expressar a emoção com um dos exercícios de Lowen. Por exemplo, quando aparecia o “não” ou o “eu quero” em seus lábios, eu sugeria este modo de expressão como sendo uma maneira de expressar a descarga. Isto se tornou um método poderoso do paciente. Esta técnica, assim praticada, já não era mais mecânica. (p. 107)

Grosso modo, a história da Psicologia Biodinâmica começou quando Gerda Boyesen leu o livro *A neurose e o caráter neurótico*, de Harold Schelderup, o que a levou a procurar terapia, tornando-se, então, cliente de Ola Raknes, discípulo de Reich na Noruega. Concomitantemente, ingressou na faculdade de Psicologia.

Enquanto psicóloga, estagiou e trabalhou em clínicas e hospitais psiquiátricos, quando se encontrou com Nic Waal, vegetoterapeuta formada por Reich e dona de um instituto no qual Boyesen desejava atuar como psicóloga clínica. Porém, foi aconselhada por Waal a estudar Fisioterapia para que pudesse conhecer profundamente o corpo. E assim o fez.

Como fisioterapeuta, trabalhou no Instituto Bülow-Hansen, onde fazia massagens nos pacientes que eram inclusive encaminhados por psiquiatras. Tal experiência foi algo surpreendente e determinante para Boyesen (1986), que, impressionada, afirmou:

O que me surpreendia era que fosse possível curar pessoas realmente neuróticas sem Psicoterapia. Realmente, os médicos e os psiquiatras enviavam os pacientes neurotizados ao Instituto Bülow-Hansen e nós os devolvíamos para controle. E os psiquiatras estavam surpresos, mas em todo caso, satisfeitos com os resultados. (p.35)

Boyesen percebia que as pessoas, ao serem massageadas, apresentavam manifestações físicas, entendidas como descarga vegetativa, ocorrendo por meio de tremores, transpiração, dores, náuseas, diarreias e ruídos produzidos pelo peristaltismo intestinal, que podia contribuir com o processo de autorregulação do indivíduo. Os toques eram realizados com ajuda de um estetoscópio, adotado pela psicoterapeuta para alcançar uma melhor escuta dos sons peristálticos.

O conceito de autorregulação, originário da biologia, representa um núcleo da teoria reichiana, o qual pode ser entendido como um processo intrínseco do organismo responsável pela manutenção do seu equilíbrio.

Boyesen (1986) compartilha dessa ideia, afirmando "...que o corpo tem seu próprio mecanismo natural de eliminação e de regulação. O psicoperistaltismo tem como função dissolver e eliminar a tensão nervosa" (p. 86). Para ela, os conflitos inconscientes e o *stress* cotidiano contribuem para o mau funcionamento do psicoperistaltismo e conseqüentemente impedem o livre fluxo da autorregulação.

Albertini (1994) elucida o princípio como "...uma espécie de competência espontânea, visceral, da própria vida...[,] uma espécie de 'racionalidade instintiva'. Há nessa postura uma confiança na Razão da natureza, no mundo instintivo, no animal humano" (p. 69). Samson (1994), por sua vez, sustenta que "Auto-regulação⁷ é meta terapêutica que tem prioridade sobre o fechamento da curva orgástica, embora a primeira dependa da segunda" (p. 2). E Rego (2005), em sua tese, pautado pelas formulações reichianas, compreende que "a recuperação da capacidade para o prazer e o orgasmo poderia trazer de volta o contato com o cerne biológico e a capacidade de auto-regulação..." (p. 29).

Ante a tantas considerações, temos que o princípio compactua com a ideia de um potencial curativo, inerente ao desenvolvimento natural do ser humano. Porém,

⁷ Em respeito ao estilo APA, transcrevemos as palavras dos autores citados exatamente como constavam nos textos originais, mesmo aquelas que passaram por mudanças conforme o acordo ortográfico brasileiro.

dadas as exigências culturais, o indivíduo se distancia de tal mecanismo. Nesses termos, o processo psicoterapêutico dentro de uma abordagem corporal buscaria, entre outros objetivos, auxiliar o paciente a restabelecer o contato com a autorregulação. O mesmo condiz com a proposta de um GM.

E assim, da junção das experiências da psicologia com a fisioterapia, aliada à terapia pessoal de Boyesen em vegetoterapia, nasceu a teoria da Biodinâmica, trazendo complementos às formulações reichianas. Nela se deu maior atenção à hipotonia, tema abordado anteriormente, observando-se que, por trás de uma hipertonia, pode-se encontrar camadas musculares hipotônicas - e o contrário também é possível.

Cabe também pontuar que a Psicologia Biodinâmica discutiu o papel da resistência, percebendo a importância de respeitá-la, tornando-se “sua amiga”, como nas palavras de Rego (2005): “Tem como base, por um lado, não ceder à resistência e não compactuar com ela; por outro, não tentar removê-la de uma forma que exceda a capacidade de assimilação do paciente” (p. 72). Para tanto, Boyesen (1986) entendeu como necessária a importância do *setting* flexível, que visa a adequar a técnica empregada e cada atendimento ao perfil de cada cliente. Logo, há aqueles com que um contato maior é confortável, mas com outros representa uma invasão, vindo a formar uma “couraça secundária”, que, segundo ela, consiste na formação de uma nova defesa dada a uma intervenção psicoterapêutica precoce ou até mesmo inadequada ao momento ou ao paciente. Nesse sentido, Samson (1994) explica que:

O contato com o material inconsciente se dá num momento de ansiedade onde o ego irá procurar respaldo no sistema de defesa para se proteger. Se o sistema de defesa for retirado e o material reprimido tiver intensidade maior que a suportada pelo ego, haverá, na grande maioria dos casos, uma formação rápida de uma defesa mais complexa, ou seja, uma couraça secundária. Se o paciente não possuir base suficiente para a formação de uma defesa secundária ele corre o risco de um surto psicótico. A relação entre o sistema de defesa e o material inconsciente pode ser definida como sendo de maturidade: o sistema de defesa só deve ser aberto quando houver condição de sustentação do material reprimido pelo ego. (p. 2)

Dessa forma, para Boyesen (1986), “O método biodinâmico consiste em adaptar os exercícios ao que pretendemos obter do paciente e do grupo. Assim, o terapeuta modula sempre os movimentos da energia” (p. 138). Em suma, as formulações teóricas

da Biodinâmica e o seu estilo de trabalho, fazendo fluir o “estímulo interior”, as massagens, o se tornar “amiga da resistência” do paciente, evitando assim uma “couraça secundária”, são elementos que compõem o arcabouço do GM, seja ele mesclado com outras técnicas ou um trabalho grupal puramente biodinâmico.

Seguindo para a Psicologia Formativa, temos que, na concepção de Keleman (1992), “Formas anatômicas específicas produzem um conjunto correspondente de sentimentos humanos” (p. 57). Tal conceito é um dos pontos norteadores de seu trabalho.

A trajetória de Stanley Keleman começa a partir de sua vivência em atletismo na juventude, quando passou a ter maior interesse pelo corpo, o que o levou a graduar-se em 1954 em Quiropraxia, pelo Instituto de Nova York. No entanto, estudou massagens terapêuticas, fenomenologia, além de Freud, Reich e Lowen. Teve contato com o movimento humanístico de Carl Rogers, Frits Perls e tantos outros. Na Alemanha, frequentou o Centro de Estudos Religiosos, vindo a receber ensinamentos sobre a Psicologia do Religioso, e associou-se durante 15 anos com o mitologista Joseph Campbell, o que o levou a desenvolver ligações entre o mito e o corpo.

Em 1957, foi membro do Instituto de Análise Bioenergética e trainer até 1970. Desde 1972, dirige o Centro de Estudos Energéticos em Berkeley, onde concentra seus trabalhos atuais como clínico e formador de profissionais que desejem seguir sua proposta.

Regina Favre, responsável pela inserção do pensamento kelemaniano no Brasil, no prefácio feito ao livro do Keleman (1992), compreende que sua teoria amplia o conceito de couraça - sendo também um dos neorreichianos que desenvolvem a ideia de hipotonia muscular enquanto tal. Considera que seu trabalho poderia ser chamado de “filosofia clínica”. Logo, parte não apenas de estudos acerca da compreensão anatômica e fisiológica, mas também do psicológico e do mitológico.

Em sua abordagem, o corpo pode ser entendido como pulsante, vivo, subjetivo, uma cadeia de eventos que se manifesta ao longo do tempo, constituindo-se em formas. Estas, por sua vez, são um seguimento complexo de impulsos, sentimentos, imagens e ações que projetam e dão ao corpo a vitalidade de cada um, determina como cada pessoa se insere no mundo.

Trata-se de algo em constante transformação, que possui uma sequência natural, mas que, diante das “agressões” - as quais Keleman considera que podem ser tanto de ordem interna, tais como sentimentos de raiva, medo e até conteúdos imaginativos, quanto externas, desde um estímulo do ambiente até as relações -, faz com que o corpo tenha que se organizar de outra maneira, estruturando as defesas.

Para desenvolver a teoria, Keleman (1992) partiu de estudos de embriologia e de anatomia a fim de compreender como as formas corporais se processam desde a formação do feto. Levou em consideração toda a teia de relações que o ser humano é envolvido durante a gestação e suas mudanças ocorridas no decorrer do crescimento infantil até a fase adulta.

O autor criou métodos que buscam ajudar o paciente a se perceber corporalmente, compreendendo seu padrão corporal, e assim auxiliá-lo a criar outro padrão. Eles consistem em somagramas e na técnica do corpar. Os primeiros são desenhos do corpo subjetivo, que refletem os elementos que a pessoa percebe da própria imagem corporal, a partir dos quais paciente e facilitador fazem juntos a leitura desvelando conteúdos que expressam a subjetividade.

O segundo método, Keleman (1995) estruturou em cinco passos: o primeiro consiste em sensações e autopercepção vividas no momento; no segundo, aprofunda-se em “como é” a forma do corpo sentida com a experiência presente; o terceiro, denominado “sanfona”, visa à intensificação e desintensificação do que é percebido; no quarto, propõe-se uma pausa como uma estratégia de recolhimento para acessar o que foi processado até então; e o último é buscar novas possibilidades, atentando-se novamente para “o que é”, “para as expressões únicas que emergem desse oceano somático” (Favre, 2001, p. 72).

As duas técnicas são utilizadas em GM, principalmente nos trabalhos grupais de Favre. Sandra Sofiati, psicoterapeuta reichiana, também os integra aos seus grupos denominados de Corpo Sonoro.

Partindo para a Biossíntese, nascida na década de 1970 com Boadella, este, por sua vez, educador e terapeuta treinado em Análise do Caráter e Vegetoterapia por Ola Raknes, criou, em 1981, o Centro Internacional de Biossíntese em Londres, que

atualmente localiza-se em Zurich, Suíça. Entre 1989 e 1992 presidiu e fundou a Associação Europeia de Psicoterapia Corporal.

A solidificação dessa teoria recebeu influência de diversos pesquisadores neorreichianos, psicanalistas e outros, os quais destacamos: Boyesen (Biodinâmica), Lowen (Bioenergética) e Keleman (Psicologia Formativa); Francis Mott e Otto Rank sustentaram suas concepções acerca da vida intra-uterina; Melanie Klein e Frank Lake ajudaram-no a pensar as relações objetais entre mãe e filho.

O termo, Biossíntese, que segundo Boadella (1992) significa “integração à vida”, foi criado por Francis Mott. Sua abordagem é marcada pela crença de que o feto começa a ser desenvolvido dentro do útero, influenciando no desenvolvimento das camadas embriológicas, sendo elas:

- Ectoderma: constituída pela pele, sistema nervoso e órgãos dos sentidos; forma-se a partir daí o pensamento e a percepção;
- Endoderma: formado pelas vísceras e pulmão; está relacionado com a respiração e os sentimentos;
- Mesoderma: inclui os músculos, ossos, sangue, coração; refere-se aos movimentos e às ações.

O objetivo central da Biossíntese é integrar as três camadas, promovendo assim o equilíbrio emocional, comportamental e espiritual. Logo, entende-se que o indivíduo neurótico possui uma fragmentação entre o pensar, o sentir e o agir. Para tanto, os métodos terapêuticos utilizados são:

- *Facing* (encarar): integrar sentimento, linguagem e percepção por meio do contato visual e vocal;
- *Centring* (centrar): equilibrar o sistema nervoso vegetativo (simpático e parassimpático), recuperando o equilíbrio emocional e a respiração harmoniosa;
- *Grounding* (firmar): estabelecer uma boa relação entre os movimentos voluntários e involuntários, além de recriar um tônus muscular mais apropriado.

A técnica consiste em exercícios que estabeleçam pontes entre uma camada e outra, sempre fazendo uso da respiração e de órgãos que se ligam a outros, por

exemplo: passar do ectoderma ao endoderma, emitindo sons com a garganta; do endoderma ao mesoderma, utilizando o diafragma via respiração ou o *stool*, aparelho mencionado anteriormente; do ectoderma para o mesoderma, valendo-se de massagens na nuca e de giros de cabeça.

Desse modo a Biossíntese, com suas formulações teóricas e técnicas, traz sua contribuição ao GM.

Portanto, desde as formulações de Reich, enfatizando a importância da respiração para acessar os conteúdos emocionais e amenizar as coraças, o enfoque à fórmula do orgasmo, a unidade funcional psique-soma, seus seguidores ampliaram e continuam expandindo a teoria e contribuindo com métodos diferentes que foram incorporados ao GM.

Uma vez contemplados alguns pontos que sustentam o trabalho corporal grupal dentro de um enfoque reichiano, cabe-nos seguir nossa discussão apontando para a inserção dessa proposta no Brasil.

Dado ao que vimos no início deste texto, no final da década de 1960, com todas as suas repercussões políticas e sociais vigentes na época, as idéias reichianas adentraram o cenário brasileiro.

No que diz respeito às práticas grupais, encontramos o “Grupo sem Palavras” de José Ângelo Gaiarsa e a Somaterapia de Roberto Freire (1927 - 2008).

Gaiarsa, médico psiquiatra introdutor das técnicas corporais no Brasil, criou os Grupos sem Palavras, cujos encontros eram marcados pela comunicação estritamente não verbal e os terapeutas, por sua vez, assumiam o papel de facilitadores, a fim de promover formas de contato, ajudando na desinibição e interação grupal (Gama e Rego, 1996).

A Somaterapia, conhecida como Soma – sustentada pela teoria reichiana, Gestalt-terapia e princípios anarquistas –, centrava suas ações no resgate do prazer, da liberdade, da singularidade e da autorregulação do indivíduo. Na década de 1990, Freire inseriu a capoeira de Angola em sua metodologia, entendendo-a como uma potente prática de mobilização energética, bem como um instrumento que auxilia na compreensão dos enfrentamentos que cada participante tem em sua vida cotidiana e em suas relações com a vida emocional.

Em 1975, influenciada pelos trabalhos da Bioenergética, da Biodinâmica e do próprio Gaiarsa, Regina Favre integrou outras abordagens ao trabalho corporal grupal, como Psicodrama e expressões corporais diversas, dentre elas zenbudismo, Rolfing, Eutonia, e método Feldenkrais. Surge, então, uma proposta diferenciada das demais que serviu de alicerce para a identidade do Grupo de Movimento que prevalece até os dias atuais.

Favre teve suas primeiras experiências em "*Movement Groups*" nos anos de 1973 e 1974, durante seu treinamento em Análise Bioenergética com Nadine Scott em Londres. A partir dessa experiência, Favre (1997) descreveu:

O Grupo de Movimento de Nadine era um grupo semanal de 4 horas de duração que combinava ininterruptamente corrida e os exercícios bioenergéticos criados por Lowen e Pierrakos: construção de carga altíssima, exaustão das defesas, descarga emocional violenta - forte como um antibiótico novo, não deixava bactéria emocional sobre bactéria emocional. (p. 9)

O nome Grupo de Movimento, o qual ela própria atribuiu e o inseriu no Brasil tal como o empregamos hoje, tornou-se um termo genérico, abrangendo todas as técnicas corporais que podem complementar a psicoterapia corporal. Assim, compreende esse trabalho como um "*work in progress*" diante da necessidade de sempre criar novas estratégias.

Entretanto, de acordo com Gama e Rego (1996), desde Lowen e Lowen, com seus grupos *Bioenergetic Exercise Class*, muitas foram as denominações que tentaram abarcar o que hoje conhecemos como Grupo de Movimento. Entre as nomeações, tivemos: Grupo de Exercícios Reichianos, Expansão e Auto-Expressão pelo Movimento, Grupo Reichiano de Movimento Emocional, Grupo Sem Palavras, Grupo de Movimento Emocional e, por fim, Grupo de Movimento.

Atualmente, a própria Favre, desde a década de 1990, denomina seu trabalho como Grupo de Movimento Somático-Existencial, cujas linhas teóricas norteadoras são a Educação Somática de Stanley Keleman e a visão do inconsciente produtivo de Deleuze e Guattari.

Sandra Sofiati e Marcelo Carvalho marcaram a década de 1980 expandindo e propondo novas possibilidades de trabalho de Grupo. Carvalho introduziu tal proposta

no Instituto Sedes Sapientiae de São Paulo⁸, propiciando a Maria Ercília Rielli da Gama, na década de 1990, que sistematizasse o projeto, dando início à formação e supervisão dos coordenadores de grupo. Daí, Sofiati, junto com os ex-alunos do curso de coordenadores de grupo do Sedes, levou o Grupo de Movimento para além dos consultórios, estendendo-o à Rede de Saúde Pública do Município de São Paulo (Gama e Rego, 1996).

Diante da experiência com tal formação, Maria Ercília Rielli da Gama e Ricardo Amaral do Rego, organizaram e sistematizaram, de modo muito didático, os fundamentos, história, objetivos e todo o arcabouço teórico e metodológico que envolve o trabalho de Grupo de Movimento. Essa publicação, *Grupos de Movimento: Consciência e Expressão de si através do corpo* (1996), tornou-se material de referência para todo psicoterapeuta corporal que se propõe a trabalhar e estudar o tema.

Nela encontramos a proposta que na época era trabalhada no Instituto Sedes Sapientiae, voltada aos coordenadores iniciantes e em formação. Para efeito didático, era constituída por oito sessões, por meio das quais Gama e Rego (1996) sugeriram o seguinte programa: “1. Apresentação, aquecimento, respiração; 2. Respiração, pés e pernas; 3. Pés e pernas; 4. Pelve; 5. Tronco e braços; 6. Cabeça e pescoço; 7. Trabalho integrado com o corpo; 8. Encerramento” (p. 43).

Os autores esclarecem que tal sequência poderia ser estruturada de outra forma, iniciando o trabalho pelas extremidades ou até como era proposto por Reich, seguindo o desenvolvimento psicosssexual da libido, focalizando primeiro os olhos, boca, pescoço, tórax, diafragma, barriga e pelve. Entendem que são inúmeras as possibilidades, o mais importante é o coordenador procurar ter a ideia de totalidade do corpo, concentrar-se nas partes sem perder sua integração.

Dentro desse modelo, as sessões de um grupo dividem-se em três momentos: aquecimento, desenvolvimento e fechamento (Gama e Rego, 1996).

O primeiro visa a preparar o grupo para entrada no trabalho específico do dia, fazendo com que entrem em contato com o corpo, sintam como eles estão e se

⁸ Instituição de ensino, conhecida como Sedes, que há 30 anos oferece cursos de pós-graduação *lato sensu*, focalizando as áreas de saúde mental, educação e filosofia.

desconectem das questões externas. Esse momento se faz importante para o facilitador também perceber o estado do grupo e determinar a condução do ritmo e dos exercícios no dia. Uma vez conectados com o corpo, percebendo a respiração, as tensões, dores ou outras sensações, o coordenador intervém com algum exercício, podendo ser respiratório, *grounding*, alongamento via o espreguiçar etc, buscando sempre proporcionar movimentos de soltura das articulações e da musculatura, proporcionando um aquecimento que facilite a circulação sanguínea e respiratória, vitalizando o organismo.

O segundo momento, o do desenvolvimento do trabalho, entra especificamente nos exercícios referentes ao tema e objetivos do dia. Quanto a esse aspecto, M. D. P. Souza (2004), em sua dissertação, que será apresentada nesta pesquisa, considera que nesse momento é importante o coordenador conhecer os limites e características do grupo para saber qual o grau de profundidade que os participantes podem ir.

Na terceira, constituída pelo fechamento, abre-se para as expressões verbais, a fim de saber como os participantes estão saindo do trabalho. Quando necessário, utilizam-se exercícios de integração ou relaxamento, ou até mesmo aqueles que favoreçam o contato com o outro ou com o ambiente que os cercam.

E assim cada qual, com seu estilo, contribuiu e continua expandindo a proposta. Favre, como vimos, em seus cursos de formação, aprofunda a ideia de Grupo Somático-Existencial; Sofiati, em seu consultório, denomina-a de Corpo Sonoro – no qual ela faz uso do som como um meio terapêutico, apoiando-se nos princípios da Escola do Desvendar da Voz (método vinculado à filosofia Antroposófica) e na Música Tradicional dos Povos Antigos (América Indígena, Índia, Mongólia e Austrália) –, que, aliado aos recursos técnicos da psicoterapia corporal, busca trabalhar os sete segmentos interligados da couraça, objetivando “restaurar a saúde no nível fisiológico, desbloquear a bioenergia no corpo, promover a circulação de sentimentos e acessar aspectos profundos de nosso inconsciente”.⁹

Dado o ecletismo que compõe um GM, convém chamar a atenção para a influência que tal estratégia de intervenção grupal recebeu da dança, apoiando-se nos

⁹ Essas informações são oriundas da apostila produzida por Sofiati para o *workshop* que ela promove anualmente, do qual eu participei em 2008.

trabalhos de Ivaldo Bertazzo, Klauss Vianna, Rudolf Von Laban – representado no Brasil por Maria Duschenes – e J. C. Violla. Cada qual com seu arcabouço de técnicas, buscavam por meio delas a consciência corporal capaz de desenvolver um autoconhecimento necessário não apenas para o bailarino expressar sua dança, mas para qualquer indivíduo se lançar na vida. Nesse sentido, levavam em consideração os aspectos emocionais e psíquicos presentes no corpo, respeitando assim a individualidade refletida no repertório de movimentos de cada pessoa e estimulando a criação a partir dele. Foi por esse viés que a dança atingiu tantos outros profissionais, entre eles os terapeutas corporais com as mais diversas graduações.

Rudolf Von Laban (1879-1958), de origem húngara, tinha como princípio estimular cada pessoa de forma diferente, em busca do movimento, do desenvolvimento da personalidade e da descoberta pessoal (Marques, 2002, p. 279). Por meio dos temas de movimento, visando ao trabalho de consciência do corpo, peso, tempo e espaço, ele incentivava as pessoas a explorar as diversas possibilidades, conectando-as assim às suas potencialidades e limitações. Seus trabalhos influenciaram a dança-teatro. É um dos pioneiros na dança-educação e criou a dança coral, projeto no qual bailarinos e leigos se unem para dançar uma coreografia de estrutura simples. Seu trabalho foi trazido para o Brasil por meio de Maria Duschenes, a qual difundiu todos os projetos e influenciou muitos bailarinos que hoje mantêm vivas as ideias labanianas.

O mineiro Klauss Vianna (1928-1992), por sua vez, introduziu no Brasil uma proposta pautada pela educação somática, priorizando a expressão de cada um e concebendo que a dança não se restringia aos bailarinos. Nesse sentido, o papel do professor era promover um espaço que revelasse a dança presente em cada pessoa, ajudando-a a escutar e a respeitar o corpo (Miller, 2007, p. 36). Sua proposta teve continuidade por sua esposa Angel Vianna e seu filho Rainer Vianna, já falecido.

O paulista Ivaldo Bertazzo, pensando acerca de um método corporal, criou em 1975 a Escola de Reeducação do Movimento, cujo objetivo era a busca da identidade e autonomia do movimento. Sob essa perspectiva entendeu que conhecer a nossa estrutura biológica e anatômica possibilitaria a organização da postura e da autoestruturação. Concebeu que modificando o gesto, muitas outras coisas mudam,

porque o cérebro vai se refinando, dando, segundo ele, “acabamento ao sistema nervoso central, proporcionando condições ótimas para a circulação da energia em nosso corpo” (Bertazzo, 1996, p. 29).

O paranaense J. C. Violla, que teve entre seus mestres Maria Duschenes, desenvolveu um método próprio dentro da dança e hoje se dedica ao ensino da dança de salão atrelada ao autoconhecimento corporal. Podemos reconhecê-lo como um bailarino eclético em seu estilo, indo desde as danças folclóricas às étnicas.

Em face das influências, em termos de objetivos do GM, Gama e Rego (1996) consideram:

O objetivo é levar o participante a um processo de sensibilização e conscientização corporal, de modo a melhorar sua percepção de si mesmo, buscando literalmente conscientizar o inconsciente. Queremos trazer à tona o material recalcado, tirá-lo da toca de seus esconderijos corporais. Além disso, buscamos recuperar a vitalidade e o bem-estar, resgatando a capacidade de expressão através da desinibição, do aumento da assertividade e do desbloqueio emocional. (p. 18)

Para Sofiati (1993), a proposta, além de focar o fluxo de energia no corpo, respeitando a singularidade de cada um, trabalha as relações humanas. Cria um espaço que, por meio dos sons, gestos, olhares, expressão da raiva, da dor e da angústia, a interpessoalidade pode ser experimentada de novas formas. Grupo de Movimento é entendido pela autora como um lugar “para afirmação da potência, do gozo e da transcendência. É importante que nesse trabalho exista um trânsito entre a estase e o êxtase” (p. 97).

Nesses termos, podemos compreender que o GM procura ampliar a consciência de si por meio do contato com o corpo, que leva a perceber as sensações, os sentimentos, o próximo e o espaço em que cada pessoa se insere.

Em face do exposto até o momento, temos que o GM, tal como é conhecido no Brasil, refere-se a um trabalho grupal desenvolvido por psicoterapeutas corporais. É influenciado pelas concepções de Reich acerca da relação corpo e mente, porém fortalece-se com as técnicas, exercícios e fundamentações teóricas das diversas escolas de Psicoterapia Neorreichiana (Bioenergética, Biossíntese, Biodinâmica, Psicologia Formativa etc.). A partir destas, mescla-se com modalidades de trabalho direcionadas ao corpo, podendo ser por meio da dança, teatro, canto, Educação

Física, eutonia, biodança, expressão corporal e outras adaptadas às finalidades do trabalho e à formação do profissional responsável pelo grupo (Gama e Rego, 1996).

Tal formato nos leva a entendê-lo como um sistema aberto, interdisciplinar, uma vez que abre espaço para entrada de práticas corporais que se atrelem ao objetivo do grupo.

No entanto, essa abertura cria um ecletismo que para nós levanta algumas questões relacionadas ao conceito e à identidade do Grupo de Movimento. Dentre elas, destacamos:

1. Por que a utilização do termo Grupo de Movimento?
2. Qual a diferença existente entre tal proposta e outras modalidades de trabalho corporal em grupo?
3. Há distinções entre o GM e a ginástica?
4. E quanto aos exercícios de Bioenergética, há diferença do GM?
5. O que difere Grupo de Movimento e Psicoterapia Corporal?

A primeira diz respeito ao próprio nome. Será que podemos adotar, ou melhor, nos apossar de um termo tão genérico referindo-se a uma estratégia da psicoterapia corporal, já que abarca técnicas desta e de outras tão diversas?

Favre (1997) entende a proposta como uma atividade grupal, geradora de efeitos terapêuticos oriundos da apropriação do corpo, da expressão das emoções, do aprendizado em lidar com as tensões, bem como da consciência de sua existência. Desse modo, considera que o ecletismo, a criação de novos estilos de trabalho a partir do repertório que cada facilitador possui acerca de sua vivência corporal, é uma característica inerente ao Grupo de Movimento.

Na obra de Gama e Rego (1996), encontramos passagens que ajudam a compreender a adoção do termo Grupo de Movimento, argumentando que a “essência do MOVIMENTO” [maiúsculos dos autores] proposta nos grupos consiste em “Encorajar o participante a sair do lugar da neurose, e criar possibilidades concretas de ele sentir e fazer diferente...” (p. 24).

Esse entendimento pauta-se pela ideia reichiana de movimento, intrínseco ao viver, considerando os movimentos dos fluxos energéticos e relacionando-os às atividades de expansão e contração, carga e descarga, biologicamente determinados.

Reich (1933/1998) compreendia que a própria expressão emocional correspondia ao movimento: “o organismo vivo se expressa em movimentos”... No sentido literal, ‘emoção’ significa ‘mover para fora’; ao mesmo tempo é um movimento expressivo” (p. 332).

Porém, esse movimento pode ser cerceado pelas couraças de caráter e musculares, uma vez formadas no indivíduo. As couraças impedem o livre pulsar, causando um desequilíbrio energético, gerando uma paralisia capaz de impedir a “pulsção orgástica”, conforme defendia Reich (1933/1998).

Assim, sob a ótica do trabalho reichiano, trabalhar em cada anel, tal como descrevemos anteriormente, significava “destruir a couraça...[,] restaurar a motilidade do plasma corporal...[,] restabelecer a capacidade plena de pulsção...” (p. 338).

Tal passagem refere-se a auxiliar cada pessoa a criar uma flexibilidade, fazendo uso de suas defesas quando necessárias, e não mantê-las rígidas e sem uma discriminação quanto a sua aplicação, reduzindo muitas vezes o próprio movimento da vida.

Ademais, quanto a essa ideia de movimento incorporada pelo grupo do qual estamos discutindo, Moyzés (2003) aponta a diferença existente entre exercícios físicos e movimento:

Exercício significa a execução de uma atividade física qualquer com objetivos específicos. Embora movimento também possa significar atividade física, inclui a consciência. Diferencia-se do exercício, então, por seu objetivo de colocar quem o faz em contato com a sensação que pode proporcionar. (p.69)

Saindo um pouco do universo reichiano, percorremos alguns autores do construtivismo semiótico-cultural. Nessa abordagem, encontramos a tese de Livia Mathias Simão (2008), que traz algumas definições do termo movimento que talvez nos auxiliem a fundamentar melhor a apropriação deste no trabalho grupal em questão. Ela começa recorrendo à filosofia. Marías (2004, p. 14) citado por Simão (2008) aponta que:

Na concepção grega, o movimento se dava segundo quatro categorias: o movimento local, que se referia à mudança das coisas de um lugar para outro; o movimento

quantitativo, que dizia respeito ao aumento ou diminuição das coisas; o movimento qualitativo, responsável pelas alterações na natureza das coisas e o movimento substancial, que dizia à geração e corrupção das coisas. (p. 18)

Simão (2008) considera que:

Diferenciar movimentos é, de fato, conceber que as coisas se transformam ao longo do tempo, podendo hoje se apresentar de forma diferente do que apresentaram ontem. Nessa medida, as coisas não mais são, mas estão temporariamente desta ou daquela forma. (p. 19)

Essa ótica dialoga com as ideias reichianas de que somos constantemente movimento; que o desenvolvimento, para ocorrer, necessariamente precisa dele. Porém, do ponto de vista energético, Reich concebia a estagnação que gerava angústia e consequentemente se configurava na neurose, impedindo o fluxo natural do movimento psíquico e biológico.

Dentro do construtivismo semiótico-cultural e em algumas vertentes filosóficas, o movimento ocorre independente do desejo individual, sendo parte da natureza humana, no que Reich também acreditava.

Quanto a esse aspecto, Simão (2008), pautando-se pelas ideias de Heráclito (aprox. 550 - 480 a.C.), argumenta:

Nessa dimensão, a constante mutabilidade da vida humana não é uma questão de opção individual, mas um inapelável fato natural, posto que o Ser é parte integrante no todo cósmico. A questão que se coloca, então, é a orientação que o indivíduo pode (ou não) dar ao fluir do seu viver na direção do logos, integrando-se mais ou menos harmonicamente à unidade do Cosmos. (p. 42)

Pela ótica de Jaan Valsiner (2007), pensador contemporâneo do construtivismo semiótico-cultural, “todos somos migrantes”, e isso é inseparável do desenvolvimento humano, entendendo que, ao mesmo tempo em que somos envolvidos em nosso constante movimento, deixamos de percebê-lo enquanto tal, tornando-nos em um “movimento cego”. Nesse sentido, o autor concebe que nós migramos psicologicamente, mesmo diante das atividades cotidianas, as quais são necessárias e carregadas de significados e consequências, sem nos conscientizarmos. Além disso, acredita que são nesses ambientes triviais, seguros, que podemos nos impulsionar para

sairmos temporariamente em busca de outras atividades não necessariamente conhecidas, como “peregrinação, viagens e turismo” (p.372).

Assim, segundo ele, a ambivalência está sempre presente. Logo, tendemos a nos agarrar ao conhecido ao mesmo tempo em que há um movimento orientado na direção do desconhecido.

Portanto, de posse dessas visões, compreendemos que o conceito de movimento empregado para esse instrumento de intervenção grupal relaciona-se não apenas aos exercícios físicos aplicados, mas às mudanças emocionais e pessoais que podem vir a ser geradas por ele. Vincula-se à ideia de um movimento intrínseco à vida. Diz respeito aos movimentos físicos que podem desencadear mudanças internas em cada participante, gerando assim outro fluxo de vida, novos jeitos de estar nela, de pensar, sentir e agir.

A segunda questão concerne à distinção entre Grupo de Movimento e outras atividades corporais. Gama e Rego (1996) atentaram-se a esse ponto e justificaram que a diferença entre esse trabalho e as demais técnicas corporais, tais como yoga, dança, teatro e outras, está na direção que o próprio coordenador dá a ele, argumentando que:

O fim é que define, e não os meios. Buscamos a influência sobre o psiquismo através da auto-percepção, do desbloqueio da expressão emocional, do contato com o que antes era inconsciente. Um curso de teatro ou dança pode usar técnicas muitas vezes semelhantes, porém visando ao desenvolvimento da criatividade, da expressão artística e estética, e isso muda tudo. É lógico que as coisas não se separam. Um grupo de teatro muitas vezes influencia as emoções e o psiquismo com efeito mais ou menos colateral e vice-versa. (p.16)

No entanto, suscitamos, ainda, que um outro diferencial está relacionado à importância que o Grupo de Movimento atribui às relações humanas, conforme a menção feita por Sofiati (1993), já exposta no decorrer deste texto, bem como o foco dado à integração entre as três camadas que correspondem ao pensar, sentir e agir, tal como descreve Boadella (1992).

Ana Maria de Barros Aguirre (1986), em sua dissertação de mestrado, *O corpo transformador: trabalho corporal em psicologia clínica*, traz discussões acerca de técnicas corporais que produzem algum efeito sobre o indivíduo e a sociedade,

entendendo que são tanto construídas socialmente – visto que desde o nascimento aprendemos muitos recursos corporais que vão do desmamar ao mastigar, do engatinhar ao andar, até às noções de higiene e cuidados corporais - quanto transformadoras dos indivíduos.

Dentro desse enfoque, considera a existência de dois grupos: “técnicas corporais alienantes” e “técnicas corporais integradoras”. De acordo com a autora, as primeiras constituem-se em:

atividades ou técnicas que apresentam um padrão a ser seguido ou atingido como modelo, e que se caracteriza por uma imposição, uma vez que vem “de fora”, sem partir dos sentimentos e necessidades pessoais, podendo chegar ao desrespeito dos mesmos, e sem oferecer oportunidade de auto-conhecimento e desenvolvimento pessoal. As necessidades são criadas a fim de estabelecer o consumo. (p. 44)

Nessa categoria, enquadram-se as práticas que geram mudanças superficiais, pouco conectadas ao sentir, com o indivíduo em sua totalidade. No entanto, Aguirre (1986) compreende que muito mais que os exercícios em si, o que realmente os tornam alienantes é a forma da qual eles se dão. Ela cita como exemplo a prática do correr, a qual pode ser um recurso mecânico, mas, se observados os limites individuais, o prazer proporcionado e tantos outros conteúdos que podem surgir, poderá tornar-se uma atividade de transformação interna. Porém, nem sempre é assim executada. Na maioria das vezes, buscam-se resultados numéricos progressivos. A pesquisadora aponta que o contrário também pode ocorrer. Uma modalidade de uma técnica que deveria ser integradora, dependendo do direcionamento dado, está sujeita a um trabalho mais superficial, mecânico, pouco conectado com o que realmente faz sentido no momento. Essa possibilidade, a autora ilustra descrevendo uma vivência pessoal em Biodança, na qual a facilitadora praticamente induzia as pessoas a terem sentimentos sugeridos por ela, pouco prevalecendo a espontaneidade, a conexão com o que de fato cada um sentia. Porém, por meio da sugestão e da imitação, as pessoas acreditavam sentir o que era proposto.

As “técnicas corporais integradoras” buscam criar, por meio do movimento, meios que conduzam a autopercepção e o desenvolvimento individual, ampliando a consciência de si, do outro e do meio. De acordo com Aguirre (1986), enquadram-se o

método de trabalho de Feldenkrais, Laban, Eutonia de G. Alexander, os exercícios de relaxamento de Sandor, o trabalho de dança-movimento terapia de Marian Chace - Reich e Lowen, com o foco nas couraças musculares.

Em outras palavras, talvez possamos compreender que o grupo de técnicas corporais integradoras foca o indivíduo como um todo, tanto em seus aspectos psíquicos quanto físicos, refletindo no quanto um interfere no outro e vice-versa, tal como foi concebido o Grupo de Movimento.

Ante a tais técnicas corporais, temos duas formas de conceber e trabalhar o corpo que parecem ser reflexo das transformações político-econômico-sociais que desencadearam as mais diversas concepções acerca dele. Coelho e Severiano (2007) exploram em seu artigo como a corporalidade era vista e utilizada desde o surgimento do capitalismo, na Era Moderna, até a contemporaneidade. Entendendo o corpo como um vetor de todas as transformações históricas, observam:

O corpo, superfície privilegiada de inscrição da história, não consegue disfarçar impunemente as marcas deixadas pelos diferentes usos e desusos que recebeu no longo percurso que o leva à contemporaneidade. Corpo-máquina/corpo-produtor, corpo-mercadoria/corpo-consumidor, todos eles ainda pulsam como inconvenientes hematomas no corpo sarado e hedônico de hoje; coexistem em todos, ainda, as marcas do controle social, seja de forma heterônoma, seja por suposta vontade própria. (www.scielo.br)

Partindo do enfoque dado por eles, apreendemos que as “práticas corporais alienantes” carregam em si a ideia desse “corpo-máquina/produtor/mercadoria/consumidor”, restringindo a uma incessante busca pela adequação aos padrões sociais e econômicos, apelando à estética com o intuito de elevar a autoestima e a superação de limites físicos como forma de autoafirmar capacidades e aptidões. As “práticas corporais integradoras” trabalham sob um outro prisma, favorecendo a interiorização via corpo, estimulando reflexões e autoconhecimento.

Em suma, com base nas considerações feitas, parece-nos que as diferenças existentes entre Grupo de Movimento e as outras atividades corporais também consideradas integradoras referem-se à abordagem teórica que estrutura cada prática, ao olhar e ao enfoque a partir da unidade psique e soma, bem como à forma de conduzir o grupo e à atenção dada às relações sociais.

Quanto à terceira questão atinente à diferenciação existente entre a ginástica e o GM, comecemos explorando o conceito de ginástica. Recorrendo ao dicionário Aurélio temos a seguinte definição: “arte ou efeito de exercitar o corpo, para fortificá-lo ou dar-lhe agilidade” (Ferreira, 2008, p. 433). Peuker (1973) aponta que “[a] palavra GINÁSTICA, de origem grega, significa: exercícios corporais com fins estéticos e salutar” [maiúsculo da autora] (p. 12). Ademais, ressaltamos ainda o seu papel para melhorar o condicionamento físico e a coordenação motora.

Dentro dessas pequenas ilustrações acerca de sua definição, podemos suscitar que o foco do trabalho de ginástica é o corpo físico, concreto, material, e não a busca do autoconhecimento ou do desenvolvimento pessoal. A concepção do corpo emocional é pouco vista nessa modalidade de atividade corporal.

No entanto, muito se tem dito nos meios de comunicação e em pesquisas na área de educação física e psiquiatria sobre os ganhos promovidos pelos exercícios físicos, entre eles a ginástica, no que tange ao controle da ansiedade e prevenção à depressão. Reportando ao artigo de Moraes (2007), temos que do ponto de vista neuroquímico, a hipótese levantada é que a redução de tais estados emocionais pode estar atrelada às alterações ocorridas nos níveis de serotonina, dopamina e noradrenalina.

De posse dessa informação – salientando que não é nosso objetivo aprofundar essas especulações, mas que se trata de pontos a serem investigados –, fica-nos as questões: se uma prática de ginástica for desenvolvida de forma integradora, os resultados alcançados podem ser compatíveis com os de um grupo de movimento? Assim sendo, por que uma atividade de ginástica não poderia ser considerada um GM? Parece que quanto mais buscamos maior entendimento a respeito do nosso objeto de estudo (GM), mais percebemos os problemas conceituais que permeiam sua identidade.

Entrementes, acreditamos que as distinções estejam ancoradas no objetivo de cada uma delas e na forma de alcançá-lo, além da leitura que cada uma dessas modalidades faz do próprio corpo, tal como expusemos acima. Enquanto a ginástica busca técnicas para melhorar o desempenho e a estética física, derivando daí as sensações de bem-estar, melhora da autoestima, o GM lança recursos que vai na

direção do desenvolvimento emocional por meio do corpo, sem a pretensão direta de melhora no aspecto corporal. Esta viria como uma consequência das mudanças psíquicas.

Nossa quarta indagação refere-se aos exercícios de Bioenergética e ao GM. Sabemos que os primeiros possuem influência direta no segundo, que muitas práticas adotadas no GM derivam da Bioenergética, mas será possível estabelecer distinções entre elas?

Lowen e Lowen (1985) apresentam em seu livro *Exercícios de Bioenergética: o caminho para uma saúde vibrante* uma série de sugestões de atividades corporais que almejam trabalhar segmentos interligados da couraça, focalizando respiração, expressão, percepção e contato com o outro, desde que respeitado os limites de cada um. Eles entendem que a prática grupal é prazerosa, o que não impede que alguns exercícios sejam realizados individualmente. Fazem alusão ao papel do líder enquanto participante ativo e dirigente do grupo. Explicam que os exercícios sugeridos são oriundos da experiência pessoal, podendo ser criados outros conforme a demanda grupal.

Essa abertura para criação talvez seja a brecha encontrada para o GM incluir outras modalidades de técnicas grupais, de acordo com o perfil e o conhecimento do facilitador.

Entrementes, Lowen e Lowen (1985) consideram que os exercícios de Bioenergética não substituem outras atividades físicas, chamando a atenção para o prazer e o cuidado com o corpo ao praticar, argumentando:

Estar em contato com o seu corpo deve alertá-lo para as necessidades de se comprometer com outras atividades corporais prazerosas. Entre estas, a mais simples é andar. Andar por prazer, não somente para ir a algum lugar. A mais gostosa e alegre, além do sexo, é dançar. É uma pena que façamos isto tão pouco. Se você não é tão jovem e não gosta muito de *rock*, recomendamos a música folclórica ou a dança “quadrada”. A atividade corporal mais saudável é a natação. Nadando, o corpo está livre da força da gravidade, e a respiração e o movimento têm de estar coordenados. (pp. 195-196)

Assim, dado o que eles entendem como exercícios de Bioenergética, percebemos que a concepção do GM também parte daí, fazendo com que este seja um ramo da Bioenergética, diferindo apenas quanto à inserção de outras modalidades

corporais que de certa forma legitimam a denominação adotada. Talvez pudéssemos supor que o que mais as diferencia seja o foco dado aos paradigmas, em que o Grupo de Movimento busca mais acentuadamente focalizar o paradigma objetal¹⁰, a relação com o outro, e a proposta da Bioenergética não se preocupa tanto com esse ponto. Todavia, trata-se apenas de uma suposição, carecendo de maiores estudos, até porque encontramos sugestões de exercícios de massagens da Bioenergética em que se busca o trabalho em dupla.

A quinta interrogação diz respeito à diferença que Gama e Rego (1996) nos apontam entre Grupo de Movimento e grupos psicoterapêuticos. Segundo os autores, o primeiro refere-se a um trabalho focado no corpo, cujo conteúdo verbal existe enquanto elemento secundário, objetivando o compartilhar a experiência vivida no momento apenas como uma forma de descarga, desabafo. Não se tem a pretensão de interpretar e/ou analisar as resistências. Os conteúdos trazidos pelo grupo são trabalhados sutilmente via corpo e no contato grupal. O grupo psicoterapêutico, por sua vez, é constituído, sobretudo, pela comunicação verbal que auxilia na elaboração dos conteúdos, pela interpretação destes e pela análise das transferências e da dinâmica grupal.

Os autores consideram que o compromisso terapêutico também é um diferenciador, já que o fluxo de entrada e saída dos participantes no GM não é discutido, podendo ser um grupo aberto ou fechado, dependendo da proposta e da população atendida. Assim, Gama e Rego (1996) concebem que:

O Grupo de Movimento cumpre sua função ao propiciar um desbloqueio emocional, enquanto que numa psicoterapia isto poderia ser apenas o começo de uma sessão ou um processo individual ou grupal. Desta maneira, o Grupo de Movimento aqui descrito ocupa um lugar intermediário entre grupos de atividades expressivas e liberadoras, por um lado, e a psicoterapia de grupo, por outro. (pp. 16-17)

Por conseguinte, compreendemos que num grupo psicoterapêutico há o aprofundamento dos conteúdos que dele emerge, o que não ocorre em um Grupo de Movimento. Este, por sua vez, pode até deflagrá-los, não cabendo aprofundar o

¹⁰ Adiante aprofundaremos a discussão dos paradigmas em Weigand (2005).

material emocional, devendo, diante de tal circunstância, encaminhar o participante à psicoterapia.

Ademais, de acordo com Gama e Rego (1996), a proposta de um GM pode assumir os seguintes papéis: terapêutico, preventivo, pedagógico e social. O primeiro, no sentido de que, ampliando a consciência de si, alguns conflitos ou sintomas são amenizados; além do que, o corpo nos possibilita atenuar as resistências de forma imperceptível. Preventivo na medida em que proporciona o autoconhecimento, que possibilita ao indivíduo a busca de maior cuidado de si. As dinâmicas muitas vezes sugeridas no grupo ajudam as pessoas a aprender novas possibilidades de estar na vida, percebendo outras alternativas, e, assim a ampliar a maneira de olhar os fatos e o outro, dando, desse modo, ao trabalho seu caráter pedagógico. O lado social também é afetado, pois, uma vez que a autopercepção aumenta, os conteúdos internos começam a ser expressos e aceitos. Esse último possível resultado, de acordo com Gama e Rego (1996), fundamenta-se na concepção reichiana da existência de “cidadãos livres” a partir “da eliminação dos mecanismos culturais repressivos da emoção, da sexualidade e do prazer...” (p. 19).

Em face do exposto, temos que o trabalho de Grupo de Movimento é fruto das ideias reichianas e neorreichianas, cujo ecletismo e denominação parecem ser característicos do Brasil. Apoiamos tais suposições nos levantamentos bibliográficos, nos quais não encontramos nenhum artigo estrangeiro com tal nomeação. Quanto à forma de aplicação, remeto-me à experiência pessoal em congressos internacionais. Nestes, observamos diferenças no jeito de os profissionais estrangeiros estruturarem um grupo e no modo que os facilitadores brasileiros o fazem. Tal vivência me deixou a impressão de que o GM aqui no Brasil trabalha muito mais a relação com o outro, vislumbrando uma integração grupal, ao passo que nos grupos facilitados por estrangeiros essa variável parece ser pouco explorada. Dentro da ótica dos paradigmas pulsional e objetual, conceitos que serão discutidos posteriormente na análise da dissertação de Weigand (2005), parece-nos que nós ministramos os encontros corporais ancorados no paradigma objetual, ao passo que a proposta de grupo estrangeira ainda se dá pelo paradigma pulsional.

Salientamos que este olhar pauta-se apenas em percepções pessoais oriundas de pequenos *workshops* desenvolvidos nos congressos internacionais realizados no Brasil. Não estamos nos referindo a dados concretos, fundamentados em pesquisas científicas, o que caberia um estudo mais rigoroso.

Sobretudo, compreendemos que, embora faça uso de outras técnicas corporais, os psicoterapeutas aliados a essa proposta devem carregar consigo um olhar acerca do corpo não apenas biológico, tampouco como um objeto de apreensão técnica, mas, acima de tudo, como um corpo que contém a história individual de cada membro, suas vivências, emoções e sentimentos.

2 REVISÃO DA LITERATURA SOBRE GRUPO DE MOVIMENTO

Este capítulo pretende apresentar e analisar os trabalhos desenvolvidos e publicados acerca do Grupo de Movimento, abrangendo dissertações, monografias, artigos e resumos.

De março de 2008 a novembro de 2009, realizamos um levantamento de publicações. Todo esse período foi decorrente da busca formal e informal oriunda de participações em congressos e jornadas de psicoterapia corporal, no qual, por meio da indicação de pessoas que tomavam conhecimento da nossa pesquisa, colhemos trabalhos que haviam sido desenvolvidos. Alguns nos enviaram cópias por *e-mail*, outros nos passaram a base de dados. Ademais, buscamos nos *sites* dos congressos resumos e/ou artigos de *workshops*, comunicações orais e painéis relacionados ao tema que nos propomos a estudar.

Analizamos textos achados em meio digital e materiais físicos como revistas da área da psicologia corporal e dissertações encontradas nas bibliotecas do Instituto de Psicologia da USP, da Pontifícia Universidade Católica de São Paulo (PUC/SP), Universidade Federal do Espírito Santo (UFES) e Universidade Estadual de São Paulo UNESP. Fizeram parte de nossas fontes de pesquisa:

- Sites científicos:
 - a) Sibinet (www.usp.br/sibi): consultamos bases de dados por assunto da área de ciências humanas no eric, muse, psicodoc; acessamos o link de revistas eletrônicas e o portal de revistas USP, a partir do que os trabalhos eram encontrados no psicodoc e na biblioteca digital de teses e dissertações.
 - b) Biblioteca Digital da Pontifícia Universidade Católica de São Paulo (www.pucsp.br/biblioteca): a busca se deu por assunto e autor.
 - c) Banco de teses e dissertações (BTD) da Universidade Federal do Espírito Santo (www.bc.ufes.br): a busca se deu por assunto e autor.
 - d) Banco de teses e dissertações (BTD) da Universidade Estadual de São Paulo (UNESP) - campus Rio Claro (www.rc.unesp.br): a busca se deu por assunto e autor.

- e) Periódicos da Capes (www.periodicos.capes.gov.br): pesquisamos nas fontes EBSCO, SCOPUS, KNOWLEDGE, THOMSON E ILLUMINA e no banco de teses Capes, buscando dissertações e teses defendidas entre 2000 e 2008.
- f) Scientific Electronic Library Online - SCIELO (www.scielo.br): biblioteca eletrônica que abrange uma coleção selecionada de periódicos científicos brasileiros.
- g) Google acadêmico (scholar.google.com.br): site relacionado com o âmbito acadêmico, em que buscamos textos livres sobre o assunto em questão.
- h) Biblioteca Virtual em Saúde da Psicologia (www.bvs-psi.org.br): com foco em publicações na área, acessamos o link Pepsic, angariando artigos por assunto e autor.
- i) Medicina Psicossomática (www.psychosomaticmedicine.org): a busca se deu por assunto e autor.
- Sites de institutos:
 - a) Instituto Centro Reichiano (www.centroreichiano.com.br/artigos.htm): centro de formação em psicoterapia corporal localizado em Curitiba (PR).
 - b) Instituto Libertas (www.libertas.com.br): instituição de formação em psicoterapia corporal localizada em Recife (PE).
 - c) Instituto Lumen (www.institutolumen.com.br): instituição de formação em psicoterapia corporal localizada em São Paulo (SP), Ribeirão Preto (SP) e Uberlândia (MG).
 - d) Instituto Sedes Sapientiae (www.sedes.org.br): instituição de ensino nas áreas de saúde mental, educação e filosofia. Dentre os seus cursos, há o de formação reichiana.
 - e) Instituto Brasileiro de Psicologia Biodinâmica (www.ibpb.com.br): ocupa-se da formação de psicoterapeutas e terapeutas corporais com abordagem em Psicoterapia Biodinâmica.
 - f) Sociedade Brasileira de Análise Bioenergética (www.analisebioenergetica.com.br): instituição formadora de analistas bioenergéticos certificados internacionalmente localizada em SP.

g) Instituto de Análise Bioenergética (www.bioenergetica.com.br): instituição formadora de analistas bioenergéticos certificados internacionalmente localizada em SP.

- Revistas de abordagem corporal:

- a) Revista Reichiana do Instituto Sedes Sapientiae.

- b) Psicologia Corporal do Centro Reichiano.

- c) Pensamento reichiano em revista

A pesquisa nas bases de dados de *sites* científicos foi feita pelas seguintes palavras-chaves: Grupo de Movimento, Bioenergetic Exercise Class, Bioenergética, Wilhelm Reich, Alexander Lowen, José Ângelo Gaiarsa, Regina Favre, Psicoterapia Corporal e práticas grupais corporais.

Ao nos depararmos com poucos trabalhos publicados, não fixamos nosso levantamento em um período predeterminado de tempo, mas consideramos todos os materiais que foram encontrados, independente do ano de publicação. Com exceção da busca feita no banco de teses da Capes - neste pesquisamos as publicações de mestrado e doutorado defendidas entre 2000 e 2009 -, tal período foi determinado pelo maior número de materiais publicados que havíamos encontrado.

No que concerne às revistas de abordagem corporal, detemo-nos no acervo da biblioteca da USP, no meu material pessoal e no do orientador deste trabalho, porém procuramos acompanhar as publicações que foram feitas durante o período da pesquisa.

Nos sites dos institutos, angariamos resumos de experiências apresentadas em congressos e monografias de conclusão de curso de formação.

Uma vez que não encontramos teses sobre o assunto, começaremos expondo as dissertações de mestrado, seguindo para as monografias, artigos e resumos. A ordem cronológica será da mais antiga à mais recente em cada uma das categorias.

Focalizaremos nas análises os objetivos do estudo, o perfil do profissional responsável pelo grupo, as características do público alvo (número de participantes, idade, sexo e nível socioeconômico), os métodos usados para coleta de dados e avaliação dos resultados, o local onde as atividades foram realizadas, o número de sessões utilizadas, a duração de cada encontro, suas frequências, as atividades

aplicadas, as observações antes e depois do Grupo de Movimento e a conclusão de cada trabalho.

Procuramos seguir essa ordem, porém algumas modificações podem ocorrer em virtude do percurso feito pelo pesquisador, visto que há estudos em que o autor expõe com detalhes o histórico da formação do grupo, cada sessão, ao passo que outros não o trazem dessa forma.

A partir das descrições das experiências desenvolvidas com GM, organizamos quadros (apêndices) que expõem algumas variáveis levantadas em cada uma delas, objetivando uma síntese que facilite a sua visualização, bem como o entrelaçamento dos dados apurados que darão subsídios para a nossa discussão na conclusão deste trabalho.

Ressaltamos que nossa seleção de publicações restringe-se às práticas grupais atinentes à definição explicitada no tópico anterior acerca de Grupo de Movimento, ou seja, buscaremos aquelas que se fundamentam nas abordagens reichianas e neorreichianas, mesclando outras técnicas corporais. Essa premissa representa que não incluiremos atividades grupais relacionadas apenas a uma modalidade específica sem os alicerces teóricos de um Grupo de Movimento.

2.1 Dissertações

Iniciemos apresentando a dissertação da psicóloga e psicoterapeuta corporal Maria Helena Pereira Franco Bromberg (1986), titulada *A função terapêutica do trabalho corporal: o ponto de vista psicológico* (apêndice A: dissertação 01, p.199). Ela descreveu e analisou o que ocorria com as pessoas submetidas a um trabalho corporal psicologicamente orientado, tendo como pergunta norteadora: “de que maneira o trabalho corporal psicologicamente orientado é terapêutico?” (p. 76).

O interesse surgiu de sua experiência clínica, passando a introduzir vivências corporais aos grupos terapêuticos que atendia.

Trata-se de uma investigação que envolve práticas corporais grupais oriundas da educação física (ginástica) e da psicoterapia corporal reichiana e neorreichiana, mas que a pesquisadora não denomina como Grupo de Movimento. Contudo, tendo em vista a estrutura do grupo e suas sustentações teóricas, concebemos que tal estudo enquadra-se no objetivo da nossa pesquisa.

Trabalhou-se durante quatro meses com três grupos, A (grupo experimental), B e C (grupos controle), totalizando 16 encontros, caracterizado por ter de oito a dez mulheres em cada um deles, de classe média, com idade entre 25 e 40 anos. O critério de inclusão era que elas não praticassem nenhum tipo de atividade corporal, tampouco psicoterapia, variáveis que poderiam comprometer os resultados da pesquisa.

O estudo teve início com 25 sujeitos, mas encerrou com uma amostra de 22, em face da desistência de três participantes, duas do grupo A e uma do grupo C.

No grupo A, formado por oito mulheres, aplicaram-se práticas corporais de cunho terapêutico; no B - 1º grupo controle -, constituído por sete participantes, foi proposta ginástica, ministrada por uma educadora física contratada especificamente para o desenvolvimento da pesquisa; e o grupo C ficou como o 2º grupo controle, com sete integrantes, que não participavam de atividade física, ou seja, nenhuma intervenção foi feita. No entanto, todas passaram pelas avaliações antes e após as aplicações dos trabalhos, com o intuito de se obter um diagnóstico do perfil das participantes. Para tanto, foram utilizados, na ordem que se segue, entrevista aberta

e fechada, desenho da figura humana e leitura corporal. Esta se deu com a observadora marcando com lápis alguns pontos do corpo das participantes, compreendendo frente, costas e lado. Paralelamente efetuou-se uma observação sobre cada pessoa pautada por algumas considerações feitas por Feldenkrais atinentes à mecânica do corpo. Na ocasião, cada integrante foi fotografada para verificação da leitura corporal efetuada e registrada por escrito.

Cada análise feita a partir desses instrumentos foi cuidadosa e detalhadamente avaliada pela pesquisadora tal como ela esmiúça em sua pesquisa.

Os encontros eram semanais. O grupo A tinha sessões uma vez por semana por duas horas, e o grupo B encontrava-se duas vezes por semana com uma hora de trabalho em cada encontro. O local de todas as atividades foi o consultório da autora.

Os indicadores de mudança terapêutica foram respaldados pela fundamentação teórica reichiana, neorreichiana (Lowen, Keleman e Gaiarsa), Bertherat, Feldenkrais, Baker, Proskrauer e Mautner, sendo eles assim elencados por Bromberg (1986):

1. Relaxamento das tensões musculares, com sensação de bem estar.
2. Aumento da capacidade respiratória com conseqüente aumento de nível energético.
3. Aumento da possibilidade de sentir a si próprio.
4. Melhora na postura. (p. 76-77)

Para efeito de fidedignidade dos resultados, todo o material avaliado foi passado por outro profissional – juiz – escolhido entre profissionais experientes em psicologia clínica, que reavaliou cada instrumento aplicado antes e depois das intervenções.

Dessa forma, a investigação foi constituída por quatro momentos:

1º - a coleta de material dos três grupos para elaboração do diagnóstico por meio dos instrumentos mencionados acima;

2º - a elaboração do diagnóstico, em forma de perfil psicológico de cada participante;

3º - as intervenções em cada grupo;

4º - a segunda aplicação da entrevista, do desenho da figura humana e da leitura corporal, para elaboração diagnóstica pós-intervenção em cada grupo.

Uma vez escolhida as participantes da pesquisa, todas foram devidamente informadas quanto ao objetivo. Foram esclarecidas de que era de cunho acadêmico e que em razão do sigilo necessário, nenhuma colaboradora seria identificada no trabalho. Foi pedido também que fossem sinceras nas respostas.

A respeito do papel do coordenador de grupo, a autora baseou-se em considerações feitas por Lowen e Lowen, Bertherat e Keleman, compreendendo assim que o facilitador do grupo orientado psicologicamente buscou dar espaço para que cada pessoa fizesse suas próprias descobertas. Nesse sentido, evitou se colocar como modelo, procurando amenizar a preocupação com o certo ou errado, bem como procurou fazer exercícios graduais e ordenados a partir das necessidades de cada membro, explicando os objetivos de cada exercício e da prática corporal como um todo.

No grupo B, cuja intervenção eram as aulas de ginástica pautadas pela proposta de O'Sullivan, vislumbrou benefícios estéticos e para a saúde, tal como uma melhor postura, condicionamento físico, flexibilidade, redução de gordura, entre outras.

No grupo A, as atividades de trabalho corporal orientado psicologicamente iniciavam-se com aquecimento, a fim de trazer as pessoas para a situação, viabilizando o contato consigo e com o espaço, procurando desconectar das estimulações externas vividas no dia. No segundo momento do grupo, trabalhava-se com uma dinâmica mais específica, focando algum ponto, podendo ser os pés para trabalhar contato, apoio ou respiração, buscando interiorização e energização. Por fim, Bromberg (1986) propunha uma atividade mais integrativa, tomando cuidado para que as participantes "não saíssem com uma vivência muito acentuada da unidade central trabalhada" (p. 107).

Iniciou-se a primeira sessão com as integrantes deitadas no chão, focando pés, quadris, costas e autopercepção do corpo. Fizeram uso de bolas de espuma do tamanho de uma laranja. A escápula foi trabalhada com bolinhas do tamanho de uma noz. Tais instrumentos foram utilizados como massageadores. A respiração foi estimulada em todos os momentos. A autora não descreve o uso de música, e todos os exercícios foram feitos lentamente.

A segunda teve o mesmo início da primeira sessão, seguindo para o trabalho de batimento de pernas, passando para a posição do *grounding*¹¹, seguido de alongamento dos tornozelos, chutes para frente, pulos, acompanhados por respiração lenta. Posteriormente o grupo passou novamente para exercícios de pular trocando pernas, andar e saltar pela sala. Com os joelhos levemente flexionados, pés paralelos, foram feitos movimentos de balanço para frente e para trás. As colaboradoras tornaram a deitar, focando exercício para os joelhos, estimulando a busca de vibração. Nessa mesma posição, trabalharam com respiração, massagem nas costas, escápulas e cabeça com ajuda da bolinha. De volta ao *grounding*, movimentaram ombros, braços e respiração com o baixo abdômen, integrando todo o corpo. Fizeram a posição do *grounding* em arco, buscando a vibração corporal. A sessão finalizou com todas deitadas com foco na respiração e na percepção corporal.

A terceira sessão foi iniciada reproduzindo exercícios da anterior, compreendendo: alongamento dos tornozelos, chutes para frente, pulos e *grounding*, além de pular trocando pernas, andar, saltar pela sala, soltando os braços, balançar para frente e para trás. Deitadas, as integrantes priorizaram a respiração e a percepção corporal; sentadas e em duplas, fizeram com que uma percebesse e entrasse em contato com o corpo da outra e ao mesmo tempo consigo. O trabalho de conexão individual continuou na posição de pé, buscando a vibração do corpo. Em seguida, ajoelhadas, descansaram as nádegas sobre os calcanhares; deitadas, expandiram e contraíram as pernas e a cabeça, aliando à respiração, com foco na circulação dos ombros e da nuca. O encontro foi encerrado com o corpo sentado, exercitando a cabeça e o anel ocular.

Com as participantes deitadas, autopercebendo-se, iniciou-se a quarta sessão. Posteriormente, sentadas, começaram os movimentos para os ombros, braços, mãos e dedos; seguindo para a posição do *grounding*, a facilitadora trouxe para o grupo exercícios pélvicos, incentivando a percepção corporal e respiratória; as participantes, então, passaram para o *grounding* em arco, a fim de atingirem a vibração e sua sustentação; deitadas, houve a sustentação de pernas no ar, respirando e em busca da

¹¹ A autora não faz uso do termo, mas, conforme a didática explicação que ela oferece às participantes, podemos compreender que se trata de *grounding*.

vibração; exercitaram os pés; retornando ao *grounding*, centraram atenção à pelve, fazendo transferência de peso de um lado a outro, frente e trás. O encontro foi encerrado com massagens em duplas na região lombossacral, seguidas dos comentários sempre presentes no término de cada encontro.

O início da quinta sessão foi o mesmo da quarta, seguindo com respiração abdominal, pontuando o relaxamento da boca e garganta; com os movimentos pélvicos, buscou-se ampliar a respiração e trazer sons; sem apoiar os calcanhares no chão, transferindo o peso para o metatarso e dedos dos pés (no Ballet Clássico diríamos: quase uma meia ponta) e joelhos dobrados, foram feitos exercícios de equilíbrio, passando em seguida para os de cair; retomou-se o *grounding* e repetiram-se alguns exercícios da segunda sessão, que foi encerrada com todas deitadas, respirando e conectando-se com as sensações físicas.

Com o corpo estendido no chão, de barriga para baixo, deu-se início aos exercícios do sexto encontro, trabalhando com imaginação e corpo, a partir da criação de uma bola imaginária que percorria cada uma de suas partes. Os movimentos iam acontecendo e, com ele, a percepção corporal. Assim foi toda a sessão, sustentada pela técnica Feldenkrais.

A sétima sessão também começou na posição deitada, mas de costas, com o trabalho de percepção corporal. Nessa mesma posição, executaram-se exercícios para os braços e ombros. Em seguida, de barriga para baixo, as participantes continuaram exercitando os braços, mas a partir dos cotovelos. Após, incluíram as pernas junto com os movimentos dos membros superiores e a respiração; depois integraram a cabeça. Em pé, andaram pela sala sentindo a diferença entre o lado direito, que foi trabalhado, e o esquerdo. Em seguida, este foi trabalhado; para tanto, repetiram todo o procedimento. Encerraram a sessão deitadas de barriga para baixo, percebendo as sensações e as diferenças entre o corpo do começo com o do momento. Todos os movimentos foram repetidos várias vezes, lentamente, sentindo a sutileza de cada exercício e as partes corporais afetadas.

O próximo encontro também teve seu início com os corpos deitados no chão, fazendo um intenso trabalho respiratório. Em seguida, as participantes mudaram a posição. Primeiro de barriga para baixo, depois deitadas sobre o lado direito, focaram

exercícios para a cabeça e respiração. Novamente, sobre o chão, de costas, apoiaram-se nos ombros, mãos e antebraços para a execução de mais exercícios respiratórios. Ajoelhadas, voltaram-se para nuca, cabeça e respiração, seguido de pausa para percepções. Sentadas, fizeram exercícios para o tronco, barriga e cabeça, sempre buscando a ampliação respiratória. Nessa sessão, as práticas centraram atenção a toda parte do tronco e da cabeça, visando a um profundo trabalho respiratório, sendo repetidas em média 25 vezes. A sensação das participantes, com base em seus relatos no término dos trabalhos, era de cansaço e relaxamento ao mesmo tempo.

A nona sessão começou com todas deitadas, com alongamentos de pernas para os lados direito e esquerdo, criando mobilização dos ombros, esterno, quadril e leves torções na espinha. Alongaram também a cabeça, influenciando as costelas, espinha e pelve, passando para movimentos dos ombros. Os exercícios tiveram muitas repetições, o que, segundo a autora, gerou experiências corporais muito positivas, proporcionando maior consciência física das partes envolvidas.

Integrantes deitadas, com levantamento de quadris do chão, o décimo encontro foi marcado por exercícios que exploraram intensamente o anel pélvico.

No décimo primeiro, elas também estavam deitadas com a barriga para baixo, intercalando com barriga para cima e com andares pela sala para perceber o corpo e suas sensações. Essa sessão teve um formato mais integrativo, desde os pés até o topo da cabeça, incentivando o pensar sobre cada movimento feito, seus efeitos e repetições.

O início da décima segunda sessão ocorreu com todas sentadas, alongando pernas, repetindo em média vinte vezes. Então se deitaram para repousar. Nessa posição, fizeram outra sequência de alongamento de pernas, incluindo cabeça concomitantemente, também por aproximadamente vinte vezes. Tornando a sentar, os exercícios de alongamento partiram do pé direito, estendendo à perna, ao tronco e à cabeça, os quais envolviam um movimento de rolamento capaz de colocar o corpo deitado de costas. Daí, com o corpo dobrado, iniciou-se um balanço partindo da cabeça até o joelho direito. Novamente sentadas, retomaram o balanço de tronco e cabeça, deitando-se novamente e repetindo o movimento de balanço 25 vezes, seguido de descanso. Imaginariamente repetiram tudo o que foi feito anteriormente,

procurando perceber cada parte do corpo trabalhada. Em seguida, refizeram na prática os mesmos movimentos, mas, diante das dificuldades, eles eram retomados pela imaginação, partindo em seguida para ação. Com os olhos fechados, sugeriu-se que observassem a sensação dos membros durante cada atividade, repetindo-as duas ou três vezes. Andando pela sala, atentaram-se para as diferenças entre o lado direito (trabalhado) e o esquerdo. Posteriormente, repetiram toda a série com o lado esquerdo, começando pelo pé, tal qual o anterior.

Sentadas, com as mãos dando apoio por trás, joelhos separados, o décimo terceiro encontro foi marcado por exercícios sutis envolvendo o nariz, as orelhas, a mandíbula, os olhos, o pescoço e a cabeça como um todo.

A décima quarta sessão foi iniciada com todas de pé, fazendo movimento de balanço para as laterais, procurando perceber o que ocorria com a cabeça, olhos, nariz e pelve. Com os olhos ora fechados, ora abertos, buscou-se perceber as mudanças que ocorriam nos movimentos de balanço quanto à leveza e sensações nas pernas e pelve. Daí, seguiram-se sequências de exercícios com as participantes sentadas, alongando pernas e tronco. Após a execução nos dois lados, procuraram descansar e perceber como estava o corpo. Depois de muitos alongamentos de tronco e pernas, realizaram trabalhos oculares e, então, colocaram-se em *grounding*, retomando o balanço do início da sessão. Fecharam-na andando pela sala, observando as mudanças que se operaram no corpo e na respiração.

O décimo quinto encontro aconteceu focalizando o contato com o corpo, tal como se apresentava no momento, com intenso e profundo trabalho de expiração e inspiração, promovendo a consciência dos movimentos e processos necessários para o fluir respiratório. As participantes exploraram posições deitadas, sentadas com o apoio das costas na parede e em pé. Ao término, a pesquisadora percebeu que algumas integrantes sentiam-se bem-dispostas; outras apresentaram alterações nas expressões faciais; muitos bocejos e olhos lacrimejantes surgiram de três mulheres; todas conseguiam coordenar com mais facilidade respiração e movimento.

A última e décima sexta sessão começou com todas deitadas, fazendo conexão com o corpo, espreguiçando, fazendo caretas, respirando livremente. A consigna era manter os pés no chão e os joelhos dobrados, deixando-os cair para um lado enquanto

a cabeça ia para o outro, procurando trazer o som. Em seguida, focaram os músculos posteriores da cintura escapular por meio de movimentos de braços e do aprofundamento da inspiração e expiração. Sentadas, deram continuidade aos exercícios de contração e expansão do peito por meio da respiração e do auxílio dos cotovelos, que funcionaram como um elástico. Nessa mesma posição, com as pernas abertas no limite de cada uma, alongaram as laterais do corpo, enchendo o peito de ar na posição frontal e esvaziando quando se esticavam para os lados. Voltando a deitar, trabalharam respiração com exercícios lentos de abdominal. Em pé, as inspirações e expirações foram feitas andando pela sala a partir dos movimentos de ombros. Em seguida, fizeram exercícios de mobilização da pelve. Após um longo trabalho pélvico, partiram para os músculos e os órgãos da face, para que, por meio de caretas e da imitação da expressão de bichos, focalizassem os anéis da couraça ocular e do maxilar e a respiração. O encerramento foi feito com todas de pé, fazendo movimentos de busca com os braços, acentuando a respiração e trocando olhares com as demais integrantes.

Com o término desse encontro e de todo o trabalho, notou-se maior aproximação entre as participantes e a ampliação da consciência acerca da respiração.

Cabe ressaltar que as descrições das sessões feitas por Bromberg são ricas em detalhes e de observações efetuadas a cada encontro, além de apresentar a bibliografia utilizada. Nossa exposição compreende um sucinto resumo do que se buscou trabalhar. Diante disso, enfatizamos que, embora a maneira de conduzir o grupo revele algumas diferenças com a do GM, há outros aspectos que são semelhantes e que, talvez, ao resumir o que a autora usou para demonstrar as vivências, não tenhamos conseguido demonstrar com precisão. Entre as similaridades destacamos o cuidado que ela teve em estimular nas participantes a autopercepção corporal, fazendo perguntas e dando consignas, que levaram-nas a perceber o que estava acontecendo com o corpo, as sensações causadas e os sentimentos. Há também todo o foco dado aos segmentos interligados da couraça, os quais ela chamou de anéis, conforme a denominação reichiana, a integração corporal em cada sessão e os

compartilhamentos verbais a cada encontro, que foram apresentados por ela no fechamento de todas as sessões.

Durante a execução da pesquisa, ocorreram acontecimentos não esperados com as participantes, com os quais a autora precisou lidar para que o trabalho pudesse transcorrer normalmente. O mais interessante é observar que, dentro do seu relato, as intercorrências se deram com três participantes do grupo A e uma do grupo C. A integrante do grupo A, que a pesquisadora tituló de sujeito B, por volta da 10ª sessão compartilhou seu desinteresse sexual pelo marido e a acentuação do desejo por um colega de trabalho. Tomando cuidado para que não se configurasse uma psicoterapia verbal, Bromberg ofereceu-lhe um espaço de continência da angústia, o que fez com que B saísse mais aliviada. A segunda integrante, sujeito X, que vinha participando assiduamente dos encontros e manifestando sentimentos positivos nas atividades, procurou a autora após um período de férias e compartilhou suas preocupações pessoais. Na ocasião, tentou transferir para a psicóloga um dos seus problemas. Sendo contrariada em sua busca e opinião, alegou excesso de trabalho e assim desistiu do grupo. O sujeito Y assumiu que as atividades haviam mobilizado muitas angústias e que, dada a sua mudança de residência, voltou a fazer psicoterapia, variável de exclusão para participar do grupo para não interferir no resultado final. O sujeito Z, membro do grupo C, 2º grupo controle, escolheu participar desse trabalho desde que não se submetesse a nenhum tipo de intervenção em razão de falta de tempo, mostrando-se resistente até mesmo para as avaliações de coleta de dados. Alegou posteriormente que passou a fazer ginástica, o que também a excluía da pesquisa por se tratar de uma variável que poderia comprometer os resultados.

Temos aqui desistências que foram investigadas, mostrando inclusive o grau de mobilização decorrente da proposta.

Dentro do material apresentado, foram escolhidos dois exemplos para demonstrar como se deu a coleta dos dados e a avaliação do perfil psicológico. Assim, foram colocados com detalhes a transcrição literal da primeira entrevista e sua análise clínica; as fotografias dos sujeitos nas posições de frente, de lado e de costas, bem como a interpretação de sua leitura corporal; os desenhos da figura humana com sua interpretação; e a síntese das três análises com perfil em termos de caráter. Os

estudos das demais participantes foram apresentados por Bromberg (1986) de forma resumida com os respectivos resultados da 1ª e 2ª avaliações diagnósticas. A conclusão dos resultados se apoiou também na análise quantitativa que se baseou no teste de fidedignidade feita pelos dois juízes e pelo Teste de Probabilidade Exata de Fisher.

A partir da avaliação efetuada, a pesquisadora classificou o perfil das integrantes sob a descrição da Análise Bioenergética, constatando que os caracteres vigentes nos grupos foram histéricos com traços masoquistas; orais; orais com traços fálico-narcisistas; histéricos; orais com traços histéricos; compulsivos; fálico-narcisistas; masoquistas; compulsivos com traços fálico-narcisistas; orais com traços compulsivos. Não foram encontrados participantes com traços esquizoides, psicopatas e genitais, tal como este último era concebido por Reich.

Como discurremos anteriormente na introdução desta pesquisa, encontramos aqui o primeiro trabalho cuja tipologia loweniana foi utilizada para efeito de condução e avaliação dos resultados de uma atividade grupal. Entretanto, cabe-nos contextualizar que se trata de um estudo de 1986, o que talvez justifique o uso um pouco questionável das biopsicotipologias da psicoterapia de abordagem corporal.

No entanto, por meio das intervenções corporais psicologicamente orientadas, levantaram-se indicativos de que as envolvidas no estudo foram colocadas na direção de mudanças consideradas como terapêuticas. De acordo com Bromberg (1986), tal consideração se deve ao:

aumento de capacidade de sentir a si próprias, relaxamento das tensões musculares com sensação de bem estar, até sinais mais amplos, significativos de alterações positivas na vinculação libidinal, com abertura para uma abordagem mais profunda de seu caráter básico ou, então, com surgimento de traços representativos de uma evolução libidinal muito próxima da genital. (p.190)

Os relatos das participantes do grupo experimental evidenciados na segunda entrevista, denotam: aquisição de maior consciência do próprio corpo e de aspectos emocionais; melhora no cuidado corporal, percebendo benefícios na saúde física e no sono; mais disposição e inclusão de alguns exercícios no cotidiano quando surgia dificuldade para dormir, reduzindo, assim, os problemas de insônia; sentimento de bem-estar com a prática dos exercícios; alterações na vida pessoal; maior percepção

dos conflitos sexuais; tranquilidade, inclusive no relacionamento familiar; possibilidade de estabelecer limites ao outro, sem sentimento de culpa; aumento na escuta e expressividade; auxílio na tomada de decisões, gerando mudanças profissionais; coragem para realizar atividades novas; sensação de relaxamento; e mais contato consigo mesma.

No que tange aos indicadores de mudança elencados pela pesquisadora, tem-se que, na amostra A, as sete mulheres apresentaram relaxamento das tensões musculares, com sensação de bem-estar e aumento da possibilidade de sentir a si próprias, e três delas obtiveram aumento da capacidade respiratória com consequente aumento do nível energético e melhora na postura. Tais alterações não ocorreram nos demais grupos.

A pesquisadora observou que as mudanças não ocorreram por igual, entendendo que o perfil psicológico de cada uma fez com que a experiência fosse vivenciada de forma particular, de modo que duas integrantes diagnosticadas como caráter oral assim permaneceram, o que levou a autora a entender que talvez esses casos precisassem de maior atuação terapêutica com o auxílio de outras estratégias de intervenção além da corporal. Levantou-se também a hipótese de que um trabalho com maior durabilidade poderia trazer resultados muito mais significativos a todas as colaboradoras da pesquisa.

Contudo, por meio do relato dos exercícios trabalhados em cada encontro, percebemos poucas dinâmicas de contato com o outro e com o grupo. Suscita-nos, então, a seguinte questão: será que um maior contato grupal traria outros benefícios para todos os envolvidos, independente da classificação biopsicotipológica que a autora faz? A resposta talvez pudesse ser encontrada em outra investigação.

No grupo B, o das participantes da ginástica, a maioria delas não demonstrou, tampouco percebeu, mudanças psicológicas. Porém, no relato de uma delas houve a ocorrência de sintomas físicos que passaram a ocorrer com frequência durante o trabalho proposto. Em outro caso, tomou-se consciência de alguns aspectos pessoais e profissionais, além da efetivação de uma intervenção cirúrgica. Em contrapartida, em outra participante, Bromberg (1986) avaliou, via leitura corporal, a intensificação da

contenção de impulsos, “ficando mais evidente os anéis de tensão (torácico e pélvico), com a evidente função protetora em relação à angústia” (p. 365).

Essa análise realizada por Bromberg também nos ajuda a pensar sobre a diferença existente entre a ginástica e GM esboçada em nossa introdução, fazendo-nos refletir sobre a capacidade de mobilização gerada por atividades físicas, direta ou indiretamente. Fica-nos, então, uma pergunta: será que a ocorrência das manifestações do grupo B pode representar sinais de conteúdos ainda inconscientes que, se canalizados para outro tipo de trabalho corporal seriam percebidos de outra forma?

Assim, considerando que as participantes do grupo B, submetidas à ginástica, e as do grupo C, que não participaram de nenhuma atividade, não evidenciaram mudanças entendidas como terapêuticas, a autora concluiu que o trabalho corporal psicologicamente orientado, da forma que foi desenvolvido na pesquisa, do ponto de vista estatístico e clínico, colocou as integrantes “na direção de mudanças definidas como terapêuticas” (190), acreditando que melhores resultados poderiam ser alcançados com a continuação do trabalho.

Quanto aos recursos metodológicos utilizados, Bromberg (1986) reconhece que a pequena amostra estudada limita a generalização dos resultados, mas argumenta que a análise estatística aliada com a rigorosa avaliação qualitativa fornece um bom índice de confiabilidade. Ela entendeu que sua pesquisa abre a possibilidade de outros trabalhos investigarem “efeitos obtidos com uma maior duração das atividades; efeitos quando pareado a uma psicoterapia convencional; aplicação para os tipos de caráter não presentes na amostra (esquizoide e psicopático)” (p. 196).

No que tange ao aspecto grupal, por meio dos relatos, acreditamos que a proposta parece ter criado uma aproximação entre as participantes, e o desejo de continuar com o grupo sinaliza a construção de um vínculo. Embora a estudiosa não faça apreciações acerca de teorias que remetem à psicoterapia em grupo, ela levanta pontos importantes quanto à prática corporal grupal, salientando que na composição de cada sessão deve-se levar em conta uma combinação de exercícios que venha atender o perfil das pessoas atendidas. Nesse sentido, Bromberg (1986) comenta:

Nessa composição, entram aspectos tais como: conhecimento profundo dos exercícios, sua fundamentação e objetivos; conhecimento profundo dos participantes (obtido através do diagnóstico) para permitir a utilização adequada da técnica; visão crítica do processo, para que ocorram as necessárias correções de rumo. Ao mesmo tempo que se fala em um grupo de participantes, é importante lembrar que esse grupo é composto por individualidades e que o trabalho grupal não pode perder de vista este aspecto. (p.195)

Apreendemos tal consideração pertinente, dada a nossa preocupação com todo o processo que envolve um trabalho grupal e também com a nossa busca por compreender melhor o que define a identidade de um GM.

Ante o que foi alcançado com essa amostra, com o rigor metodológico apresentado, consideramos que as intervenções corporais orientadas psicologicamente atingiram objetivos terapêuticos e preventivos. Porém, aos olhos das discussões teóricas atuais, a autora fez uso de tipologias questionadas no campo reichiano, todavia aceitável considerando a época em que o estudo foi realizado.

Maria Helena Ferreira Moyzés (2003), em sua dissertação, *Sensibilização e conscientização corporal do professor: influência em seus saberes e suas práticas pedagógicas* (apêndice A: dissertação 02, p. 199), buscou verificar se os trabalhos corporais influenciavam ou não o professor em seus saberes e atuações educacionais.

O interesse pelo tema é fruto de sua experiência como psicóloga e pedagoga, com pós-graduação em Psicopedagogia Clínica e Psicoterapia Corporal. Em sua trajetória profissional, atuou como coordenadora pedagógica em uma escola municipal e como professora da 2ª série do ensino fundamental em escola particular na cidade de Uberlândia.

Para realização do estudo, adotou o Grupo de Movimento como instrumento de pesquisa, formado por cinco professoras do Ensino Fundamental da rede pública municipal da cidade de Uberlândia (MG). A faixa etária variava entre 38 e 51 anos; duas delas tinham seis anos de carreira, e as outras, acima de dez. Todas traziam um traço religioso marcante e pertenciam a um nível de classe média baixa. De acordo com a pesquisadora, apresentavam pouco senso crítico, questionando e contestando pouco as situações que as incomodavam. Seus discursos denotavam certa posição de vítima do sistema e, por vezes, apegavam-se à religião para resolverem ou compreenderem os conflitos cotidianos.

Convém salientar que o critério para seleção das participantes envolveu idade e tempo de carreira, dados que a autora entendeu influenciar no perfil das professoras, compreendendo que há diferença entre uma profissional com menos tempo de profissão e outras com período mais longo na área. Inicialmente, 18 professoras se mostraram interessadas em participar da pesquisa. No entanto, 16 compareceram à entrevista e apenas cinco realmente tiveram disponibilidade para tal. Os motivos que levaram as demais a não participarem foram: horário, não terem com quem deixar os filhos, encaminhamento para psicoterapia e indisponibilidade interna.

O estudo foi constituído por entrevistas iniciais semiestruturadas com duração de 60 a 90 minutos; Grupo de Movimento, que durou sete meses, totalizando 30 sessões; e entrevistas finais, que, assim como as primeiras, foram feitas em um mês. Ademais, depoimentos, produção de textos, fotos, desenhos do próprio corpo no início e no término do trabalho, observações participantes e notas de campo também serviram de repertório para coleta de dados e avaliação dos resultados.

Quanto aos encontros de GM, aconteceram semanalmente, com duração de 80 minutos cada sessão, sendo 50 minutos de exercícios corporais e 30 minutos para escuta dos depoimentos relacionados com suas práticas docentes e percepções corporais. Tanto as entrevistas quanto a realização do grupo ocorreram na sala do consultório da pesquisadora, onde de acordo com a autora, “as professoras sentiram-se mais seguras e ‘resguardadas’, segundo suas falas” (p. 68).

Muitas foram as atividades desenvolvidas nas sessões, tendo em cada uma delas um roteiro que não necessariamente foi seguido criteriosamente. Sem o detalhamento de cada encontro, a pesquisadora relata que no geral os GMs ocorreram com exercícios de expansão e contração, trabalhando com as tensões dos ombros, pescoço, cabeça e articulações do corpo.

Realizaram-se movimentos pautados pela ideia reichiana de “tensão-carga-descarga-relaxamento”¹². Quanto a esse aspecto, Moyzés (2003) explica:

¹² Conforme explicitamos na introdução, esse modelo diz respeito à curva orgástica reichiana. Na prática de GM, o mesmo pode acontecer com exercícios que buscam trabalhar a carga do corpo, podendo ser por meio de movimentos mais aeróbicos ou que forcem um pouco mais os limites do organismo ou até do emocional, conduzindo a uma descarga, em que gradualmente vai diminuindo o ritmo e assim ampliando a respiração, levando ao relaxamento e até a manifestações emocionais, podendo ser choros, risos etc.

através da tensão, da com-tensão, da re-tensão, aumenta-se a carga libidinal, emocional, energética. Um adulto saudável consegue tolerar o aumento da carga e depois consegue obter uma descarga que leva ao relaxamento e foi exatamente assim que trabalhamos sempre, objetivando uma descarga que ocorre de várias maneiras, através de choro, risada, conversas, um bem estar muscular, enfim, cada um expressa de uma maneira peculiar. (pp. 69-70)

Trabalhou-se com toques e massagens, almejando a descoberta do próprio corpo e maior aproximação de si e do outro. Os alongamentos se deram no espreguiçar, no esticar, nas posições de *grounding*, *grounding* invertido e em arco, segundo a perspectiva da Análise Bioenergética, cujo princípio é levar as pessoas a um contato consigo e com o chão, o que representa uma maior conexão com a realidade e seus sentimentos, conforme explanado na introdução deste estudo.

Todas as práticas foram executadas lentamente, ajudando as participantes a sentirem o que cada uma despertava, “sem preocupações com a estética ou o desempenho”, buscando a ampliação e fluidez da respiração. Ocorreram atividades individuais, em dupla e com todo o grupo. No final de cada sessão, abria-se para o compartilhar da experiência. A utilização da música se deu em quase todos os encontros, cujo ritmo era escolhido de acordo com o objetivo. Acerca disso, Moyzès (2003) esclarece que:

Nos momentos em que o objetivo era trabalhar a soltura das articulações corporais, principalmente a pelve, aonde se requeria uma maior desenvoltura do corpo como um todo, a utilização de músicas agitadas, ou as que ofereciam sons tribais foram amplamente empregadas. Em outros momentos, quando o objetivo era atingir os sentimentos de cada professora, levá-las a um processo de ficar consigo mesmas, aí então, as músicas utilizadas eram mais calmas, tranquilas para proporcionarem condições de uma maior interiorização. (p. 93)

A partir do material coletado, Moyzès (2003) o categorizou em quatro eixos, a saber: “Posicionamento das professoras ante as dificuldades no exercício profissional; interação com os alunos; percepção corporal e ligação que as professoras fazem com a temática Doença e Profissão” (p. 101).

Apresentaremos suas análises oriundas de observações, entrevistas, desenhos e relatos das participantes. Procuraremos focalizar os conteúdos existentes antes da pesquisa e os resultados após o estudo.

No início dos encontros, observou-se nas professoras uma certa rigidez corporal, manifestada nos abraços, no modo de sentar, nos olhares e na respiração curta, muito concentrada no peito.

Ante tais verificações, a primeira sessão procurou criar uma conexão das participantes com seus corpos, estimulando uma respiração mais profunda, de modo que pudessem perceber suas tensões, bloqueios, emoções e sentimentos. Quanto a esse aspecto, Moyzés (2003) observou que:

as mesmas [as participantes] estavam contidas e com um certo travamento nos movimentos, fazendo-os pesados como se estivessem amarrados. No momento dos depoimentos, expressaram a vergonha de colocar o som na respiração, de reclamar da dor, por meio de sons ou gritos. É como se estivessem congeladas, mesmo porque aprenderam, durante toda sua vida, a se conterem, a não expressar os sentimentos, a suportar as dores e dificuldades já que “uma mulher de fibra, uma verdadeira mulher, não grita, não reclama dos sofrimentos, pois essas qualidades enobrecem a mulher”, como disse a professora Ruth. (p.102)

Compreendemos que essa leitura do grupo é cabível, porém não podemos desconsiderar que se trata de um trabalho inicial e completamente novo na vida daquelas pessoas. Ademais, por mais que se conheçam, o contato é menos profundo, o que nos faz pensar que toda contenção é aceitável tendo em vista a situação do momento.

No tocante ao primeiro eixo da pesquisa, atinente à posição das professoras diante das dificuldades encontradas na atuação profissional, a investigadora, de posse dos relatos das docentes oriundos das entrevistas e das verbalizações feitas durante o trabalho, expôs todos os problemas que elas enfrentavam no cotidiano, desde a superlotação de alunos em sala; indisciplina; poucas condições de acompanhamento às crianças com *deficit* de aprendizagem; ausência de apoio; excesso de cobranças; falta de autonomia, de reconhecimento econômico (salarial) e de valorização profissional; estruturas precárias para o desenvolvimento de uma boa aula, incluindo a não disponibilização de verba para compra de material; além da sobrecarga de funções, na busca de conciliar os serviços domésticos com a vida profissional.

Em face da problemática aqui apontada, a autora destacou a falta de autonomia e o acúmulo de papéis em casa e no trabalho, acreditando existir uma

relação entre o medo de se expressar e a baixa autovalorização, impossibilitando a colocação de limites.

No entanto, com os encontros grupais, as professoras começaram a demonstrar maior autonomia, adquirindo a capacidade de decidir e expressar opiniões perante as situações encontradas em seu contexto escolar e familiar, impondo mais limites a elas e aos outros. O corpo, antes contraído, foi assumindo outra forma, alcançando certo grau de relaxamento, refletindo em suas atitudes. Cada participante passou também a dar mais atenção a si mesma.

Consequentemente, passaram a se expressar sem medo, sem sentirem-se inferiorizadas. Houve uma mudança significativa na expressividade corporal e verbal, reconhecida inclusive pelas pessoas que conviviam diariamente com elas, seja no ambiente de trabalho, seja no familiar. Conforme os depoimentos, elas perceberam que as mudanças ocorridas com elas refletiram no contexto familiar, tal passagem pode ser ilustrada na fala que Moysés (2003) apresenta de uma das professoras:

...E aí mudou o comportamento também das pessoas comigo, meus filhos, marido. Ontem eu cheguei ele estava lá arrumando janta, eu falei minha nossa senhora! Senão ficava lá esperando, eu cheguei lá tinha um arrumando a cozinha, o outro estava lá completando a janta porque estava faltando alguma coisa, então percebo que com a minha mudança eles também estão mudando e isso me deixa muito feliz, (p. 114)

No que concerne ao segundo eixo norteador - a interação com os alunos-, tem-se que antes as educadoras adotavam posturas mais autoritárias e intolerantes com os discentes. Após os trabalhos, começaram a perceber e a sentir mudanças no trato com eles. Sentiram-se menos autoritárias, menos rígidas, mais tolerantes e pacientes. Ficaram mais atentas aos educandos, observando os olhares e o jeito de eles se portarem, ou seja, passaram a fazer leituras que antes não conseguiam a respeito do comportamento deles, procurando entendê-los dentro de suas histórias, problemas e dificuldades, os quais não são poucos em face da realidade socioeconômica que eles estavam inseridos. Elas criaram outro tipo de relação, com mais qualidade no contato, sabendo ouvir, manifestar carinho, segurança e impor limites de forma afetuosa.

Aprenderam a sentir melhor o corpo, percebendo os pontos de tensão, as dores, os enrijecimentos, e assim passaram a usar os recursos assimilados nos encontros no

dia-a-dia, procurando dar mais atenção à respiração, aos alongamentos e a outros exercícios que auxiliavam nas distensões musculares. Em sala, algumas inseriram as atividades do GM nas aulas, fazendo com que os alunos por vezes até cobrassem tal prática. Assim, os momentos com eles passaram a ocorrer de forma mais livre, sem que elas perdessem o domínio do grupo. Moyzés (2003) concebe que:

Foi a partir da sensibilização de seus corpos que as professoras passaram a lidar com as crianças de maneira diferente; acreditam que essa mudança está intimamente relacionada com a transformação que elas estão tendo consigo mesmas. Como hoje as professoras se percebem melhor, estão mais conscientes de suas sensações e sentimentos, conseqüentemente estão percebendo melhor os seus alunos, estão com mais disponibilidade interna para entendê-los, ou até mesmo para vê-los em sua totalidade, em suas necessidades. (p. 120)

Quanto ao terceiro eixo de análise, a percepção corporal também atravessou mudanças. Por meio dos relatos na entrevista e da observação, a autora alega que essa variável era quase nula, compreendendo que as participantes percebiam um pouco o corpo durante as entrevistas iniciais, mas não era algo que chamava a atenção delas no cotidiano, tampouco em sala de aula. A estudiosa entende que essa pouca percepção estava atrelada à ausência de contato com elas mesmas, reforçada por uma respiração curta, concentrada no peito e na falta de sentir o chão.

Acredita-se que, com a ampliação respiratória e o trabalho de conexão com a realidade por meio do *grounding*, a percepção do corpo foi se desenvolvendo, as tensões e os bloqueios energéticos foram sendo mais sentidos. Notou-se que nos depoimentos as professoras se mostravam mais descontraídas, e que durante as sessões de GM havia maior flexibilidade corporal. Com tal consciência, elas aprenderam a entrar em contato com o corpo, cuidando e atendendo ao que ele necessitava no momento, como respirando para aliviar o cansaço ou fazendo *grounding* para amenizar a tensão (Moyzés, 2003).

Tais resultados foram também analisados por meio de desenhos da autoimagem corporal solicitados no início da pesquisa e em seu término, cuja interpretação foi feita pelas próprias professoras, que puderam confrontar os dois momentos, trazer seus sentimentos e as sensações em cada um deles, contribuindo com conteúdos não revelados na entrevista. Por meio deles pôde-se constatar evoluções significativas em

cada uma delas e, ao mesmo tempo, os bloqueios e as tensões ainda existentes que necessitariam ser trabalhadas. Sobretudo, as modificações observadas foram surpreendentes. A própria maneira de apresentarem a estrutura do corpo foi completamente diferente dos primeiros desenhos.

O quarto e último eixo percorrido pela investigadora diz respeito à ligação que as professoras fizeram com a temática doença e profissão. Obteve-se unanimidade entre elas em conceber que muitas vezes as dores e as doenças que sentem estão associadas à profissão. Logo, além de todas as situações de *stress* que enfrentavam tanto do ponto de vista econômico quanto social, havia as condições inerentes ao próprio trabalho que provocavam calos vocais, tendinite, problemas de coluna por ficarem muito tempo em pé, entre outros.

De acordo com Moyzés (2003), outro dado apontado é um certo congelamento, um recurso adotado pelo professor para enfrentar as situações da vida profissional e pessoal, no qual “seu corpo bloqueia as emoções para impedir o sofrimento...” (p. 156).

Pautando-se pelos estudos de Vasques-Menezes, Codo e Medeiros, a autora explica que tal mecanismo é um dos estágios da *Síndrome de Burnout*, em que o docente se afasta afetivamente do trabalho, inclusive dos alunos e das exigências familiares.

Assim, é frequente e comum o uso de atestados médicos, que levam ao afastamento dos professores das salas de aula, constata a pesquisadora que vivenciou tal episódio dentro do próprio grupo, relatando que em sete meses uma participante pegou licença médica três vezes em períodos alternados.

Essa análise realizada por ela parece ter a função de ilustrar a importância de trabalhos corporais voltados ao público em questão, sem se ater em averiguar se houve melhora na saúde física das participantes com o Grupo de Movimento. A autora apenas expõe os relatos que atrelam as doenças com a profissão, levantando discussões no âmbito da psicossomática.

Contudo, dos resultados alcançados, Moyzés (2003) constatou o quanto a corporalidade do professor realmente influencia em seus saberes e em suas práticas pedagógicas. Verificou a eficácia do Grupo de Movimento, utilizado no ambiente de

trabalho como um instrumento de pesquisa, capaz de provocar mudanças significativas no cotidiano e na prática profissional de cada participante, proporcionando sensação de bem-estar e vitalidade, as quais puderam ser percebidas nos relatos de cada professora, em seus desenhos e em suas expressões corporais e verbais apresentadas durante todo o trabalho. Nesse sentido, Moyzés (2003) acredita que:

as atividades corporais, realizadas neste trabalho, serviram para despertar a consciência e a percepção corporal nas professoras, além de colaborar para uma mudança de atitudes, físicas e mentais, nas suas práticas pedagógicas. Embora tenhamos clareza do engendramento das coraças musculares ser bem antigo e, por isso mesmo, trazer marcas corporais profundas, ainda assim, acreditamos que os trabalhos corporais serviram para mobilizar tais coraças, proporcionando um renovar nas posturas das professoras, como pudemos constatar em suas falas. (p. 166)

Por conseguinte, a estudiosa defendeu em sua dissertação a importância da inclusão de cursos de formação que envolvam a corporalidade, entendendo que, por meio desse recurso, foi possível contribuir com mudanças capazes de refletir no microsistema em que as participantes se inseriam, no núcleo educacional.

Diante do exposto, temos que a proposta lançada por Moyzés (2003) trouxe efeitos terapêuticos, sociais, pedagógicos e de promoção da saúde. Logo as professoras foram tomando mais consciência de si, se autovalorizando, ganhando confiança para se posicionarem nos espaços profissionais e familiares. Desse modo, aprenderam outro jeito de estar nas relações, de colocar limites. Substituíram o discurso da vitimização do sistema, conforme salientado no início desta análise, pelo de agentes de mudanças, deixando de ser atores secundários para assumir o lugar de protagonistas nas salas de aula com os alunos, trazendo mais vitalidade e prazer para a prática cotidiana, melhorando assim a relação professor-aluno. Consequentemente, sentindo-se mais vibrantes e motivadas, aprenderam a lidar até mesmo com o *stress* diário, as tensões musculares, buscando maior cuidado de si.

Cabe-nos salientar que tais alterações foram demonstradas nos relatos das participantes, nos desenhos feitos e em todo material que elas produziram no decorrer do trabalho. Assim, resta-nos questionar se tais mudanças foram realmente incorporadas e internalizadas ou se fizeram parte apenas de um momento.

Além dos trabalhos corporais, pautados pela ótica reichiana e neorreichiana talvez possamos atribuir que tais modificações sejam também decorrentes da escuta proporcionada pela facilitadora do grupo, já que havia sempre 30 minutos para o compartilhamento das experiências profissionais e aquelas vividas com as práticas corporais. Esse acolhimento pode ser um aspecto positivo que tenha refletido inclusive no acolhimento que elas passaram a ter com os próprios alunos.

Outro ponto a destacar nessa pesquisa é o foco dado à perspectiva reichiana do prazer, do resgate da alegria¹³, em que, trabalhando sob o prisma da curva orgástica, buscou-se mobilizar a potência daquelas professoras, movendo-as de um estado de congelamento, anestesiamento, para um pulsar e flexibilização na vida. Essa observação pode ser mais bem entendida no relato de Moyzès (2003):

As professoras afirmaram com entusiasmo, alegria e o prazer que sentiram nessa experiência, afirmando que dentre os cursos de capacitação já feitos, o que viveram no Grupo de Movimento foi superior a todos eles juntos, pois as vivências corporais realizadas serviram para dar-lhes novas idéias e fomentar mudanças em suas práticas, sentiram o benefício em seus próprios corpos, sabendo que poderão levar todas as experiências prazerosas para seus alunos. Afirmaram que as escolas estão carentes de atividades que despertem o prazer, o bem estar, a sensibilização de sentimentos, os movimentos corporais, enfim, a alegria que segundo elas, fugiu da escola e, que se torna urgente resgatá-la. (p. 162)

Contudo, compreendemos que se trata de um valioso trabalho de intervenção na área educacional que reflete diretamente nos aspectos sociais, todavia analisamos que do ponto de vista metodológico a autora poderia ter se apoiado em outros recursos que a fizesse validar ainda mais sua pesquisa, como, por exemplo, a criação de um grupo controle, instrumentos de análise do discurso etc. Sentimos falta, porém, de uma avaliação da relação construída entre a facilitadora do grupo e as professoras, bem como de uma melhor descrição do seu papel durante o desenvolvimento do trabalho.

¹³ Sobre o assunto, consultar Ramalho (2010).

A dissertação desenvolvida por Maria Dolores Pinheiro de Souza (2004)¹⁴, *O grupo de movimento e o bem-estar subjetivo na velhice: um estudo de caso com idosos de Castelo - ES* (apêndice B: dissertação 03, p. 200), procurou verificar se os grupos de movimento contribuiriam para a promoção do bem-estar subjetivo nos idosos participantes dos grupos do município de Castelo (ES).

Tal proposta surgiu a partir da demanda de alguns integrantes do Clube da Amizade (associação de idosos), que solicitaram um trabalho específico voltado à melhoria das condições de vida e saúde dos membros. Tendo em vista a formação em psicoterapia corporal dos profissionais envolvidos, pensou-se em GM, dentro de uma perspectiva de promoção de saúde.

O trabalho teve início em julho de 1999, com término previsto para dezembro de 1999, mas, conforme a avaliação dos participantes e as mudanças significativas ocorridas, deu-se continuidade a ele sem previsão de conclusão, tendo cinco anos de duração até a data da defesa da dissertação, em 2004. Assim, as análises e discussões apresentadas no estudo referem-se aos dados coletados em dezembro de 2003.

Inicialmente, o projeto aconteceu com palestras temáticas vinculadas às questões de envelhecimento e qualidade de vida, tendo também como objetivo a divulgação do GM. Cada uma contou com aproximadamente 300 idosos.

Na primeira, colocou-se a proposta do GM e abriram-se as inscrições, tendo como critérios de participação a idade mínima de 60 anos completos¹⁵ e ser associado ao Clube da Amizade, em razão da ideia de fortalecimento de um grupo já organizado no próprio município.

Constituiu-se, então, um grupo com 18 participantes, sendo 17 mulheres e um homem, que, por sua vez, era casado com uma das integrantes. Todos eram alfabetizados; dentre eles dez tinham primeiro grau incompleto, um o concluiu, dois não completaram o segundo grau, quatro terminaram o ensino médio e um possuía pós-graduação. Quanto ao nível socioeconômico, 14 integrantes exerciam funções não

¹⁴ O estudo não elucida o perfil profissional da pesquisadora.

¹⁵ A autora explica que a determinação dessa idade funda-se na legislação brasileira quanto à Política Nacional do Idoso.

remuneradas; 11 tinham renda de até dois salários mínimos; quatro, de até três salários mínimos; e três, de quatro a seis salários mínimos.

As sessões foram ministradas por um profissional de Educação Física com pós-graduação em Educação e Análise Bioenergética, morador do município de Castelo (ES), supervisionado pela autora da dissertação.

Os encontros ocorreram na sede do Clube da Amizade, semanalmente, com duração de 1 hora e 30 minutos, sendo 20 minutos para o aquecimento, 30 minutos para o desenvolvimento e o tempo restante para o fechamento, no qual se introduzia algum exercício de relaxamento ou de integração e finalizava com o compartilhamento das experiências. Essa sequência funda-se nas sugestões de Gama e Rego (1996), conforme descrito anteriormente neste estudo.

Trata-se de uma pesquisa qualitativa, desenvolvida a partir da técnica de grupo focal, que, por meio de uma conversa informal e grupal, proporcionou um espaço para as pessoas manifestarem suas opiniões e sentimentos sobre um determinado tema. A discussão é controlada pelo entrevistador, que possui um planejamento específico. Para a coleta de dados, formaram-se dois subgrupos, um composto por oito sujeitos e o outro por dez. Reuniram-se no consultório do facilitador do GM em dois horários sugeridos pelos participantes, que se distribuíram de acordo com a disponibilidade individual. Na análise dos dados, utilizou-se o método do Discurso do Sujeito Coletivo (DSC), proposto por Lefèvre e Lefèvre, que consistiu em avaliar cada resposta, categorizando os depoimentos em significados que viabilizaram verificar quantos discursos individuais aderiram à categoria estipulada.

Dessa divisão dos discursos por categorias, M. D. P. Souza (2004) analisou as relações sociais positivas, os aspectos físicos e o humor, correlacionando-os à concepção de Ryff a respeito do bem-estar subjetivo, o qual é classificado em seis dimensões: “relações positivas, autoaceitação, autonomia, domínio sobre o ambiente, propósito de vida e crescimento pessoal” (p. 83).

Ela esclarece que todas as entrevistas foram gravadas e transcritas, e os encontros, filmados, com o consentimento dos sujeitos.

No primeiro dia foi apresentada a proposta e feito o contrato. Todos preencheram uma ficha de inscrição e um questionário sobre as condições

socioeconômicas, de saúde e de eventos de vida. Houve um tempo para o esclarecimento de dúvidas. A participação de pessoas com distúrbios psiquiátricos e cardiopatias graves somente poderia acontecer com avaliação e acompanhamento médico.

Nesse contato, conduziram uma dinâmica de apresentação que ajudou a amenizar a timidez, os medos e as inseguranças que permeiam todo começo de grupo, resultando em maior espontaneidade e descontração no ambiente. No término, pediram que os envolvidos falassem das expectativas com relação ao trabalho e de como estavam naquele momento. Com base nas verbalizações, M. D. P. Souza pôde verificar o quanto a proposta havia sido entendida e obteve referências para a montagem dos grupos posteriores.

O trabalho foi dividido em duas fases: a primeira ocorreu entre agosto e dezembro de 1999, e a segunda, entre fevereiro de 2000 e dezembro de 2003, tempo de duração da pesquisa, mas não de concretização do trabalho, como já mencionado anteriormente.

Na primeira etapa, a autora observou, a partir das leituras corporais e dos dados dos questionários, que a maioria dos idosos apresentava corpos rígidos, flácidos, desvitalizados, posturas fora do eixo, doenças circulatórias e baixa potência respiratória. Assim, o foco inicial foi ampliar o fluxo respiratório e intensificar o processo de sensibilização e conscientização corporal, por meio de trabalhos de soltura, relaxamento e alongamentos oriundos da Cultura Física¹⁶, da Bioenergética e da Biodinâmica, buscando o afrouxamento da couraça muscular e o aprofundamento da respiração.

Os alongamentos foram realizados pelo espreguiçar, fazer caretas e esticar-se, denominados alongamentos espontâneos, os quais se referem aos trabalhos de músculos de forma livre, e por alongamentos dirigidos, que focam grupos musculares

¹⁶ A autora não se detém em explicar o termo. Em virtude da dificuldade em encontrar a bibliografia utilizada por ela, encontramos em Pereira (1988) definido “como uma prática cultural sócio-biológica”, cuja terminologia visa a “designar toda a parcela da cultura universal que envolve o exercício físico, como a educação física, a ginástica, o treinamento desportivo, a recreação físico-ativa, a dança, etc.” (p. 20). Segundo o autor, difere do conceito de educação física pelo aspecto pedagógico que a envolve, enquanto a atividade de cultura física volta-se ao lazer sem a preocupação com o aprendizado em si.

de maneira mais sistematizada (M. D. P. Souza, 2004). Aqui, compreendemos que, no primeiro caso, procura-se fazer com que cada pessoa perceba qual a necessidade de cada parte do corpo e daí busque os alongamentos individuais. No segundo, ocorre a intervenção direta do facilitador.

Os exercícios respiratórios foram efetuados em todos os encontros, conforme sugere Gama e Rego (1996), dada a importância deles para o desbloqueio emocional. A autora não descreve como se deu cada encontro, tampouco os exercícios específicos, mas faz citações das referências nas quais foram embasados.¹⁷

Com o intuito de trabalhar as relações interpessoais, realizaram muitas atividades em duplas, desde massagens, dança, imitação dos movimentos alheios e outros sugeridos por Gama e Rego (1996).

Por meio da observação e dos relatos durante os fechamentos dos grupos, M. D. P. Souza (2004) aponta que:

a interferência no fluxo respiratório e em seus bloqueios, ampliou a mobilidade e capacidade da sua função, resultando em benefícios físicos (oxigenação do sangue, das células e tecidos e consequentemente, aumento da vitalidade) e emocionais (sensação de liberdade, bem-estar e espontaneidade), conforme assegurado por LOWEN (1982). (p. 70)

Nessa passagem questionamos como tal afirmação quanto aos benefícios físicos pode ser válida, uma vez que não foi elaborada nenhuma forma precisa de investigação acerca da “oxigenação do sangue, das células e dos tecidos” (p. 70), por exemplo.

Relataram ainda a sensação de melhora nos aspectos emocionais (depressão, timidez), corporais (mais vitalidade e força) e nas relações interpessoais. Mediante a positiva avaliação feita pelos idosos no término dessa fase, eles sugeriram a continuação da proposta, sendo então o que deu início a segunda fase desse trabalho (M. D. P. Souza, 2004).

Tendo início em fevereiro de 2000 a dezembro de 2003, a segunda etapa buscou explorar mais intensamente a interação pessoal e relacional, ampliando as diversas formas de expressão corporal. A ampliação do fluxo respiratório e o processo de

¹⁷ Gaiarsa (1984); Lowen & Lowen (1985).

conscientização continuou presente, porém deu-se maior atenção ao aumento da mobilidade física e ao repertório de movimentos expressivos nas relações consigo e com o outro.

Os trabalhos de consciência corporal foram norteados pelo método dos “Cinco Passos” propostos por Stanley Keleman, abordado em nossa introdução. Com os idosos, M. D. P. Souza (2004) trabalhou até o terceiro, compreendendo autopercepção no presente e seus sentimentos (primeiro passo), o aprofundamento do “como é” ou como se dá a forma sentida com a experiência imediata (segundo passo), e a intensificação e desintensificação do que é percebido (terceiro passo). Incluiu a partir destes uma série de oito grupos de exercícios desenvolvidos por ela, denominados “Do Involuntário ao Voluntário” (M. D. P. Souza, 1996), explicando-nos que:

Esse trabalho é de grande mobilização emocional, sendo possível aplicá-lo somente quando sentimos o grupo maduro para tal vivência. Partindo de exercícios de percepção do ritmo cardíaco, respiratório e proprioceptivo, passa por experimentação de pequenos e lentos movimentos corporais, até a (re) construção do movimento de caminhar. No último encontro sugerido na série, são utilizados exercícios de expressão de formas corporais e verbais de dizer ‘não’, ‘sim’, acolher o outro, repelir o outro, fugir, atacar, de expressão de medo, fazer-se grande, fazer-se pequeno, de alegria, e outros possibilitando o experimentar de suas próprias formas de lidar e expressar as emoções, assim como visualizar no outro novas possibilidades. (p. 71)

As atividades em duplas foram acentuadas com massagens. A pesquisadora extraiu da Bioenergética os exercícios de mobilização de energia e de expressão emocional, possibilitando também a descarga da agressividade por meio de chutes e socos no ar, a construção de limites na relação com o outro utilizando-se consignas como “vai embora”, “me solta”, “não”, “eu quero”, e o uso de expressões, como “venha perto de mim”, visando ao desenvolvimento da afetividade. Almejando a ampliação da respiração, expandindo-a por todo o corpo, usou-se muito o *grounding* e suas variações¹⁸.

Diante da condução dada na segunda fase do grupo, M. D. P. Souza (2004) concebe que as mudanças ocorridas foram oriundas do afrouxamento da couraça, o

¹⁸ Tais variações dizem respeito ao *grounding* invertido e em arco.

qual pode ser observado pela “espontaneidade na expressão dos sentimentos e na ampliação da sensação de liberdade e vitalidade” (p. 72).

Ela avalia que, apesar dos imprevistos que muitas vezes exigiam do facilitador flexibilidade e criatividade, os idosos demonstraram receptividade e disponibilidade para a execução das práticas, denotando características facilitadoras da interação com o outro, como: “senso de ética, escuta e prontidão de respostas às necessidades alheias, facilitando o trabalho do coordenador” (M. D. P. Souza, 2004, p. 72).

Ante a tais formulações, podemos perceber que a resistência do grupo estava sendo diluída e que o acolhimento às diferenças também se instalava. Pela duração do grupo e os resultados observados, inferimos a existência de um grupo realmente constituído.

Nessa pesquisa não é mencionado o número de sessões realizadas, ressalta-se apenas o período em que o grupo ocorreu durante a pesquisa – de agosto de 1999 a dezembro de 2003. Supomos a totalização de 44 meses, ou seja, quatro anos e meio. Contudo, a autora menciona que o grupo não foi interrompido com o término do estudo.

Assim, cabe enfatizar que as avaliações aqui apresentadas são atinentes ao material que foi coletado em dezembro de 2003, tal como já explicitamos anteriormente.

Tendo em vista que a análise dos resultados foi feita a partir da categorização dos dados, iremos apresentá-la seguindo os parâmetros que nortearam a avaliação de M. D. P. Souza, considerando os quesitos vinculados aos relacionamentos (grupo, coordenador e família), aspectos físicos e humor (satisfação, vitalidade, depressão), todos correlacionados com as manifestações de bem-estar subjetivo, conforme mencionamos no decorrer deste trabalho.

No que concerne às relações entre os membros do grupo, a pesquisadora apreende o quanto a convivência com as pessoas no GM foi positiva, favorecendo as relações interpessoais, facilitando o processo de comunicação, o qual foi vivido com alegria e entusiasmo pelos participantes, pois as expressões de afeto, respeito e solidariedade forneceram aos idosos um suporte socioemocional, auxiliando na manutenção e construção da autoestima.

Quanto ao relacionamento com o coordenador, a autora avalia a importância do papel do facilitador para o alcance dos resultados, que, no caso do grupo pesquisado, apresentou confiança, empatia e afeto. Tais sentimentos permitiram aos membros liberdade de expressão, sentimento de segurança, compreensão, tornando-os confiantes para assumir um lugar no espaço, o que contribuiu, segundo ela, para melhorar as relações entre eles.

As relações familiares também sofreram mudanças positivas. De acordo com a avaliação dos DSCs feita por M. D. P. Souza (2004), verificou-se que nesse aspecto elas se deram de duas maneiras: por um lado, a família percebeu as mudanças e incentivou a participação do idoso no grupo; por outro, houve o reconhecimento de modificações, porém o ambiente considerava excessivo, enquadrando os participantes como “avançados e/ou inadequados”. Entretanto, os discursos analisados denotam que os problemas familiares passaram a ser resolvidos de forma diferente. O GM possibilitou a construção de habilidades na avaliação e enfrentamento de problemas familiares cotidianos. A estudiosa entendeu que a troca de experiências entre os integrantes favoreceu tais medidas.

Com relação aos aspectos físicos, os idosos perceberam que houve melhoras significativas em suas condições físicas, sentindo um corpo mais ágil, ativo, flexível, com maior tolerância à dor e à realização de atividades cotidianas antes insuportáveis. M. D. P. Souza (2004) avalia então que:

A atividade de Grupo de Movimento pode ser um meio privilegiado de obtenção de competências, de domínio sobre o ambiente interno (corpo) e seu manejo no ambiente externo. O produto dos exercícios de consciência corporal é referido no DSC: [o coordenador do grupo] *‘ensina a gente a sempre confiar nas pernas’* [itálicos do autor]. Essa confiança permite, entre outras coisas, *não cair mais* [itálicos do autor]. Os alongamentos, por sua vez, resultam na melhoria da dor. Os eventos que estruturam a vida diária destes idosos podem, dessa forma, ser vividos de forma mais eficiente e prazerosa, provendo dessa maneira, um senso de bem estar... As percepções corporais de pernas fortes e a possibilidade em confiar nelas, refere ao senso de controle pessoal, controle sobre o próprio corpo. (p. 93)

Percebemos aqui um dado que pode ser consequência da prática do *grounding*, que, aliado aos alongamentos e à respiração, trouxe uma melhor condição corporal aos idosos, gerando assim maior autonomia e independência a eles.

Dentro desse enfoque, M. D. P. Souza (2004) destaca o quanto o relaxamento contribuiu para a melhoria do sono e diminuição do consumo de medicamentos. Aponta que o GM ajudou os participantes a se instrumentalizarem no sentido de buscar recursos de intervenções, como a respiração, que auxiliou numa melhor noite de sono ou numa dor de cabeça.

Avaliou-se o fator humor a partir do grau de satisfação, vitalidade e depressão. No que tange a primeira variável, a autora entendeu que a satisfação e o prazer experienciados no GM garantiram assiduidade e continuidade na participação dos idosos, contribuindo com a obtenção dos resultados acerca da qualidade de vida de cada participante, produzindo alegria, distração, leveza e autovalorização (M. D. P. Souza, 2004).

Os participantes perceberam-se mais dispostos e vitalizados. Alguns DSCs referem-se a mais estímulo para viver. Sentem mais vontade para executar as tarefas do cotidiano, como "*cozinhar, lavar louças, levantar da cama e ir à missa* [itálicos do autor]" (p. 99). Ou seja, a sensação de bem-estar relatada pelos integrantes do grupo contribuiu com a capacidade funcional, refletindo assim na autoestima dos idosos, pois, de acordo com algumas falas, a sensação de rejuvenescimento também era presente.

Por conseguinte, o estado depressivo apresentado por alguns, conjuntamente com as demais variáveis, foi alterado, o que M. D. P. Souza (2004) associa à satisfação, ao apoio emocional e social existente no grupo e à apreensão de técnicas respiratórias.

Contudo, em face dos resultados obtidos com a pesquisa, a autora concluiu que o Grupo de Movimento contribuiu para a promoção do bem-estar subjetivo dos idosos, contemplando todas as categorias estipuladas: relações positivas, autoaceitação, autonomia, domínio sobre o ambiente, propósito de vida e crescimento pessoal.

As relações positivas e a autoaceitação puderam ser vistas na análise que M. D. P. Souza (2004) fez acerca dos relacionamentos entre os membros do grupo, com o coordenador e com a família. Nos aspectos físicos, percebeu-se a produção de maior autonomia e domínio sobre o ambiente, o que a autora atribuiu ao fato de os idosos sentirem suas pernas mais fortalecidas e conseguirem aproveitar melhor as atividades

cotidianas. Nesse sentido, ela argumenta: “Os DSCs apontam que um dos ambientes transformados é o interno, que, por meio de intervenções, se modificou, promovendo saúde e qualidade de vida” (p. 95). O engajamento do grupo nas atividades, promovido pela satisfação e o prazer sentido nos encontros, foi correlacionado ao propósito de vida e ao crescimento pessoal.

Dentre tais considerações finais, M. D. P. Souza (2004) faz alusão às relações afetivas construídas no decorrer do trabalho com o coordenador como um fator que, ao lado das práticas corporais, contribuiu para a avaliação positiva dos resultados.

No entanto, M. D. P. Souza (2004) admite os limites enfrentados pela pesquisa, reconhecendo que o que foi apurado diz respeito àquela realidade específica, não podendo ser, portanto, generalizado aos outros grupos.

Assim, temos que o trabalho lançado pela pesquisadora, dentro da perspectiva do GM, foi capaz de mobilizar o fluxo energético dos idosos, por meio da curva orgástica formulada por Reich, de técnicas respiratórias, de exercícios a partir da Psicologia Formativa de Keleman, da Análise Bioenergética e da promoção de uma integração grupal gerada possivelmente pela postura do facilitador e das intervenções corporais atreladas aos toques e massagens. A união de tais elementos ampliou a capacidade dos idosos em sentir prazer e vontade de viver. Diante desse enfoque, podemos supor que o GM, no contexto dessa pesquisa, alcançou efeitos terapêuticos, preventivos, pedagógicos e sociais.

Em linhas gerais, acreditamos que os dados apresentados pela pesquisadora denotam certa validação, considerando-se o tempo de desenvolvimento do grupo, o que possivelmente fez com que fosse construído uma relação grupal de fato entre os envolvidos. Todavia, concebemos que para uma efetiva confiabilidade nos resultados outros instrumentos de investigação poderiam ter sido utilizados, bem como a criação de um grupo controle com outro tipo de trabalho para que tivéssemos uma confrontação do material encontrado.

Odila Weigand (2005), em sua dissertação de mestrado, *Grounding na Análise Bioenergética: uma proposta de atualização* (Apêndice B: dissertação 04, p. 200),

buscou aprofundar e atualizar o conceito de *grounding* criado e desenvolvido pela Bioenergética, focalizando seus diferentes tipos.

O interesse por tal tema surgiu diante das inquietações profissionais da pesquisadora. Em virtude de seus 23 anos de carreira até a data do estudo, Weigand teve sua formação em Análise Bioenergética em *workshops* no Brasil com o grupo da Sociedade Brasileira de Análise Bioenergética (SOBAB), com Alexander Lowen em Nova York e com outros professores do Instituto Internacional na Europa. Diante de sua trajetória, percebia diferenças entre a forma que Lowen conduzia o processo psicoterapêutico e a dos *trainers* internacionais no Brasil (Weigand, 2005).

À medida que crescia sua experiência, vindo a se tornar professora dos grupos de treinamento no Brasil, observou que a distinção era decorrente da formação teórica dos discentes da época, que uniam os ensinamentos de Lowen, pautados pelo paradigma pulsional, com o paradigma objetal, oriundo da formação psicanalítica. Porém, a autora esclarece que tais diferenças não eram claras na época em que ocupava ainda o lugar de aluna.

Nesse sentido, o primeiro paradigma advém da ideia de pulsão da teoria freudiana, visando à busca do prazer por meio de descargas de tensões oriundas de excitações internas. Essa concepção traz em si a junção entre o psíquico e o somático. De acordo com Rego (2005),

Um estímulo somático (*Reiz*), oriundo de uma fonte (*Quelle*) somática, gera uma pressão (*Drang*) que fará com que essa excitação seja representada psiquicamente por meio de idéias/representações (*Vorstellung*) e de afetos, cuja interligação em complexos constituiria a essência do aparelho psíquico. Essa pressão impulsionará em direção à ação visando a uma descarga (*Abfuhr*) da excitação, acompanhada pela vivência de satisfação (*Befriedung*). (p.62)

Assim, a noção de pulsão, nas palavras de Rego (2005) “define como se dá a relação entre mente e corpo na visão freudiana” (p. 62). Segundo Weigand (2005), essa junção psique e soma, também incorporada por Lowen na Bioenergética, foi um dos fundamentos da teoria reichiana.

De acordo com a pesquisadora, o paradigma objetal ou relacional surge dentro do movimento psicanalítico inaugurado por Fairbairn, da Sociedade Britânica de Psicanálise; Melanie Klein, que funda a Teoria das Relações Objetais; Winnicott, que

formula a Teoria do Amadurecimento; e Bowlby, que inaugura a Teoria do Apego. Quanto a tais abordagens, Weigand (2005) aponta que:

Todos estes teóricos se voltam para o estudo do desenvolvimento, deslocando a questão da sexualidade do centro da organização psíquica, em favor de uma perspectiva de amadurecimento, da qual a sexualidade faz parte. Propagou-se o conceito de Desenvolvimento Interrompido, ou seja, diante de uma situação traumática ou da falta da experiência que constitui o Ego na fase adequada, ficaria um “buraco” na personalidade, onde faltou a experiência essencial. Esse “buraco” vai constituir a ferida narcísica. (p. 20)

Pela ótica do paradigma objetal, dá-se importância à relação eu-outro, cuja energia libidinal busca objetos que venham a suprir uma necessidade, que, uma vez saciada, proporciona prazer.

Dada a existência desses dois paradigmas, Rego (2005) observa que “O que se vê hoje é que o campo reichiano, sem negar sua fundamentação pulsional, tem dialogado com autores da escola de relações objetais como forma de ampliar os horizontes clínicos” (p. 77).

Tais conceitos, portanto, colocados em discussão na investigação de Weigand (2005), se fazem necessários para entendermos suas explicações acerca dos diferentes tipos de *grounding* propostos em seu grupo de exercícios.

Partindo do pressuposto da Bioenergética que conceitua o termo enquanto um processo energético, cujo fluxo excitatório percorre todo o corpo, ideia pertencente a uma visão do paradigma pulsional, Weigand (2005), pautada pelas concepções de Boadella, entende que desde a tenra idade experimentamos várias formas de *grounding*, o qual é encontrado no aconchego do útero, no seio, no colo, no olhar, enfim, nos cuidados maternos. Por essa ótica, tem-se um *grounding* baseado na relação que antecede ao *grounding* postural desenvolvido por Lowen.

Por conseguinte, talvez possamos entender que, Boadella (1992), a partir de suas formulações sobre a vida intrauterina, ampliou a concepção de *grounding*, compreendendo que ele ocorre quando a criança ainda está em desenvolvimento no útero, seguindo para a vida pós-uterina na relação com a mãe. Assim, podemos apreender que a técnica do *facing* é uma forma de trabalhar o *grounding* do olhar, e o *centring*, uma estratégia para buscar o *grounding* interno. O autor, ao tecer argumentos a favor do *grounding* interno, considera que:

Todo o trabalho de proporcionar “firmeza” ao corpo através do trabalho postural, situações de estresse, liberação catártica de emoções bloqueadas, tem o seu valor. Mas trabalha apenas a firmeza externa. Precisamos aprofundar e enriquecer esse processo, prestando atenção à maneira como a pessoa constrói o seu espaço ou organiza o seu tempo, que percepção ela tem de sua capacidade de se formar através de uma participação mais intensa em seu próprio processo. (19,20,21)¹⁹ Precisamos ajudá-la a encontrar a sua ‘firmeza’ interior, a sua *essência*, [itálico do autor] (22) a fonte de onde brota a energia curativa, que tem o poder de integrá-la novamente, não importa quanto ela esteja condicionada a não se sentir viva. (p. 153)

Nesse sentido, segundo a autora, muitas abordagens neorreichianas, dentre elas, Educação Somática, Biossíntese e Biodinâmica, influenciadas pelo trabalho com *instroke* de Will Davis, basearam seus trabalhos na busca do movimento interno, dando vazão ao gesto espontâneo e ao fortalecimento do *grounding* interno. Diferenciando, assim, das formulações de Lowen, que, tal como Reich, visavam à expressão catártica, em virtude de “mobilização da musculatura esquelética e aumento da carga energética pela respiração ampliada” (p. 41).

Para a compreensão do movimento energético do *grounding* interno, Weigand (2005) discorre sobre o conceito de *instroke* e *outstroke*, desenvolvidos por Will Davis. *Instroke* refere-se às técnicas corporais executadas a partir da periferia para o centro, buscando centrar, focalizar, concentrar, organizar e criar representações internas. O segundo diz respeito ao que é feito do centro para a periferia, visando o contato, vínculos, relacionamentos, fala e expressões emocionais. O movimento desses dois constitui a pulsação necessária para o desenvolvimento psíquico.

Assim, tem-se que o *instroke* relaciona-se com o *grounding* interno e *outstroke*, com o *grounding* postural, desenvolvido pela Bioenergética. Weigand (2005) entende que o primeiro ocorre, na Análise Bioenergética, na própria relação terapêutica; todavia, acredita que ele também pode ser desenvolvido por meio dos exercícios de autopercepção oriundo da própria abordagem loweniana.

Seguindo com as articulações acerca dos diferentes tipos de *grounding*, ela faz apreciações sobre *grounding* prematuro, *grounding* do olhar, na família, na religião e na cultura, além de evitação do *grounding* e colapso interno.

¹⁹ Numeração citada pelo autor que corresponde aos dados da referência bibliográfica usada por ele.

O primeiro concerne às crianças que precocemente sofreram alguma experiência desintegradora com o cuidador, obrigando-as a terem que precocemente desenvolver uma estrutura egoica. Weigand (2005) explica que:

Com a experiência de cuidados dissonantes, sentindo-se não seguro e, portanto, faltando-lhe o *grounding* que deveria ser suprido pelo cuidador, a criança vai se esforçar prematuramente contra a força da gravidade. Logo que consegue mover a cabeça, a criança é capaz de mudar sua percepção e sua posição no espaço e busca lidar ativamente com a gravidade na tentativa de prover ela mesma um certo grau de *grounding*. (p. 48)

O *grounding* do olhar relaciona-se também com os primeiros contatos visuais dos bebês com seus cuidadores, que dependendo da qualidade da construção dessa relação torna-se passível a um bloqueio ocular, que pode ser trabalhado por meio de exercícios que favoreçam o fortalecimento do contato visual.

O *grounding* da família, cultura e religião apresentado por Weigand (2005) representa o enraizamento familiar e todos os valores que dela decorre, o qual é entendido pela autora como um elemento essencial para o processo de desenvolvimento da criança.

Antes de seguirmos com as demais explanações de Weigand sobre os tipos de *grounding*, cabe aqui uma pequena consideração quanto à pouca presença desses enraizamentos (*groundings*) na sociedade ocidental. No artigo de Coelho e Severiano (2007), fica-nos a ideia do quanto o desenraizamento foi acontecendo paulatinamente com o desenvolvimento do sistema capitalista, no qual o corpo foi assumindo diversas conotações condizentes com o momento político-econômico-social, tornando os ideais subjetivos da contemporaneidade escravos dos modelos e receitas vendidos pela mídia como fonte de “autoestima” e “felicidade”. Os autores consideram que:

Trata-se de uma psicologização irrefreada dos estados corporais e da transformação da saúde em uma experiência subjetiva vinculada a ideais externos - modelos e celebridades midiáticas, em que o ajuste de uma parte específica do corpo - lipoaspiração de uma gordurinha localizada, *lifiting* para apagar marcas da idade - afeta toda a estrutura psíquica do indivíduo. (p. 94)

Considerando, portanto, a falta de *grounding* na chamada sociedade moderna, cada vez mais nos deparamos com homens com poucos laços sociais, solitários e individualistas. Há uma fragmentação social, em que tudo muda constantemente,

fazendo com que as pessoas fiquem sem valores internos seguros – o mundo interior parece vazio, criando no homem uma ausência de sentidos que o leva a buscar fora, daí a força da mídia, o desejo de que o corpo se encaixe nos padrões estabelecidos. Estamos vivendo o que o sociólogo Zygmund Bauman (2001) chamou de “modernidade líquida”.

Lowen (1983) também apreende que a “cultura mecanizada” desencadeou no indivíduo a perda da identidade:

Sinto que o equilíbrio pendeu muito contra as forças vitais naturais: compreensão, prazer, corpo, natureza e o inconsciente. Estamos comprometidos com muitas informações sem nenhuma segurança que proteja nosso entendimento....estamos comprometidos com a aquisição de mais poder. Estudos mostram claramente que as exigências de poder de nossa civilização tecnológica irão dobrar na próxima década....Estamos nos tornando orientados pelo ego cada vez mais e não apenas isso pois o indivíduo sofre uma contínua perda de identidade numa cultura mecanizada. A mecanização produz uma dissociação do ego com o corpo, reduzindo a percepção do corpo e enfraquecendo os sentimentos de identidade baseados nessa percepção. (p. 162)

Talvez essa perda de identidade também tenha relação com o que Weigand discorre sobre a evitação do *grounding*, entendendo-a como uma forma encontrada pelo indivíduo para não entrar em contato com experiências dolorosas. Nesse sentido, ela explica que há dois meios para evitá-lo. Um deles consiste na recusa da pessoa em ficar nas próprias pernas, criando uma relação de dependência, vulnerabilidade e de incapacidade. A outra segue o caminho oposto, em que o indivíduo cria uma imagem de autossuficiência e de superioridade em relação aos demais. Essa postura, segundo Weigand (2005), representa “uma recusa de apoiar-se nos outros, erguendo-se acima do chão para não sentir o contato com a realidade da interdependência humana” (pp. 51-52). As duas características podem estar relacionadas com um colapso interno, que, de acordo com Keleman (1992), pode estar escondido em estruturas físicas externamente rígidas, mas internamente colapsadas, o que corresponde a um *self* enfraquecido.

Levando em consideração esses distintos *groundings*, a pesquisadora buscou nos grupos de exercícios, sustentados pela abordagem da Análise Bioenergética, aprofundar tal conceito, questionando-se sobre:

o que significa dizer que uma pessoa está em *grounding*, e quais as variáveis a serem observadas... se algumas mudanças significativas, observadas nos participantes de um grupo de exercícios, seriam passíveis de verificação, e se viriam corroborar as observações empíricas sobre o potencial curativo do trabalho de *grounding*. (p. 72)

O trabalho foi formado por oito mulheres com idade entre 53 e 71 anos. Quatro possuíam o terceiro grau completo; duas, o primeiro; e uma não completou o ensino médio. A autora não informa o nível socioeconômico das integrantes. A participação dessas pessoas ocorreu por meio de inscrições no programa de extensão de Qualidade de Vida para terceira idade na Universidade Salesiana (UNISAL), em São Paulo. Era um programa gratuito que trabalhava com aulas de informática e temas diversos de interesse da população dessa faixa etária.

Trata-se de uma pesquisa qualitativa, que utilizou estudos de caso com as integrantes do grupo, cujo enfoque eram atividades corporais pautadas pela Análise Bioenergética. A autora não utiliza o termo Grupo de Movimento, mantém o termo utilizado por Lowen e Lowen (1985), grupo de exercícios de Análise Bioenergética, mesmo recorrendo a outras escolas neorreichianas.

Os instrumentos usados para coleta e análise dos dados foram questionários que trazia dados pessoais e perguntas relacionadas à saúde e aplicação do teste de personalidade HTP (*home-tree-person*), que consiste em desenhos de uma casa, de uma árvore e de uma pessoa, feitos pelos sujeitos da pesquisa.

Os encontros ocorreram no espaço físico da própria faculdade, contando com uma sala e equipamentos adequados para a efetivação dos mesmos. Foram 16 sessões, semanais, com duração de uma hora e quinze minutos cada uma.

Houve a participação de três profissionais. O grupo foi conduzido pela própria pesquisadora e por uma psicóloga com formação em Análise Bioenergética, e uma assistente responsabilizou-se pela aplicação dos testes e pelos registros dos conteúdos que surgiam em cada sessão, desde os relatos trazidos até as atividades realizadas.

As técnicas corporais, tais como toques e exercícios que trabalhavam o corpo como um todo, focalizaram principalmente pés, pernas e anel ocular, visando à promoção do *grounding* e conseqüentemente à melhora “da postura, percepção de limites e espaço, centramento, expressão e contato” (p. 74), visto que o interesse da pesquisa era o aprofundamento teórico e a prática do conceito de *grounding*.

Relaxamento e alongamentos também fizeram parte do repertório. As escolas que embasaram a proposta foram Análise Bioenergética, Biossíntese, Self-Healing e Educação Somática. Sobretudo, procurou-se utilizar procedimentos que integrassem os paradigmas pulsional e objetal.

Cada encontro foi orientado pelo modelo da curva orgástica reichiana, respeitando-se a faixa etária da população atendida, o que significa que durante os trabalhos houve pequenos aumentos de energia, pausa, centramento e autoconsciência. Weigand (2005) explica que eles se desenrolaram seguindo-se as etapas de desenvolvimento da teoria reichiana descritos por Volpi e Volpi (2009). Sendo assim, tem-se que cada uma apresenta um objetivo: a etapa ocular busca a criação de vínculos, confiança e contato; a etapa oral compreende a satisfação das necessidades, da nutrição; a etapa anal visa à organização, autonomia, produtividade; a etapa fálica refere-se à expansão no sentido de dentro para fora; e a etapa genital vincula-se com o objetivo ideal, que até se alcança em alguns momentos, porém dificilmente se mantém.

Convém explicitar que, embora Volpi e Volpi (2009) descrevam tais etapas fundamentando-as a partir de Reich, Lowen, Baker e Navarro, com exceção da etapa ocular, temos que reconhecer que essas fases de desenvolvimento foram inicialmente estruturadas pela psicanálise freudiana e que os demais teóricos a aprofundaram.

A música foi introduzida quando necessária, cujas letras ajudavam a dar significado aos movimentos ou ao momento afetivo do grupo. O seu uso e o da dança visavam a dar ritmo e/ou mudar o estado energético das mulheres.

Sucintamente, a estuadora apresenta cada sessão sem se deter em cada exercício aplicado, porém apontando os temas abordados. Na primeira sessão, houve a aplicação dos questionários, a apresentação da proposta solicitando a assinatura do termo de consentimento caso os membros concordassem em colaborar com a pesquisa e a aplicação do HTP.

As práticas corporais começaram no segundo encontro, que em sua descrição a autora classifica como a primeira sessão de trabalho corporal. Ela se iniciou com alongamentos e trabalhos com as articulações e os olhos, combinados com percepções de equilíbrio. Foi explicado o conceito de *grounding*, a importância do alinhamento

para uma boa postura e para a circulação energética. Introduzindo a ideia de confiança e suporte, as facilitadoras propuseram toques nos ombros com as participantes em círculo. Por fim, todas relaxaram nos colchonetes atendo-se à região lombar, estimulada com movimentos sutis.

Na segunda sessão realizaram movimentos para as articulações, ora em pé ora sentadas, trabalhando das extremidades para o centro, incluindo consignas que ajudassem a ampliar a consciência corporal. Em um momento de relaxamento, fizeram *grounding* encostadas na parede. Posteriormente, o mesmo ocorreu, porém em duplas, fazendo contato de costas com costas, dançando, percebendo o ritmo da parceira e a possibilidade de integração. Em círculo, retomaram o *grounding* e fecharam esse encontro sentadas, procurando perceber o corpo todo, dentro e fora. As integrantes observaram e compartilharam as sensações de formigamento, vibração e calor. Houve muita descontração com a dança.

Alongamentos e jeitos diferentes de caminhar marcaram o início do terceiro dia de atividade. Continuou-se com os trabalhos de articulação, focalizando as mãos e os movimentos agressivos de busca, incluindo expressões faciais e sons de agressividade, o que geraram energia e prazer, dando sequência para atividades de soltura da região cervical e escapular, levando a automassagem em tais regiões. Os sons que exprimiam sensações dolorosas eram transformados em manifestações de alívio. A autora comenta que as participantes apreciaram os exercícios de braços e ombros para delimitar o espaço pessoal, sob a música *Não tô nem aí*. Segundo Weigand (2005), essa última prática foi repetida em muitos outros momentos. Em círculo, de olhos fechados, abraçadas, com um balanço rítmico do corpo, procuraram perceber as sensações, deixando vir um relaxamento. Sentaram-se, formaram duplas e trocaram massagens no couro cabeludo e região cervical, estimulando a produção de sons que representassem alívio, dor ou bocejos. Fecharam com todas de pé, em *grounding*, deslizando a sola do pé sobre um bastão. Sentiram dores, formigamentos, leveza e calor.

Na quarta sessão, aqueceram a coluna, contraindo e expandindo com alongamentos. Fizeram batidas no corpo com os punhos, repetiram os movimentos agressivos do terceiro encontro, e massagens nas costas das colegas se deram

coletivamente em fila. Em círculo, elevavam as mãos para cima e soltavam todo o corpo para baixo expressando sons. Trabalharam com bolinha de tênis nos pés e nas costas contra a parede, favorecendo a posição do *grounding*. Em duplas, massagearam as costas da parceira. Sentadas, fizeram alongamentos, automassagem no rosto, couro cabeludo e nuca. Deitadas, trabalharam o anel ocular, empalmando e expondo os olhos à luz alternadamente. O fechamento foi com autopercepção e contato interno.

Grounding e diferentes maneiras de andar, criando movimentos que transmitissem leveza e percepção do espaço, deram início ao quinto encontro. As participantes refizeram os movimentos de agressividade, tal como a terceira sessão, combinando expressões faciais, sons, braços e mãos, fechando essa sequência com o *grounding*. Ainda nessa posição, massagearam o rosto, focando principalmente o entorno dos olhos, refizeram os exercícios de empalmá-los e expô-los à luz, piscar, visão periférica e enxergar longe e perto. Elas disseram que enxergavam com mais nitidez e brilho, além de sentirem bem-estar. Encerraram deitadas, relaxando, trazendo o alongamento e a consciência para a coluna lombar.

Na sexta sessão, buscou-se utilizar novamente os diferentes tipos de andar para fazer contato com as pernas. As integrantes andaram sustentando o corpo nos dedos dos pés para fortalecer as panturrilhas. Dançaram movendo os quadris, mobilizando uma alta carga energética, de acordo com a pesquisadora. Em círculo, descansaram, percebendo o espaço pessoal e conscientizando-se do próprio corpo. Em razão da fala de uma das participantes sobre a sensação de aprisionamento após a dinâmica anterior, seguiu-se uma série de atividades em duplas com temas relacionados aos limites, fechando essa etapa com massagens nas costas da parceira. Visando à energia da lombar e pelve, deitadas, trabalharam força muscular e vibrações nas pernas, relaxamento e o anel ocular. Sentadas, alongaram-se, massagearam o rosto, e repetiram os exercícios anteriores para os olhos. O encerramento buscou trazer a energia da luz para dentro de si. Para estimulá-las na mentalização e na dança, inseriu-se a música *Luz do Sol*, na voz da Gal Costa. A sensação compartilhada foi de carinho e prazer.

Voltaram a fazer *grounding* rolando os pés no bastão no sétimo encontro. Andaram focando a atenção para os pés. Em círculo, apoiaram-se lado a lado e

trabalharam as articulações dos tornozelos, joelhos e quadril. Com música árabe, sugeriram que caminhassem sedutoramente, brincando entre elas. Houve alongamentos dos pés, trabalhos de equilíbrio, flexões de joelhos para buscar a vibração das pernas e expansão de braços, captando energia e trazendo para o peito. Segundo a autora, pretendia-se desenvolver a consciência do espaço pessoal.

A oitava sessão retomou as diferentes possibilidades de caminhar. As coordenadoras chamavam a atenção das participantes para a sensação de estarem plantadas e de firmeza nas pernas. Ocorreram muitos movimentos para o quadril e a coluna, flexão dos joelhos, o que promoveu vibrações, e em seguida *grounding* invertido. Durante o descanso, fizeram alongamentos para os braços e a cintura escapular e dançaram espontaneamente soltando os ombros com a música *Não tô nem aí*. Deitadas, foram incentivadas a sentir a coluna e o corpo em sua totalidade e a buscar a memória das sensações das vibrações com a circulação energética. Alongaram a região lombar e os glúteos. Em pé, andaram percebendo os pés, a coluna e os quadris. Encerraram com atividades em duplas, movendo costas com costas ao som de uma música.

Nona sessão. Repetiram os andares diferentes, batendo pés, mexendo os quadris e sentindo o corpo. Os alongamentos, os *groundings* invertido e em arco e o trabalho para o anel ocular foram reforçados. As participantes realizaram respiração abdominal, exercícios para as articulações, braços e quadris. O encerramento aconteceu com uma meditação com foco no centro energético do abdômen.

Começaram o décimo encontro caminhando espontaneamente, percebendo o corpo. Posicionaram-se em *grounding* com todas em círculo, massageando os pés com uma bolinha de tênis, respirando e soltando os ombros. Seguiram para o *grounding* invertido para alongar os músculos da cadeia posterior. Massagearam as costas na parede com a ajuda da bolinha de tênis, tentando trazer os sons oriundos das sensações. Alongamentos para as pernas e intervenções para o anel ocular foram enfatizadas. Fecharam o trabalho com uma música de pagode que elas haviam pedido, favorecendo a descontração e os risos.

No 11º dia de trabalho, exploraram o caminhar, bateram os pés e pararam em círculo para trabalhar as articulações e os olhos, combinados com respiração. As

facilitadoras sugeriram novamente os gestos agressivos com sons, imitando um felino, e, soltando os ombros, as integrantes mais uma vez utilizaram a música *Não tô nem aí*. Os trabalhos de contato foram em duplas e com massagens. Seguiram com exercícios oculares na posição deitada, repetindo alguns de sessões anteriores e outros envolvendo movimentos do corpo acompanhados pelos olhos. Fecharam com contato de costas com costas, seguindo os ritmos da música.

Iniciaram a 12ª sessão andando pela sala. Em círculo, fizeram *grounding* invertido e, com o bastão, massagearam a nuca e o couro cabeludo em direção à testa. O mesmo ocorreu com a superfície do corpo, saindo do centro para as extremidades. O objeto também foi usado nos pés. Segundo Weigand (2005), os bocejos indicaram a liberação de tensões. Ocorreu vibrações corporais e mudança de temperatura. Voltaram a trabalhar limites em duplas. Os alongamentos se deram com elas deitadas no colchão, e a respiração foi estimulada com o bastão sob a coluna, subindo do sacro até a nuca. Retomaram atividades para o anel ocular. No término, as facilitadoras entregaram a letra da música *Canto do Povo* de Caetano Veloso e as integrantes encerraram a sessão cantando-a.

A 13ª teve seu início ao ar livre para aproveitar o sol num dia frio. Priorizaram-se trabalhos oculares, alongamentos em duplas, *grounding* invertido e massagens na cabeça e na nuca. Na sala de grupo, onde normalmente se encontravam, as participantes refizeram as caminhadas diferentes, os *groundings*, os alongamentos para os braços, ombros e coluna lombar, bem como o relaxamento na posição deitada. O fechamento foi o mesmo da sessão anterior.

A última sessão de práticas corporais começou com as caminhadas variadas e os alongamentos de braços, coluna lombar e quadríceps. Em seguida vieram as batidinhas pelo corpo e região cervical com os punhos, procurando a manifestação de sons. Em *grounding*, massagearam o rosto, os pés com o bastão, flexionaram os joelhos, procuraram soltar as mandíbulas com sons, seguiram para o *grounding* invertido e retornaram ao eixo vertical com a presença de vibrações. Retomaram os exercícios para o anel ocular dos encontros anteriores, incluindo o *grounding* invertido com massagem da parceira na nuca e nas costas. Os trabalhos de contato foram com as participantes deitadas em duplas, encostando as solas dos pés nas da parceira e assim

movendo as pernas ao ritmo da música, ora conduzindo ora deixando ser conduzida. O descanso foi com os joelhos flexionados e os quadris elevados. Sentadas, reproduziram a sequência de trabalho para o anel ocular já mencionada e alongaram a coluna lombar. No encerramento, elas dançaram forró, conforme haviam pedido.

A décima sexta sessão e efetivamente o último encontro foi destinada à aplicação do HTP.

A autora observou que a aplicação dos testes logo no primeiro encontro pouco favoreceu a primeira etapa do trabalho, que era criar vínculos, o que foi superado quando se efetivou de fato o trabalho corporal. Em contrapartida, eles foram um valioso recurso capaz de comprovar as mudanças observadas no decorrer da pesquisa.

Weigand (2005) percebeu que, depois da segunda sessão, “passou a ocorrer o fenômeno de um corpo grupal, invisível, que criava unidade e conectava as pessoas entre si de maneira não verbal e prazerosa” (p. 95). Sentia a presença de uma afetividade, uma qualidade de contato intensa e leve ao mesmo tempo. Segunda a pesquisadora as sensações corporais (calor dos pés, vibrações e distensão no corpo todo), relatadas pelas participantes, foram indícios de aumento do fluxo energético, de contato com o chão e de pulsação.

Nessas considerações que a autora faz acerca do aumento do fluxo energético, por exemplo, perguntamo-nos: de que forma tal variável poderia ser medida? Será que não precisamos pensar em recursos mais objetivos que possam fundamentar melhor essas leituras até então pautadas nas observações e interpretação teórica? Fica a nossa sugestão para futuros trabalhos.

Com base nos relatos das atividades semanais, observamos o quanto a interação em dupla foi estimulada e como se deu o trabalho sob o prisma da curva orgástica, em que os descansos, que visavam à redução do ritmo e ao mesmo tempo a um momento de percepção interna, eram intercalados com as práticas de aumento da carga.

Para a descrição dos resultados alcançados, a autora apresentou por completo a análise de quatro participantes que tiveram aproximadamente 100% de participação. Entretanto, todos os desenhos foram avaliados. Vale ressaltar que a avaliação pautou-se pelos desenhos da árvore e da pessoa do teste HTP, visto que os fatores de interesse da pesquisadora, relacionados ao *grounding*, encontravam-se mais presentes

nessas duas gravuras. Todavia, o desenho da casa também foi solicitado e os seus conteúdos contribuíram com o que foi observado nos outros dois materiais. Além disso, as leituras corporais oriundas da experiência profissional da autora também corroboraram a averiguação das hipóteses.

Seguindo os passos de Weigand na exposição do que foi apurado, temos que a participante G, assim colocada, trazia uma forte necessidade de liderança, como meio de controle e poder, revelando, assim, uma agressividade voltada para produções aceitas socialmente, que, segundo a autora, “tinha a função de encobrir sua insegurança e humor deprimido” (p. 97). Era sempre muito crítica com relação às companheiras. Segundo a leitura corporal de Weigand (2005), tal senhora possuía uma organização correspondente ao caráter psicopático, com um forte traço anal, conforme descrições de Lowen (1982), já discutidas neste trabalho.

Após os trabalhos, pôde-se verificar certa flexibilização nas atitudes de controle e dominação. A participante conseguia compartilhar e dividir responsabilidades com as demais integrantes, favorecendo uma maior adaptação a elas. Suas falas passaram a refletir suas próprias sensações, e ela tornou-se mais sensível às emoções alheias. Sua atenção ficou mais voltada para si, sem perder sua característica de liderança e espontaneidade. Observou-se, então, melhora na segurança, no contato com o outro e no humor deprimido, o que promoveu maior vitalidade e capacidade de viver o prazer, relatando inclusive sentir mais satisfação na vida sexual, melhoras nas dores físicas e na flexibilidade articular.

A participante E apresentava um elevado grau de ansiedade, que lhe provocava agitação e dificuldade para dormir. Tinha uma boa flexibilidade, tendo em vista que era praticante de ioga, porém em suas gravuras havia falta de integração e de contato com o corpo e os sentimentos.

Na representação gráfica da figura humana, trouxe um “estrangulamento na cintura”, indicando interrupção do fluxo energético nessa região, controle precário das emoções e ações impulsivas diante de pressões. Apresentava um caráter rígido com forte traço esquizoide, segundo a leitura de Weigand (2005), pautada pela teoria de Lowen (1982).

Ocorreu amadurecimento e maior segurança, autonomia, centramento e consciência da feminilidade, bem como aumento da capacidade de realizações e de contato afetivo. A harmonia entre cabeça e corpo nas figuras humanas denotava integração entre os aspectos emocionais e cognitivos, o que resultou no fortalecimento do *grounding*. A integrante expressou em suas falas mais equilíbrio, pouca irritação e menos dificuldades para dormir.

A integrante A revelou no começo do grupo contentamento com sua saúde, não sentindo maiores dificuldades para executar as atividades cotidianas, embora tivesse uma escoliose que provocava dores. Seus primeiros traçados sugeriram uma sexualidade reprimida, pouco elaborada internamente e fantasiosa. Denotava um caráter rígido com traços histéricos.

Observou-se nos desenhos posteriores um amadurecimento egoico, melhora na autoestima, segurança e autoconfiança, favorecendo assim os contatos interpessoais, sua timidez e a necessidade de aprovação do externo. Ocorreu aumento no nível de vitalidade, e ela trazia em seus movimentos mais sensualidade, desejo positivo de chamar a atenção e melhora na capacidade de experienciar o prazer. Passou a perceber mais suas sensações físicas, considerando progressos nas interações sociais, na capacidade de concentração e na disposição física e mental. As dores que sentia por causa da escoliose deixaram de existir.

O quarto membro do grupo, chamado de B, sofria de hipertensão, artrite, dor nos joanetes e hemorroidas. Inicialmente ela não suportava aumento da carga energética, nem excitação, sentia tonturas, dor nas costas, nas pernas e pouca flexibilidade articular. Com o falecimento do marido, sentia-se solitária, denotava uma atitude de desamparo e busca de proteção. Nos primeiros encontros, participou sentada das atividades e, diante de tais características, recebeu atenção especial da pesquisadora, que fazia intervenções com massagens nos ombros, na nuca e na cabeça. Seu olhar transmitia ausência de contato e energia, porém, em seus gestos e vozes, demonstrava ser uma pessoa afetiva. De acordo com Weigand (2005), essa senhora apresentava uma organização de caráter esquizoide escondida numa couraça rígida do tipo masoquista.

Por volta da sétima sessão, a participante frequentou todas as sessões, passou a fazer todos os exercícios fora da cadeira, interagiu mais com as companheiras, brincando e dançando. Seu olhar ganhou brilho, alegria e expressava-se conforme as sensações sentidas no organismo.

Pelos desenhos, observou-se melhora na autoestima, equilíbrio, autopercepção e contato com a realidade, além de expansão e sentimento de adequação ao meio. Houve mudanças em sua maturidade emocional e sexual, apesar de sua sexualidade continuar reprimida.

A pesquisadora acredita que os exercícios oculares foram de grande valia para as mudanças de B, porém estas não seriam possíveis sem o vínculo criado com as facilitadoras.

Sobretudo, Weigand (2005) considera que:

O grupo funcionou como um gerador de energia e um transformador de sentimentos. Pessoas que no início do trabalho tinham como assunto principal suas queixas de dores e limitações físicas, com o decorrer das sessões, manifestavam alegria e se expressavam com espontaneidade. Durante os intervalos, passaram a combinar passeios em grupo para atividades culturais, como visitar museus, e atividades sociais, realizadas nos finais de semana. Essas interações sugerem que o grupo cumpria funções de nutrir, conter, dar suporte e liberar a busca de prazer e socialização. O contato entre as participantes foi se aprofundando e se estendendo para além dos limites do grupo favorecendo a expansão do interesse pela realidade. (p. 96)

Em face dos resultados, Weigand (2005) considera que os *groundings*, nos quais a proposta visava a trabalhar, foram alcançados, sendo eles o postural, o interno e o do olhar. As variáveis que deram indícios à presença deles foram postura, fluxo energético, mobilidade física e flexibilidade, qualidade do contato das participantes consigo próprias, com o grupo e com a realidade, amadurecimento, aumento do desejo de realizações, da vitalidade, da agressividade, do impulso sexual e diminuição da vida fantasiosa. Estas foram levantadas a partir das observações das facilitadoras e do teste HTP.

Ela esclarece que não havia a pretensão de estimular a psicoterapia, todavia reconhece que, com base nos desenhos apresentados, se houvesse a continuidade do trabalho, essa demanda poderia surgir, em virtude dos conteúdos inconscientes que poderiam emergir.

Ademais, a pesquisadora explica que o “objetivo não é destruir as defesas, e sim criar recursos para que as defesas primitivas crônicas possam se tornar gradualmente desnecessárias” (p. 117). Nesses termos, apontou diferenças entre o que foi proposto e o trabalho reichiano clássico quanto à desmontagem de couraças, ao ataque às resistências caracterológicas e ao aumento do nível de excitação e de carga energética para promover a descarga e a promoção da expressão catártica das emoções. Weigand (2005) compreendeu que esse grupo teve o seguinte direcionamento:

1. Não se objetiva desmontar couraças.
 2. Desenvolver recursos para que defesas primitivas crônicas se tornem desnecessárias.
 3. Aumentar o nível de excitação e de carga energética para melhorar a vitalidade e eventualmente podem ocorrer descargas, sem esgotar o organismo.
 4. Facilitar a integração das emoções por meio do desenvolvimento do *grounding* interno.
- (p. 118)

Diante de tais formulações, ela concluiu que os recursos trabalhados, a partir das técnicas de um grupo de exercícios da Bioenergética, favoreceram as mudanças ocorridas nas participantes, validando, assim, o “potencial curativo do trabalho de *grounding*” (p. 130).

No entanto, fica-nos uma pergunta: Será que tais alterações grupais não seriam atingidas sem necessariamente o foco dado pela pesquisadora? Ou melhor, sem essa supervalorização do *grounding*. Não queremos aqui desconsiderar a pertinência deste para a teoria, haja vista o incômodo que ele acarreta em algumas pessoas, conforme ela discutiu acerca da evitação do *grounding*. Porém, será que podemos pensar que tais resultados são decorrentes do conjunto de recursos que envolveram o trabalho grupal?

Essas reflexões são oriundas do que estamos levantando acerca da eficácia do GM em sua totalidade e não de um elemento específico que o envolve, como o *grounding*.

Contudo, independente das questões que emergem, a estudiosa traz em sua pesquisa contribuições teóricas acerca do trabalho corporal em grupo, chamando a atenção para relevantes pontos a serem considerados. Entre eles destacamos as noções dos paradigmas pulsional e objetal, que nos levam a refletir sobre sua presença

e importância dentro de um GM e a apresentação teórica acerca das práticas corporais grupais, discutindo inclusive a formação de um terapeuta de grupo, que de acordo com Weigand (2005) precisa ser bem preparado em dois sentidos:

Primeiramente conhecer as características do trabalho, tendo ele mesmo passado pelo processo como participante. Ter vivido a experiência grupal como aluno, lugar de onde, além de participar, dedicou-se a aprender a técnica e a linguagem adequada para transmiti-la. Durante o treinamento, o condutor deve ter tido oportunidade de conduzir grupos de colegas e receber supervisão. Em segundo lugar, deve ter disponibilidade para se envolver e empatizar afetivamente, desenvolver a capacidade de tolerar cargas energéticas elevadas bem como intensidade emocional, sem perder a clareza de pensamento necessária à condução adequada do grupo. (p.70)

Ela argumenta que, uma vez respeitadas essas condições, o uso de exercícios bioenergéticos se torna seguro. Não nos fica claro o que considera como “características do trabalho”, se se refere apenas ao grupo que envolve o aspecto corporal como estratégia de intervenção ou se inclui também o conhecimento de teorias de psicoterapia em grupo como um todo. Todavia, entendemos que se faz necessário que o condutor de um GM tenha também uma formação voltada para atuação em psicoterapia grupal, a fim de compreender todo o arcabouço teórico que permeia uma prática grupal.

Entrementes, apreendemos que o grupo teve seus efeitos terapêuticos, preventivos e sociais. O primeiro vincula-se às alterações comportamentais e internas de cada participante; o segundo, com a melhoria nos aspectos físicos, gerando melhor qualidade de vida aos idosos; e o último refere-se à busca de uma vivência social, incluindo os programas de lazer e o fortalecimento dos trabalhos voluntários que alguns exerciam. Além do que, podemos inferir que o GM, tal como foi utilizado no contexto da pesquisa, enquadra-se também como um recurso metodológico.

Seguiremos com a análise da dissertação de Sheila Silva Rasch (2005), intitulada *Viajantes em busca de saída: o grupo de movimento como uma possível rota terapêutica para usuários de álcool e outras drogas* (Apêndice C: dissertação 05, p.201), cujo objetivo foi discutir acerca do GM enquanto uma estratégia terapêutica aplicada aos usuários de drogas (álcool e outras).

A autora é psicóloga, historiadora e analista bioenergética pelo Instituto de Análise Bioenergética de São Paulo (IABSP), turma de Vitória (ES). Em 2005, ano de conclusão do mestrado, ela completou dez anos de atuação na área da saúde com usuários de drogas no Centro de Prevenção e Tratamento de Toxicômano (CPTT), hospital-dia, na cidade de Vitória (ES).

É a partir dessa experiência aliada com sua formação em Psicologia Corporal que essa pesquisa ganha vida. Nela, Rasch (2005) apresenta a trajetória percorrida pelo trabalho de Grupo de Movimento dentro da instituição em pauta.

A proposta teve seu início em 1995, tendo como critério a voluntariedade dos participantes, configurando-se em três grupos semanais abertos, cuja faixa etária variou entre 17 e 53 anos, sendo uma do sexo feminino e os demais do sexo masculino. Obteve-se a participação de 15 pessoas durante o processo, que ocorreu durante o mês de outubro, tendo a respiração como foco nas sessões.

Essa primeira fase foi interrompida e retomada em 1999. Formou-se, então, um grupo fechado com quatro sujeitos, que tinham acompanhamento psicoterapêutico corporal com a própria coordenadora do projeto de GM. Novamente, contou-se com um integrante do sexo feminino e os demais, do masculino, com faixa etária de 19 a 49 anos. Todas as atividades aconteciam no espaço físico do CPTT.

Pretendia-se inicialmente a duração de seis meses, no entanto os encontros foram reduzidos para três, totalizando 12 encontros semanais, com uma hora e meia, considerando-se que seria um tempo mais adequado para conseguir a frequência da clientela atendida.

Os exercícios seguiram a proposta reichiana de trabalho no sentido cefalo-caudal, passando pelo anéis ocular, oral, cervical, torácico, diafragmático, abdominal e pélvico. Nesse sentido, as sessões foram marcadas por apresentação, aquecimento e respiração, com exercícios para cabeça e pescoço; tronco e braços; pelve; pernas e pés; encerramento e avaliação do trabalho. Aqui, a autora segue as sugestões de GM feitas por Gama e Rego (1996).

Durante todo o processo, dificilmente o grupo acontecia com a presença dos quatro integrantes, ocorrendo desistência de três e finalizando o trabalho com um participante, o que ocorreu em 1995. Daí, o desafio era a vinculação do usuário ao

tratamento, o que, segundo a pesquisadora, caracterizava-se como uma tendência desse tipo de clientela.

Entretanto, Rasch (2005) observou que paulatinamente eles foram adquirindo melhor percepção do corpo, das dores, dos bloqueios, do seu funcionamento, e autorizando-se à entrega das “sensações de leveza, harmonia, recomeço, aprendizados, equilíbrio, satisfação, necessidade de mais ar, revitalização, inspiração, liberdade, felicidade e integração do corpo, conforme relatos dos próprios participantes” (p. 104). A investigadora descreve ainda o relato de um deles, que associou o que estava sentindo com o mesmo que ocorria quando fumava um “baseado”, percebendo que não precisava dele para obter tal sensação. Quanto à participante que finalizou o GM, percebeu-se, pelos seus relatos, pela sua psicoterapia individual e pelo desenho feito no último dia do encontro, a presença de maior vitalização e sensibilização corporal, bem como outros movimentos em suas buscas pessoais.

Em 2002, o trabalho foi retomado com alterações oriundas das experiências anteriores, dentre elas a permanência de grupos abertos, em razão da inconstância e flutuação dos participantes, bem como a modificação da intervenção corporal da ordem segmentária da couraça do sentido cefalocaudal para o sentido inverso, dando maior ênfase aos exercícios de *grounding*. Compreendeu-se que tal população precisava ter mais contato com a terra, com a realidade.

Outra mudança se deu no compartilhar a proposta de GM não apenas aos usuários, mas também aos demais profissionais da instituição, o que fez com que recebesse mais encaminhamentos. A partir daí, foram realizadas entrevistas para verificar os interesses dos integrantes e fornecidas informações acerca da proposta. Realizaram-se 16 entrevistas; destas, apenas cinco começaram participando da atividade, com faixa etária entre 20 e 46 anos. Ocorreram dez encontros, semanais durante o período de junho a outubro de 2002 com uma hora e meia cada um. Rasch (2005), partindo de movimentos que oferecessem mais *grounding*, idealizou a seguinte ordem de intervenção: “aquecimento, apresentação e respiração; respiração; respiração, pés e pernas; pelve; tronco e braços; cabeça e pescoço; ossos;

articulações; líquidos do corpo; músculos do corpo; integração do corpo e avaliação do trabalho” (p. 107).

No entanto, novamente o grupo foi encerrado com a participação de apenas uma pessoa. Diante de tais experiências e dificuldades em fazer com que houvesse maior adesão à proposta, as indagações da investigadora se faziam cada vez mais presentes, e o desejo de que esse trabalho desse certo também.

Dessa forma, montou-se um novo GM que veio ao encontro da demanda da instituição por aumentar as atividades aos frequentadores que enquadravam-se no quadro de atenção diária. Assim, concretizaram-se 15 encontros abertos e mistos, cuja faixa etária variava de 19 a 62 anos, durante o período de novembro de 2002 a maio de 2003, tendo um mês de recesso, que se fez em fevereiro desse último ano. O critério para entrada no grupo se dava a partir da voluntariedade dos interessados, com exceção de dois, que haviam sido encaminhados.

Rasch (2005) procurou abordar nas sessões aspectos do corpo, trazendo para cada uma delas temas como: “integração grupal; integração grupal e respiração; respiração; pés; pés e *grounding*; pernas; pernas, *grounding* e sons; pernas e *grounding*; integração grupal, pernas e *grounding*; pelve; costas; costas, braços e tronco; cabeça e pescoço; e integração do corpo” (p. 110). Fez-se uso de dinâmicas lúdicas, utilizando bolas de soprar e línguas de sogra para se trabalhar respiração. Adotaram-se bolinhas de tênis para massagear os pés e espaguete de natação para o trabalho nas costas. A música auxiliou na descontração do grupo, na percepção do ritmo do próprio corpo e no relaxamento no término de cada encontro. Trabalhou-se com sons internos, movimentos de expressão de sentimentos, limites e busca.

Foram inúmeros os efeitos grupais, ocorrendo desde resistências – que se revelavam por participações em apenas metade do tempo do encontro, entrada no grupo ao final de algumas sessões, ausências e retornos, dificuldade em trabalhar sem sapatos, falas paralelas e dispersão durante os exercícios – até as percepções corporais que iam das sensações de leveza, relaxamento e dores corporais à impressão de ficarem muito na cabeça. Os *feedbacks* avaliados como positivos tornavam-se claros em virtude da cobrança de ocorrerem mais vezes por semana, do sentimento de

falta durante o recesso de fevereiro e do convite aos amigos para participarem do trabalho.

Tendo participado em sua totalidade 54 usuários, já que se configurou como um grupo aberto, a média de frequência variou entre uma e no máximo 13 participações. A falta de assiduidade e flutuação nos encontros é, segundo Rasch (2005), uma característica da clientela em questão e um desafio à equipe que se propõe a trabalhar com dependentes químicos.

Contudo, é a partir dessas experiências que Rasch (2005), impulsionada a aprofundar as reflexões surgidas, lança o objetivo de sua pesquisa: "...analisar o processo de participação dos usuários do GM, como dispositivo terapêutico para usuários de álcool e de outras drogas" (p. 113).

Trata-se de uma pesquisa qualitativa, de caráter exploratório, com uso de entrevistas semiestruturadas, elaboradas com questões sem nível de dificuldade para viabilizar o entendimento dos participantes. Rasch (2005) esclarece que:

Os dados que emergiram dessas entrevistas evidenciaram a lembrança, após um ano de finalização da experiência, com clareza, de alguns trabalhos corporais realizados, por exemplo, respiração, *grounding*, relaxamento, dinâmica com bolas de soprar, bem como as sensações que esses movimentos provocaram e os seus significados para o processo de tratamento de cada um. (p. 120)

Para a coleta de informações, fez uso dos documentos do CPTT (local onde foi realizado a pesquisa) relativos aos 54 sujeitos que participaram do trabalho realizado no último período: novembro de 2002 a maio de 2003. Desses, nove ficaram de fora, tendo em vista estarem sob acompanhamento em psicoterapia individual. Por isso, optou por levantar o prontuário dos 45 restantes, que tinham apenas o GM como recurso de tratamento, impedindo, assim, a interferência de outras atividades que poderiam influenciar nos resultados da pesquisa.

Nos prontuários de cada usuário, buscou-se levantar os dados socioeconômicos e de identificação, o histórico do consumo de drogas, a inserção no CPTT e a participação no GM, envolvendo acesso, número de participações e registros feitos pela coordenadora do grupo acerca dos acontecimentos ocorridos em cada encontro, tais como falas, expressões e observações.

Priorizaram-se os integrantes que participaram no mínimo de oito encontros, porém o contato com todos foi inviabilizado em decorrência de falecimento, mudança de endereço e tantas outras razões, descritas minuciosamente pela autora.

Em suma, de 45 usuários, ela conseguiu entrevistar 18 sujeitos, sendo quatro mulheres – três ainda usuárias de álcool, uma delas abstinente de cocaína há oito anos e uma dependente de múltiplas drogas. A faixa etária no início do tratamento girava entre 28 e 45 anos. Todas tinham experiência com a maternagem, e apenas uma mantinha-se em tratamento no CPTT. Dessas, havia uma que participou de cinco encontros; outra, de três; uma, de dois; e a quarta, de uma sessão. Os 14 homens encontrados eram constituídos por oito alcoolistas, quatro usuários de múltiplas drogas, um de álcool e cocaína, e outro de álcool e maconha. A idade variava entre 21 e 64 anos. Apenas seis deles encontravam-se em tratamento no CPTT. A frequência no grupo variou entre uma e 13 participações no máximo, e o número de integrantes em cada sessão ficou entre 18 e 4 sujeitos.

As entrevistas foram previamente agendadas, tendo de meia a uma hora e meia de duração, buscando resgatar o processo de tratamento dos usuários e a participação no GM.

Para a avaliação dos dados, Rasch (2005) utilizou a técnica de análise do discurso, buscando evidenciar os sentidos e significados que os sujeitos atribuíam ao seu processo, atentando aos seguintes pontos:

a trajetória no tratamento da problemática do álcool e de outras drogas e, especificamente, o processo de tratamento no CPTT; a experiência do sujeito no GM; o processo de condução do sujeito no GM; a percepção do seu corpo antes, durante e depois do GM, considerando-se a relação com o corpo antes, durante e após o GM; a relação dos efeitos do GM em seu corpo e em relação ao uso de drogas; o GM dentro da dinâmica de trabalho de atividades ofertadas no CPTT. (p. 127)

Na apresentação dos resultados, a pesquisadora fez partindo de dois momentos. No primeiro, ela analisou tudo o que foi levantado dos 45 usuários do grupo, considerando todo o material dos prontuários e do seu diário de campo dos encontros. No segundo, apresentou os conteúdos levantados com os 18 participantes das entrevistas.

Diante do objetivo de nossa investigação, iremos nos deter apenas ao material que corresponde aos conteúdos relacionados à participação do GM.

A partir da amostra de 18 entrevistas feitas, nota-se uma população excluída do mercado de trabalho, com experiências familiares marcadas por quebras de vínculos, tendo dado início ao uso de álcool ainda em idades muito precoces, o que os fazia dependentes há muito tempo, alguns casos girando entre 20 e 52 anos de consumo.

Os relatos trazidos denotam que a experiência obtida por meio do GM foi significativamente positiva, colocando-os em contato com um corpo leve, relaxado, vibrante, menos tenso, tranquilo, sentindo a presença de pensamentos positivos no lugar de negativos. Perceberam o espaço como um lugar de integração, brincadeiras e expressividade. “O alívio produzido por essa intervenção do GM foi apontado como aspecto para o não uso de droga, pois, assim, a cabeça estava mais descongestionada, como um relaxamento do pensamento, como apontou Espectro” (RASCH, 2005, p. 248).

No depoimento de Estrela, nome fictício dado a uma das participantes, citado por Rasch (2005), a figura do facilitador do grupo é sentida como uma relação linear, de igualdade, uma vez que todos os exercícios também foram realizados por ele, potencializando o sentimento de inclusão:

Por causa que ali nós tamos juntos, fazendo todo mundo junto, inclusive você faz junto com a gente, entendeu? Então, quando você faz ali o, o mesmo exercício com a gente, sabe o que a gente, eu pensava assim: ‘Ah, eu não sou nada pior que ela, nós, eu sou igual, você tá entendendo?’. Eu não achava que tinha diferença entre nós, porque você fazia também, então, pra mim, também é,...eu achava que tava bom. Então é bom porque não tem assim a desigualdade, você mesmo faz exercício, você mesmo procura, você observa a gente, mas você tá fazendo. Aí a gente não tem, você não, a gente não sente diferença.(p. 236)

Um outro aspecto apontado por essa mesma participante foi a possibilidade de associar alguns exercícios com o movimento de sua própria vida, fazendo-a levar o exercício que lhe marcou para o seu cotidiano. O mesmo ocorreu com outros participantes, que sentiram o quanto alguns trabalhos os deixavam menos ansiosos, percebendo o espaço também como um lugar de aprendizagem e conhecimento, cujos exercícios poderiam ser aplicados em seu dia-a-dia.

Assim, tem-se que a partir de toda a experiência apresentada pela pesquisadora e dos dados levantados por meio das entrevistas, o GM se colocou como uma significativa estratégia de intervenção terapêutica para os usuários de drogas, cabendo as devidas adaptações à população atendida.

Dentro desse contexto, pode-se notar que a ocorrência de um grupo aberto teve maior funcionalidade diante das características da clientela. Daí, cada encontro foi trabalhado como único, focalizando o aqui e agora, sem determinar número de sessões.

Uma mudança vista como pertinente para a pesquisadora foi a modificação na intervenção corporal, passando da ordem segmentária da couraça postulada por Reich para o sentido inverso, tal como concebia Lowen, partindo do trabalho de *grounding*. Rasch (2005) supôs que essa inversão “favoreceu a consolidação de mais *grounding* (Lowen, 1982), evidenciando a possibilidade de sustentação pelos participantes do espaço, com os retornos aos grupos subsequentes e, principalmente, resgatando a alegria do corpo nas experiências vivenciadas [...]” (p. 281).

Outras considerações são levantadas acerca do GM, traçando contribuições relacionadas à sua inserção no âmbito institucional, especificamente no CPTT, onde foi desenvolvida a pesquisa, as quais foram pautadas pela experiência profissional da pesquisadora.

Em linhas gerais, a autora chama a atenção para a importância de adaptarmos o trabalho à população e à instituição, criando estratégias e formas que se adéquem à realidade trabalhada.

Dentro dessa ótica, cabe-nos refletir sobre o papel do coordenador do GM, que, nessa experiência, atuou como modelo para os participantes, suscitando neles o sentimento de linearidade na relação entre terapeuta e cliente, o que se configurou como um aspecto positivo, em virtude do perfil da clientela trabalhada.

Observamos que a autora não apresenta detalhes de cada encontro, tampouco faz menção da aplicabilidade da curva orgástica reichiana.

Apreendemos que os efeitos atingidos com tal clientela foram preventivos e pedagógicos, ambos vinculados ao autoconhecimento gerador de consciência e/ou

aprendizagem acerca de outra possibilidade de estar na vida, sem a dependência química.

Pelo fato de ter sido um grupo aberto e de ter havido dificuldades dos usuários em se vincular à proposta, a pesquisadora não se propôs a investigar características dos sujeitos antes do GM. Talvez possamos considerar que os efeitos revelaram de que forma os sujeitos foram atravessados pela experiência e a pertinência em se fortalecer a proposta no âmbito institucional, mesmo com todos os desafios a serem enfrentados. Para tanto, fez-se necessário acreditar no trabalho focado no momento, no que pode ser construído no aqui e agora, sem a pretensão de encerrar um processo, se é que isso seja possível.

Janaina Demarchi Terra (2005), educadora física, em sua dissertação: *Vivências corporais suaves em gestantes: um toque para a educação do toque* (apêndice C: dissertação 06, p 201), buscou investigar as sensações de gestantes submetidas a um trabalho de vivência corporal focalizando a consciência de si e o prazer.

Antes de iniciarmos a exposição dessa pesquisa, cabe justificar os motivos que nos levaram a incluí-la neste estudo, visto que não se trata de uma prática denominada Grupo de Movimento. Primeiramente, os autores que fundamentam o desenvolvimento de um GM – Reich, Lowen e Keleman – serviram de sustentação teórica para a estruturação da proposta apresentada por Terra. A segunda razão é o fato de termos mais um trabalho que nos ajuda a pensar sobre a identidade do GM, conforme levantamos em nossa introdução, e a terceira, é por se aliar com um dos nossos objetivos, que concerne à influência do GM na área educacional e que nesse aspecto a pesquisadora traz uma proposta de educação corporal, voltada ao toque, vislumbrando o despertar da afetividade, sensibilidade, autopercepção e a quebra de tabus no que tange ao corpo.

Terra (2005) explicou que suas experiências profissionais com crianças no ambiente escolar foram o estímulo desencadeador do trabalho aqui descrito. Compartilhou que ao se deparar com tanta carência, falta de afeto e contato corporal, insensibilidade e muita violência física e moral entre os alunos, percebeu a

necessidade de buscar um projeto que alcançasse as famílias em seu momento mais primitivo na educação dos filhos – a gestação.

Ante tal mobilização, a autora desenvolveu a pesquisa com três grupos de gestantes com baixo nível socioeconômico. O primeiro foi constituído por seis gestantes, mas apenas uma o frequentou assiduamente. Os encontros semanais, com duração de uma hora e meia, ocorreram na Unidade Básica de Saúde da cidade de Rio Claro (SP) durante 11 semanas. O segundo grupo contou com oito participantes, totalizando 13 sessões com 45 minutos, uma vez por semana, realizadas no Clube de Mães Nossa Senhora das Graças (Rio Claro/SP) após as aulas regulares do curso de pré-natal. O grupo 03 ocorreu no mesmo espaço, nas mesmas condições, porém, com dez participantes que oscilavam na presença, durante 16 dias, também com 45 minutos semanalmente.

A formação do grupo 01 se deu a partir da divulgação na própria unidade básica de saúde, a princípio convidando mulheres grávidas de cinco meses em diante para participarem de aulas de massagem, relaxamento, exercícios respiratórios e outras práticas corporais suaves. Os demais já estavam formados do curso de pré-natal que as gestantes frequentavam.

A coleta de dados pautou-se pela aplicação de um questionário a fim de conhecer o perfil dos participantes, por um diário de campo descrevendo as observações feitas pela facilitadora em cada vivência, pelos comentários verbais e pelos relatos escritos realizados pelas gestantes.

A pesquisadora não elucida o grau de escolaridade e a faixa etária, embora tenha explorado essas variáveis no conteúdo do questionário. No contexto de alguns relatos ela expõe a idade de algumas integrantes, mas sem uma sistematização. Com base em algumas descrições, podemos perceber a presença de adolescentes e de mulheres que, quando engravidaram pela primeira vez, experienciaram precocemente a maternidade.

Os dados coletados foram analisados a partir dos aspectos significativos encontrados na revisão de literatura feita por Terra (2005), com enfoque na educação, mulher gestante e práticas de sensibilização.

As vivências corporais foram compostas por massagens, respiração, relaxamento, contato e percepção corporal. As práticas de conscientização corporal incluíram meditação e movimento. As atividades suaves, que a autora também denomina de alternativas ou holísticas, fundaram-se nas concepções de Yara Lacerda, na Eutonia de Gerda Alexander e nas noções de couraça desenvolvidas por Reich.

A pesquisadora dividiu os encontros por temas, e os relatos foram apresentados conforme a vivência obtida em cada um deles. Nas primeiras sessões trabalharam-se a respiração e a meditação. A facilitadora procurou estimular as participantes a perceberem a frequência, a intensidade e o ritmo da própria respiração. Para tanto, permaneceram sentadas em uma cadeira, com os olhos fechados. Foi pedido que buscassem fazer o exercício em casa. A partir dessa prática, as gestantes verbalizaram sentir melhora no sono, na disposição física, maior tranquilidade e aumento na percepção do bebê.

O segundo tema focalizou as massagens e o contato corporal, sendo composto por automassagens, troca de toques em duplas e em grupo, momentos de relaxamento e percepção corporal. As integrantes perceberam que os desconfortos oriundos do próprio estado gestacional foram amenizados, tais como o inchaço dos pés e as dores na lombar; passaram a aplicar algumas massagens aprendidas nas pessoas fora do grupo (família) e adquiriram conhecimento sobre a relação mãe-bebê e a consciência do prazer e do desprazer em ser tocadas – logo, algumas expressaram preferirem massagear a serem massageadas, e o contrário também foi compartilhado. Daí, reflexões a respeito do toque na sociedade foram levantadas, desde a influência cultural até familiar. Algumas delas observaram que muitas vezes o toque é distorcido e assimilado como contato sexual.

O terceiro ponto explorou a percepção corporal e o relaxamento, priorizando a autoconfiança, a consciência corporal, o estado físico-psíquico-emocional das gestantes e a influência deste no desenvolvimento da criança. Por conseguinte, as integrantes passaram a sentir melhora na postura; os medos e as inseguranças foram amenizados dando lugar à calma e à tranquilidade, fazendo-as sentirem-se mais seguras; ocorreram falas sobre gestações anteriores de algumas das grávidas, em que elas associavam o estado emocional delas na época e a repercussão disso nos filhos.

O quarto tópico, Terra (2005) intitulou como “Trabalho corporal, educação e transferência de aprendizagem – das aulas para o cotidiano” (p. 155). O enfoque desse ponto foi a *“importância da atenção, do contato corporal e da confiança; maneira de deitar-se e levantar-se; satisfação em relação a si mesma; avaliação das aulas”* [itálico da autora] (p. 155). Nesse encontro as participantes forneceram *feedbacks* positivos no que tange aos cuidados de si, do bebê e até mesmo dos filhos mais velhos. De acordo com os relatos, algumas ampliaram o que foi aprendido para fora do grupo, praticando os exercícios no dia a dia e ensinando outras pessoas.

Em contato com os grupos, a educadora física percebeu que os conteúdos encontrados nas crianças com que ela trabalhara dentro das escolas não eram muito diferentes dos manifestados naquelas mulheres. As carências afetivas, o desconhecimento do próprio corpo e a ausência de contato corporal estavam presentes em cada uma das integrantes, além dos medos e inseguranças relacionados à gravidez e ao parto.

Nesse sentido, as vivências corporais propostas pela autora proporcionaram às mulheres um espaço para que elas adquirissem informações a respeito do momento que vinham atravessando, bem como a possibilidade de refletir sobre a educação dos filhos. De acordo com a pesquisadora, algumas tiveram dificuldades em praticar os exercícios em casa, despertando nas participantes o desejo de que os encontros tivessem uma continuidade mesmo após o parto. Terra (2005) considera que:

As aulas foram consideradas de grande importância por propiciarem momentos direcionados às gestantes, em que elas podiam se sentir, se perceber e se conhecer sem que estivessem preocupadas com as outras pessoas à sua volta ou com os afazeres da casa que ainda não estavam prontos. As vivências lhes trouxeram melhor bem estar nas ações cotidianas e proporcionaram reflexões quanto ao tratamento dispensado ao próprio corpo e à maneira como educar a criança. (p.176)

Compreendemos nessa passagem o valor atribuído ao tempo e ao espaço destinados àquelas mulheres para se perceberem, um lugar onde puderam ser cuidadas, vistas, estimulando-as a perceber o outro do grupo, bem como a si mesmas e conseqüentemente a criança que estava sendo gerada. Acreditamos que essas variáveis – dedicação de tempo e espaço – por si só já são capazes de mobilizar diferentes sensações nas participantes em questão. No entanto, essa premissa, para

ser mais bem fundamentada, necessitaria de outra investigação, talvez trabalhando com grupo controle e grupo experimental.

Terra (2005) pondera que os resultados alcançados em sua pesquisa são oriundos das vivências corporais as quais as mulheres experienciaram, concebendo que eles não ocorreriam se o grupo ficasse restrito às informações expositivas. Embora também admita que as práticas corporais não sejam os únicos caminhos possíveis, defende que a maneira de trabalhar está sujeita à população atendida e que os resultados variam de grupo para grupo.

Contudo, ela apreende, a partir dos relatos das participantes e de suas observações sustentadas por uma ampla bibliografia de abordagem corporal, a presença de mudanças no estado físico-psíquico-emocional das gestantes: perceberam melhora na qualidade do sono, reduzindo problemas de insônia; naquelas que tiveram outras gestações, observaram que a da época estava mais tranquila; notaram que os medos e inseguranças deram lugar a tranquilidade, autoconfiança e sensação de leveza e que houve diminuição das dores e inchaços; o sentimento de desprazer com relação ao toque foi substituído por satisfação no contato corporal; passaram a sentir o bebê com mais sensibilidade, fortalecendo, assim, o elo entre mãe e filho.

Ela observou que no início do grupo elas pouco se expressavam e que o acolhimento da proposta foi por causa da introdução dos contatos corporais de forma lúdica, visto que se tratava de pessoas pouco receptivas ao toque.

A pesquisadora acredita que a experiência pôde proporcionar uma aprendizagem, ao mesmo tempo em que reconhece ao analisar a fala de uma das participantes que foi possível cogitar uma nova percepção sobre si mesmas, o que não representa que necessariamente reflita de imediato nas ações do cotidiano, dado o pouco tempo de trabalho e também por desconhecer o meio em que elas vivem.

Entrementes, Terra (2005) considera que seu objetivo foi alcançado, entendendo que as sensações das grávidas submetidas às vivências de sensibilização corporal, assim chamada por ela, foram investigadas e que a função educativa da proposta foi contemplada, visto que observou “relações de maior sensibilidade com o próprio corpo e relatos – das gestantes – preocupados com o bem-estar e cuidados afetivos com o bebê, o que se pressupõe a possibilidade do cultivo de valores como o

afeto, a atenção, o respeito, a sensibilidade e a reciprocidade, mesmo após o término dos encontros" (p. 178).

Diante dessa pesquisa, verificamos que seus resultados alcançaram efeitos terapêuticos, contribuindo com as sensações de bem-estar das gestantes; preventivos, no que tange ao despertar a sensibilidade nos cuidados com o bebê, apostando na construção de uma outra relação mãe e filho; que conseqüentemente reflete no aspecto social, vinculado também por elas começarem a refletir sobre a educação que vinham dando aos filhos mais velhos; e educacional, sendo este uma variável presente no objetivo da pesquisa – uma educação para o sensível, para o toque corporal, quebrando os tabus que permeiam o contato com o próprio corpo, além de sensibilizarem para o papel da maternagem, tendo-lhes proporcionado acerca deste último outros olhares e informações. Quanto ao aspecto educacional, Terra (2005) argumenta:

As experiências táteis e de percepção de si parecem ter favorecido a aprendizagem ou o despertar sobre si mesmas. Os trabalhos educativos deveriam estar pautados justamente nesta tomada de consciência de si, num processo onde o aguçar da sensibilidade irá fornecer subsídios para ampliar os conhecimentos e refletir sobre os mesmos. (p.171)

Nesse sentido, consideramos que a pesquisa auxilia em nossa investigação acerca da influência do GM na área educacional, o qual também foi uma das preocupações da pesquisadora. Contudo, percebemos no decorrer desse estudo pouca preocupação com a sistematização de métodos de pesquisa, desde a apresentação dos resultados até a própria coleta de dados. Faltou-nos informação sobre a população atendida, embora eles tenham sido apurados no questionário, de forma que pudéssemos conhecer melhor o perfil das participantes.

Com base nos levantamentos feitos até o momento em nossa pesquisa e na própria literatura existente sobre as práticas corporais grupais, sabemos dos efeitos trazidos por elas, porém percebemos ausência de literatura nos estudos que consideram as teorias de grupo que possam fornecer maiores subsídios para uma melhor análise dos resultados. Essa verificação funda-se na observação que fizemos anteriormente, em que consideramos que o fato de as gestantes estarem afetiva e economicamente carentes e terem um espaço e um tempo voltado para elas por si só

pode trazer muitos benefícios. Logo, parece se tratar de algo que normalmente é pouco presente no cotidiano das mulheres pesquisadas. Todavia, seria um elemento a ser investigado, talvez até contrapondo dois grupos: um com as práticas corporais e outro constituído por encontros verbais. Sobre isso nesse momento nos cabe apenas refletir a fim de contribuir com outros possíveis trabalhos.

Rebeca Lea Berger (2007), psicoterapeuta e analista bioenergética, em sua dissertação *Corpo, imagem e subjetividade: envelhecimento como processo vital* (apêndice D: dissertação 07, p 202), propõe uma reflexão a respeito dos processos de envelhecimento, entendendo-os como essenciais à existência humana.

Sua pesquisa foi desenvolvida com nove mulheres entre 63 e 86 anos. Dentre elas havia duas casadas, cinco viúvas e duas solteiras. Cinco moravam sozinhas, uma com a filha, outra com a filha e a neta, uma com o marido e a última com o marido e a filha. Cinco delas participavam de atividades físicas, três de atividades religiosas, outras três eram voluntárias em projetos sociais, quatro frequentavam a faculdade da terceira idade e apenas uma dedicava-se exclusivamente aos cuidados domésticos. Todas possuíam nível de terceiro grau completo. Dado o estilo de vida e os bairros onde residiam, a autora compreendeu que elas possuíam uma situação material e social confortável, levando-nos a entender que compõem a classe média da sociedade.

O surgimento das participantes resultou do contato informal com colegas profissionais e pacientes, convidando pessoas idosas a fazerem parte de um grupo psicoterapêutico de abordagem psicocorporal. Essa estratégia utilizada para encontrar as pessoas para o trabalho resultou em um conhecimento prévio entre as integrantes, pois uma vez aceito o convite elas o estenderam às amigas que também concordaram em participar.

Os métodos usados para coleta de dados se deram a partir de entrevistas individuais semiestruturadas gravadas e transcritas realizadas no próprio consultório da pesquisadora; o processo grupal respaldado por técnicas de abordagem corporal – especificamente exercícios de *grounding*, ocorridos em uma sala de aula cedida pela Fundação de Apoio a Pesquisa e Estudo na Área de Saúde (FAPES) –, foi constituído por 18 encontros semanais com duração de 1h30min; registro dos encontros feito por duas

assistentes, que, unido às anotações da estudiosa, foi transformado em um diário. As entrevistas foram feitas durante o mês de janeiro e as sessões grupais iniciaram-se em março, seguindo até julho de 2006.

Quanto ao processo grupal com técnicas de abordagem corporal, não é nomeado pela autora como Grupo de Movimento, cuja aplicação na pesquisa se configurou como um recurso metodológico. Quanto a esse aspecto, Berger (2007) justifica:

As técnicas de abordagem corporal utilizadas consistiram de exercícios simples de consciência corporal, expressão de sentimentos e *grounding*, utilizados com o objetivo previsto teoricamente de suscitar respostas verbais, emocionais e sensoriais que constituíram o material para análise, ou seja, esta experiência psicoterapêutica teve como finalidade criar um campo para a coleta de dados sobre a experiência existencial do envelhecimento. (pp. 54-55)

Nesse sentido, a pesquisadora não se deteve em relatar cada sessão, mas em focalizar os temas manifestados, trazidos nas entrevistas e aprofundados no decorrer dos encontros semanais.

Os pontos mais presentes em cada um deles foram: medo da doença, que gera o temor da dependência ou da perda do controle de si mesmo para o outro; morte, que foi inclusive vivenciado concretamente durante a pesquisa com o falecimento de uma das participantes; ocupação; sexualidade; liberdade e convivência social.

A partir desses aspectos, a estudiosa compreendeu que sua pesquisa vinculou-se a duas vertentes. A primeira diz respeito à dimensão social que envolve o processo de envelhecimento, e a segunda, desencadeada pelo trabalho corporal aplicado no sentido de ajudá-las a entrar em contato com as questões que envolvem o envelhecimento. A autora percebeu que os exercícios atuaram como facilitadores, deixando as integrantes mais seguras para falarem de si, dos sentimentos e até mesmo para se mobilizarem emocionalmente. Pautada pela dissertação de Weigand (2005), já explorada anteriormente nesta pesquisa, Berger reconhece que o trabalho de *grounding* foi além do postural, logo o acolhimento, a escuta, as interpretações e as reflexões ofertadas no contexto grupal propiciaram a criação de um *grounding* na relação com a autora, entre as integrantes e com todo o processo.

Ela justifica que o uso da abordagem corporal com grupo de idosos, focando o *grounding* especificamente, decorre da necessidade existente nessa faixa etária de se deparar com uma instabilidade na percepção da sua unidade corporal. A partir desse enfoque Berger (2007) argumenta:

o conceito e exercício do *grounding*, como eu previa, mostraram-se importantes em ajudar pessoas de idade avançada, tanto quanto as mais jovens, a reconhecer as novas sensações; a reconhecê-las como sendo delas e não como ameaça de fragmentação; no reconhecimento e invenção de novas formas de usar o corpo e na integração de si mesma na dimensão do humano, finito e temporal. (p. 111)

Contudo, a autora concluiu que o seu trabalho não se configurou em traçar respostas às questões que circundam a etapa do envelhecimento, mas em refletir sobre elementos importantes para tal faixa etária, tais como “a importância do convívio; a necessidade do preparo do cidadão para conviver com idosos, tanto quanto para se tornar idoso; e deixou claro o lugar que a visão social estigmatizante delega ao velho: apertado e sem saída” (p. 106).

Dado o exposto, compreendemos que essa proposta não teve a preocupação em investigar como as integrantes entraram no grupo e como saíram, mas principalmente em olhar para o presente em que viviam.

A pesquisa levantou a necessidade de se pensar sobre a fase do desenvolvimento concernente à velhice, tal como temos acerca da infância e da adolescência. Por conseguinte, consideramos que quando ela suscita a necessidade de preparar o cidadão para conviver com idosos, bem como para se tornar idoso, refere-se a um processo de educação direcionado para o envelhecimento. Esta é uma fase intrínseca e natural do desenvolvimento humano, mas a cultura vigente sustentada pelos valores do sistema capitalista torna-se um dos elementos que dificulta a sua aceitação, levando muitas vezes os idosos e seus familiares a “evitar, desconsiderar, não querer reconhecer o mal-estar gerado pelo convívio, perspectiva ou estado da velhice” (p. 107).

Nesse sentido, podemos compreender que ante o objetivo da autora com seu trabalho e a forma escolhida para realizar tal pesquisa, os efeitos desencadeados a partir do processo grupal que incluiu exercícios da abordagem corporal neorreichiana

foram terapêuticos e pedagógicos. O primeiro, no sentido de mobilizar nas participantes percepções de conteúdos pouco manifestados em seu dia a dia, e o segundo na medida em que convida a repensar a velhice como um processo natural e afirma a necessidade de aceitá-lo como tal.

2.2 Monografias

A apreciação das monografias atreladas à conclusão de cursos de graduação e pós-graduação *lato sensu* segue o roteiro estabelecido em nosso método.

Quatro estudos compreendem este tópico. O primeiro concerne ao trabalho da psicoterapeuta corporal com formação em Gerontologia e Saúde Pública Purificación Navarro Cañizares (2002), *Grupos de Movimento: Uma nova tecnologia em promoção da saúde e autocuidado para pessoas idosas* (apêndice E: monografia 01, p.203), monografia apresentada ao Instituto Brasileiro de Psicologia Biodinâmica para conclusão do curso de especialização em Psicoterapia Biodinâmica. A autora objetivou descrever o desenvolvimento do GM formado a partir de pessoas idosas do Centro de Saúde Escola “Geraldo de Paula Souza” da Faculdade de Saúde Pública da Universidade de São Paulo (USP).

Tal proposta é fruto da disciplina de pós-graduação “Promoção da saúde e envelhecimento com ênfase no autocuidado”, que, segundo Cañizares (2002):

A partir da sistematização desta experiência foram desenvolvidas três vertentes de trabalho prático visando as pessoas idosas: Grupo de Movimento para idosos; cursos de “Psicoterapia Corporal Como Promoção da Saúde no Envelhecimento”, e cursos para cuidadores de idosos, denominados (“Cuidar do Idoso,...Cuidar de Si - Mesmo”). (p. 18)

Os “Grupos de Movimento como forma de promoção da saúde no envelhecimento”, tiveram seus encontros sistematizados a partir dos objetivos, profissionais envolvidos, características do grupo, frequência e duração de cada encontro. Sugeriu-se que fossem aplicados em três módulos: iniciação, evolução e consolidação.

O primeiro vinculou-se ao preparo dos participantes em torno da proposta, explicando acerca do trabalho, estimulando o contato corporal, a expressão emocional, a sociabilidade, enfim, a motivá-los a participar do grupo; o segundo módulo consistiu no aprofundamento dos elementos trabalhados no primeiro; e o terceiro e último envolveu a assimilação do método, a apropriação da capacidade de autorregulação e a ampliação das possibilidades físicas, emocionais e sociais. Cañizares (2002) aponta que, nesse processo, “o desafio é que a pessoa idosa se

aproprio do que foi conquistado sem a necessidade do psicoterapeuta” (p. 24), levando-o assim ao autocuidado.

Fez menção à importância do psicólogo com formação em psicoterapia reichiana para o desenvolvimento de tal intervenção, entendendo que ele é capaz de fazê-la de forma integrada, de reconhecer não apenas os aspectos físicos, mas também suas interligações emocionais e, assim, trabalhar os sentimentos e o comportamento por meio do corpo. Ademais, chama a atenção para a importância de acompanhar o fluxo do grupo, seguindo suas necessidades e preferências. Para tanto, sugere que o profissional seja flexível, com capacidade de improvisar dentro de um conhecimento bem estruturado. Compreende, também, que as atividades devam ter um caráter lúdico, cujo objetivo é a busca do prazer.

Daí, durante o período de 1997 a 2000, quatro grupos, constituídos por 15 pessoas cada um. Inicialmente treze idosas, que se conheciam, com idade em torno de 66 a 82 anos, participaram semanalmente dos oito encontros de duas horas. Contudo, posterior à primeira experiência, com a sistematização do método, estabeleceram-se vinte sessões, entendendo-se, porém, que muitas vezes essa população demanda um número maior de encontros. O nível socioeconômico não foi descrito, nem cada detalhe das sessões.

Os dados foram coletados a partir dos relatos das participantes, cuja avaliação dos resultados fundou-se em três variáveis: “aumento da propriocepção, superação de limitações físicas e aumento da percepção de aspectos emocionais e psíquicos” (p. 2).

A convivência que elas traziam para o grupo gerava certa dispersão, o que levou Cañizares (2002) a assumir uma postura pedagógica em cada sessão, ajudando-as a perceberem o sentido dos exercícios, ao mesmo tempo em que as conversas informais desenvolvidas no grupo fizeram com que a autora compreendesse melhor a realidade dos idosos.

Teoricamente, respaldou-se nas teorias psicanalíticas freudianas e reichianas. Seguiu a proposta de Grupo de Movimento de Gama e Rego (1996), dentro de um enfoque voltado para promoção de saúde e prevenção, com exercícios adequados à faixa etária atendida, visando ao autoconhecimento, à autopercepção e à integração entre o sentir, o pensar e o agir.

A adoção do GM para a população em pauta justificou-se na medida em que a autora passou a observar que poucas mudanças significativas ocorriam após a realização de palestras sobre alimentação e exercícios físicos produzidos para os idosos, notando que os participantes compreendiam e concordavam com o que lhes era informado, porém havia pouca aplicabilidade em seu cotidiano.

Cañizares (2002) acreditava que uma das possíveis razões que os impediam de incorporar e colocar em prática as recomendações era o fato de que as palestras restringiam-se ao plano racional, apelando ao pensamento, sem fazer ligações com o sentir e o agir.

Quanto a esse aspecto, o Grupo de Movimento se tornou eficaz no sentido de promover mudanças mais profundas no que se refere à saúde e ao autocuidado da população em questão.

No que tange aos resultados, a psicoterapeuta reconheceu que diante de algumas mudanças feitas no método durante o processo e com a rotatividade dos participantes, não foi possível avaliá-los mais rigorosamente, ficando a necessidade de se desenvolver em futuros trabalhos formas que avaliassem com maior precisão a proposta de intervenção aplicada aos idosos.

Todavia, a partir de suas observações e de relatos das participantes, pôde-se constatar que boa parte delas começaram o grupo com limitações físicas compatíveis com a faixa etária, dificuldades de atravessá-las e a imagem corporal reduzida às poucas condições corporais e à dor. Gradualmente foram adquirindo maior segurança, aumento da vitalidade, da capacidade de expressão física e emocional, superação de limitações físicas; ampliação da rede social; maior integração entre elas, levando-as a frequentarem atividades extragrupo, como cinema e outras práticas de lazer; e descontração e espontaneidade entre elas, favorecendo brincadeiras e risos.

Acrescentamos, com base no relato de Cañizares (2002), que houve ainda uma outra forma de elas sentirem e perceberem o corpo.

A prática me levou à conclusão de que o corpo (sensações, sentimentos) que se apresentava para elas, era muito novo. Descobriram que, através da consciência corporal, "este corpo", poderia ser fonte de bem estar e de autoconhecimento. A capacidade de adaptação a novas experiências, e participação num processo mais complexo, que requer a atenção e percepção de si mesmo, foi o que mais lhes causou dificuldade.... contam que foram

educados de forma mais repressiva. O corpo para a maioria deles é somente um instrumento de trabalho e atualmente fonte de dores e queixas, onde só vêem 'rugas', 'limitações', 'gordura'. (p. 25)

Efetua-se nessa passagem uma nova maneira de perceber o corpo na velhice, ou melhor, aprender a partir de outro olhar, diferente do que lhes foram ensinado na educação primária.

Ante a tais colocações, Cañizares (2002) concluiu que a psicoterapia corporal, com suas formas de intervenção, é de grande valia para o campo da Gerontologia, compreendendo a importância de um aprofundamento das possibilidades teóricas e práticas dentro desse tipo de abordagem.

Diante do exposto, temos o relato de um trabalho de GM que desencadeou efeitos pedagógicos, terapêuticos e sociais à população idosa, além de fazer parte de uma proposta de ensino em pós-graduação *lato sensu*.

Entretanto, reconhecemos a pertinência desse trabalho de intervenção na área de Gerontologia, bem como a necessidade de estudos que aprofundem aspectos relativos à dinâmica de grupo dentro de um GM, não apenas aos processos psicorporais que o envolve. Não encontramos nesse relato menções às desistências dos participantes, tampouco às mobilizações oriundas de uma prática do GM.

Outra monografia encontrada diz respeito ao Grupo de Movimento voltado para mulheres que trabalham como agentes comunitárias de saúde (ACS) numa Unidade de Saúde da Família de Santo André (ES). Trata-se de um trabalho de conclusão do curso de graduação de Psicologia das Faculdades Integradas São Pedro (ES), apresentado por Maria Luisa Francischetto Travaglia e Vera Lúcia Agostini Sant'anna (2007) sob o título *Transitando afetivamente entre saberes: um relato de experiência do grupo de movimento com as agentes comunitárias de saúde* (apêndice E: monografia 02, p. 203).

Com o intuito de relatar uma experiência desenvolvida com GM, procurou-se verificar as contribuições trazidas ao bem-estar subjetivo dessas profissionais. O projeto atendeu nove mulheres com faixa etária entre 23 e 46 anos. Oito possuíam o ensino médio completo, e uma cursava o ensino superior. A renda girava em torno de

dois ou três salários mínimos. Todas traziam como demanda a sobrecarga de trabalho, faltando-lhes tempo para si, o que gerava pouca qualidade de vida e muito *stress*.

O grupo aconteceu semanalmente, durante duas horas, somando dez sessões no período de março a maio de 2007, na sala de observação da clínica de Psicologia da Faculdade já mencionada, atendendo a um pedido das agentes, que preferiram um lugar fora do espaço de trabalho.

Todos os encontros foram norteados por três momentos: 1. acolhimento, em que se ouvia como elas estavam no dia e se tinham alguma queixa; 2. Aplicação das técnicas corporais, que se pautaram pelas propostas da Bioenergética de Alexander Lowen, seguindo a estrutura proposta por Gama e Rego (1996), conforme explanado em nossa introdução; 3. O encerramento se dava com o relato verbal das participantes de suas experiências acerca do trabalho, desde a descrição dos sentimentos e sensações até associações das vivências grupais com as experiências externas ao grupo.

Como procedimento, as pesquisadoras aplicaram o teste “Questionário de Saúde de Goldberg” (QSG), cujo objetivo era avaliar a saúde geral das agentes seguindo os cinco fatores de avaliação do teste, assim descritos por Travaglia e Sant’ana (2007): “...estresse psíquico, desejo de morte, desconfiança no desempenho, distúrbio do sono e distúrbio psicossomático. Para a avaliação desses fatores, trabalhou-se com os indicadores quantitativos: acima da média, na média e abaixo da média” (p. 85).

No primeiro encontro foi aplicado o termo de consentimento livre, explicando o funcionamento, objetivos, periodicidade e duração do Grupo de Movimento e preenchido da ficha de inscrição.

No segundo, aplicou-se o teste “Questionário de Saúde de Goldberg” (QSG) e iniciaram-se as práticas corporais. O aquecimento foi introduzido com respiração e autotoque, sensibilizando as participantes para a técnica “mapeando as cicatrizes”, em que, ao desenhar o próprio corpo, buscou-se identificar as emoções nele contidas, entendidas como cicatrizes físicas e emocionais adquiridas no decorrer da vida. Tal dinâmica teve o intuito de facilitar o autoconhecimento por meio do contato corporal e de expressões de emoções que pudessem ser trabalhadas.

A terceira sessão foi iniciada com exercícios respiratórios, chamando a atenção das participantes para a importância da sensopercepção. Em seguida, focou-se nos trabalhos de pés e pernas, a partir do *grounding*.

Em face das demandas trazidas pelas participantes, que se queixavam de dores corporais, as coordenadoras trabalharam, no quarto dia, com exercícios que integravam todo o corpo e com relaxamento que envolvia respiração. Observou-se certa diminuição na dispersão do grupo, que se dava por meio de risadas e conversas, e as integrantes relataram melhoras, sentindo-se mais dispostas, com o corpo mais leve.

No quinto encontro, focaram-se pernas e pés. As facilitadoras explicaram a respeito do significado de tais partes corporais, bem como a diferença entre as sensações e os sentimentos. No término, sugeriram um trabalho de respiração em que elas ficavam encostadas umas às outras, a fim de trabalhar o ritmo e a sintonia grupal. A concentração se fez mais presente no grupo. Algumas participantes relataram a dificuldade de soltura das pernas, vindo a sentir enjoo e falta de ar.

A região pélvica foi trabalhada na sexta sessão, dando a elas informações acerca do significado em termos de conteúdos emocionais. Houve descontração sem perder a concentração. Elas sentiram menos dificuldades na execução dos exercícios, bem como menos tensões nas pernas, braços e ombros. Relataram que estavam levando tais aprendizados para o cotidiano, procurando respirar mais no dia-a-dia, e que observavam diferenças na vida pessoal e profissional.

O sétimo encontro foi marcado por atividades com o tronco, braços e pernas, quando foram esclarecidos, assim como nos anteriores, a função, o conceito e o significado de cada região, enfatizando a importância de trabalhá-las. Os exercícios foram pautados pelos movimentos de contração e expansão, buscando a respiração e os sons que dela poderiam se originar, objetivando-se aliviar as tensões internas. Durante toda a prática, as agentes mantiveram-se mais concentradas, conseguindo melhor interiorização nos exercícios.

O foco da oitava sessão foram a cabeça e o pescoço, com as respectivas explicações do significado energético e emocional que compreende tais partes do corpo. Executaram-se exercícios voltados para os olhos, boca, nariz, couro cabeludo,

orelha e pescoço, sempre se estimulando a emissão de sons e a respiração, os quais conferiram mais facilidade e tranquilidade às integrantes. Nesse encontro, foi solicitado a elas que redigissem durante a semana sobre a experiência com Grupo de Movimento, exprimindo suas percepções quanto ao que ocorreu em sua vida pessoal e profissional.

No nono dia, trabalhou-se com o corpo em sua totalidade, tendo em vista que cada parte já havia sido contemplada. Aplicou-se o segundo questionário do QSG, para que pudesse ser feita a comparação com o primeiro, aplicado no início do trabalho.

O décimo e último encontro se deu com a repetição dos exercícios da penúltima sessão, conforme o pedido das agentes, que gostariam de compartilhá-los com uma participante que havia faltado. No encerramento, foram recolhidos os relatos que tinham sido pedidos para elas escreverem durante a semana, e uma representante do grupo agradeceu em nome de todas pelo tempo que passaram juntas.

As autoras perceberam o estabelecimento de uma relação vincular entre elas (facilitadoras) e as integrantes, dada a dinâmica grupal que se instalou no decorrer do processo. Todavia, elas não fizeram maiores esclarecimentos acerca de teorias grupais que ajudam a compreender a formação e o processo de um grupo. Apenas citam formulações que embasam o trabalho de GM.

A análise e coleta dos dados foram feitas por meio dos questionários do QSG, permitindo comparar os conteúdos obtidos no começo do grupo de movimento e em seu término, avaliando o quanto o GM pôde contribuir para a saúde geral das agentes comunitárias. Utilizaram-se os relatos verbais e escritos das participantes, os produtos da técnica “mapeando as cicatrizes”, o diário de campo e a observação assistemática. Convém ressaltar que a avaliação dos questionários foi feita a partir das sete participantes que menos faltaram ao grupo, que teve seu início com nove agentes comunitárias – tendo tido ausências na maioria dos encontros – e encerrou com oito, visto que uma delas desistiu no decorrer do trabalho.

A partir desses materiais, observaram-se mudanças graduais durante o grupo. Inicialmente, as agentes apresentaram muita dificuldade em respirar profundamente e com naturalidade, exercendo um movimento fluido de contração e respiração. Tal

difficuldade refletiu em sudorese, extremidades frias, palidez, enjoos, tonturas e outras manifestações corporais.

A rigidez muscular foi encontrada principalmente nas regiões dos ombros, pescoço, tórax e pernas. Observou-se muita dispersão nos primeiros encontros do grupo, representada por risos e conversas paralelas, denotando dificuldade de interiorização, de entrar em contato com as sensações e sentimentos. Houve limitação na liberação de descarga energética. Outro obstáculo encontrado foi a emissão de sons durante os exercícios.

Com o trabalho do grupo, todas essas dificuldades apresentadas passaram por mudanças significativas: a respiração adquiriu maior fluidez, as tensões foram se dissolvendo, o fluxo excitatório passou a ser experienciado por todo o corpo e a emissão de sons tomou lugar no grupo, bem como a vivacidade colocada nos exercícios.

As agentes apresentaram melhoras na concentração, viabilizando a interiorização e ampliando a autopercepção das sensações e sentimentos.

De acordo com os relatos das participantes, elas sentiam-se mais calmas, centradas, dispostas e confiantes, percebendo diferenças positivas nas relações interpessoais e profissionais. Assimilaram informações que as auxiliavam no cotidiano. Estas foram atreladas a uma maior consciência do corpo, desde a respiração, procurando fazer uso das técnicas corporais aprendidas no grupo para enfrentar as difíceis situações vividas no ambiente de trabalho.

Aqui nos cabe uma reflexão relacionada aos efeitos terapêuticos, mas que talvez demonstre outro efeito do Grupo de Movimento. Será que, pelo fato de as agentes transportarem o conhecimento adquirido nos encontros para o cotidiano e utilizarem o aprendido diante das dificuldades externas, poderíamos considerar o GM como uma intervenção também educacional? Em busca dessa resposta, seguiremos com nossa investigação, atentando-nos para as possíveis variáveis que possam fundamentá-la.

Quanto aos resultados oriundos do QSG, pôde-se obter, pela primeira aplicação do questionário no segundo encontro do grupo, que o *stress* psíquico, o distúrbio do sono e a saúde geral das agentes comunitárias estavam acima da média. Elas

apresentavam tendências a insônia, muita irritação, tensão, impaciência e sobrecarga de trabalho. No fator distúrbios psicossomáticos, uma ficou abaixo da média, três ficaram na média e três, acima da média. No quesito desconfiança no desempenho, todas ficaram abaixo da média, o que demonstra segurança e confiança no que elas exerciam.

Quando reaplicado o questionário, no nono encontro, constatou-se que todos os fatores ficaram abaixo da média, levando as autoras a concluir que esta melhora significativa é resultado da implementação do Grupo de Movimento. Nesse sentido, Travaglia e Sant'anna (2007) entendem que:

Quando as agentes passaram a expressar corporalmente os conteúdos emocionais contidos em seus corpos, para, em seguida, liberá-los a partir dos exercícios bioenergéticos trabalhados, concluímos que elas passaram a priorizar a qualidade de vida de maneira prazerosa e 'saudável', ampliando seu bem-estar biopsicossocial. A condição de vida aqui descrita, automaticamente, repercutiu-se em diversos segmentos: pessoal, profissional, social (mais vitalidade, melhoria nas relações de trabalho e maior integração com a família e com a comunidade, dentre outros), permitindo, então, que construíssem novas modalidades de vida e novas possibilidades de ampliação do bem-estar subjetivo. (p. 102)

Além da compreensão dos resultados provenientes do trabalho do GM com as agentes comunitárias, as autoras concluíram ainda que a proposta do trabalho em si se encaixa nas diretrizes e normas de Políticas Públicas de Saúde, mais especificamente na Política Nacional de Humanização (PNH), já que o investimento de trabalho e atenção proporcionado às agentes possibilitou, a partir da conscientização da importância do cuidado de si e do outro, uma melhor organização do trabalho que exerciam, o que se estendeu à população atendida por elas.

Perante a essa consideração, Travaglia e Sant'anna (2007) pontuaram a relevância da inserção do trabalho corporal dentro do ambiente de trabalho, entendendo o Grupo de Movimento:

como um dispositivo para alavancar, no indivíduo, integração, solidariedade, alegria, disposição, participação, criatividade, satisfação, dentre outros atributos, que vão de encontro do acolhimento e são de fundamental importância, para o bem-estar biopsicossocial, contribuindo com a promoção e prevenção de saúde, uma vez que possibilita ao indivíduo uma percepção interiorizada de si, ou seja, a capacidade de voltar a atenção para seu próprio corpo, bem como reconhecer e localizar nele as emoções, sentimentos e as sensações contidas. (p. 102)

Embora as autoras não tenham realizado a experiência em dois grupos com o intuito de confrontar os dados, as próprias agentes sentiram diferenças entre as que estavam participando da atividade com as que não estavam, percebendo, conforme seus relatos, que estas estavam sempre “cansadas, estressadas, falando muito alto...” (p. 93).

Dadas as análises quantitativas e qualitativas realizadas pelas estudantes, compreendemos que tais resultados são pertinentes, mas ainda nos deixa a dúvida do quanto eles puderam ser realmente internalizados dado o pouco tempo de trabalho. Em contrapartida, entendemos que diante da escassez de espaços que possam cuidar dos profissionais cuidadores, tal como as agentes comunitárias, acreditamos que o pouco que se faz torna-se grandioso, que, quando esses profissionais se disponibilizam, a produção de algum processo de transformação pode acontecer.

Independente de tais especulações que deflagram a importância de outros estudos, não podemos desconsiderar que tal experiência desperta vivências muitas vezes distantes do cotidiano das participantes. Nesse sentido, outra variável nos chama a atenção atinente ao caráter educacional do GM: a importância do cuidado de si e do outro. Esse aspecto, tão focado em boa parte das experiências com as quais estamos nos deparando, parece ser algo que passa pela aprendizagem ou pelo resgate dos processos que envolvem o cuidar e o ser cuidado.

A terceira monografia, *Trabalhos psico-corporais em clínica psiquiátrica: um enfoque da psicologia corporal* (apêndice F: monografia 03, p.204), escrita por Francisco Tosta (2008), relata sobre a aplicação de técnicas corporais oriundas da vegetoterapia e da bioenergética em uma clínica psiquiátrica.

A experiência foi oriunda de um estágio de psicologia realizado na Clínica Porto Seguro, em Curitiba, com pacientes psiquiátricos durante o ano de 2008. O objetivo era promover uma melhor qualidade de vida às pessoas em tratamento da clínica por meio de um trabalho que viabilizasse maior contato com o corpo e com a respiração.

Inicialmente, Tosta (2008) ficou durante três meses observando os pacientes, o que o fez perceber a falta de contato deles com o movimento respiratório, seja qual fosse a situação (surto, tristeza, medos, ansiedade). Quando pedido a eles que

respirassem, ocorria a não percepção da respiração ou esta se dava de forma superficial, com uma expiração comprometida.

Ante essa observação, ele identificou o movimento respiratório presente em cada transtorno, organizando os dados em uma tabela que caracterizava o transtorno, o tórax, diafragma, respiração e a observação final. Sem nos determos em cada transtorno, daremos um exemplo para melhor compreensão desse dado do seu estudo: transtorno de humor; tórax rígido; diafragma imobilizado; respiração parcial torácica. E assim seguiu com os transtornos psicóticos, dependente de álcool e outras drogas. Cabe ressaltar que essa categorização foi oriunda apenas de observações, o autor não elucida outros recursos metodológicos que fundamentem melhor as leituras feitas da respiração dos pacientes, tampouco fornece mais explicações de como se deu essa investigação por meio da observação.

A partir daí se criou a proposta respeitando algumas condições: desenvolvimento de atividades de fácil memorização de forma que facilitasse a participação das pessoas que se encontravam em estado mental confuso; respeito à norma da instituição que correspondia à “limitação do contato físico entre os pacientes e a equipe” (p. 09), argumentando que esse contato poderia ser gerador de consequências inesperadas e de risco entre eles e a equipe; dado o estado mental de muitos pacientes, o que por vezes dificultava a sua permanência em um lugar por muito tempo, a atividade era livre, de forma que eles poderiam sair quando sentissem necessidade.

Dentro dessas condições fica para nós uma dúvida. O autor não deixa claro o porquê da necessidade de memorizar a atividade, o que se pretendia com isso, visto que essa variável não é um dos objetivos de um trabalho psicorporal.

Na descrição das atividades, Tosta (2008) iniciou as práticas corporais e de respiração com exercícios que proporcionassem aos participantes contato com o ambiente e consigo mesmos. Percebeu como resultado dessa primeira etapa do encontro uma redução na agitação mental, proporcionando-lhes assim um estado de calma e tranquilidade. Segundo ele, pautado por Volpi e Volpi, esse começo da sessão era uma forma de aquecimento para introduzir o objetivo específico.

Num segundo momento realizaram automassagem, incluindo a técnica “toque da borboleta” – desenvolvida por Eva Reich –, resultando daí o relaxamento muscular e reações emocionais como choros ou risos. O estudioso observa a presença do que ele chamou de autocarinho.

As etapas posteriores focalizaram os exercícios de respiração. A proposta inicial era conscientizar os pacientes do movimento respiratório, trabalhando primeiramente com o segmento abdominal, seguindo para o torácico e para o diafragmático por meio da técnica da “respiração do gato”, que consistiu em inspirar profundamente e soltar o ar pelo nariz mostrando os dentes, de forma que os travassem. O uso dessa técnica desencadeou uma hiperventilação em alguns pacientes, que segundo o autor ocorre quando a pessoa não está acostumada a respirar com “grande amplitude diafragmática” (p. 37). O outro ponto observado corresponde à expressão de raiva provocada por esse tipo de respiração, o que levou Tosta (2008) a perceber que:

A expressão facial de raiva que esta respiração tende a promover aparece com dificuldade em alguns tipos de transtornos, como, por exemplo, nos transtornos depressivos. Percebeu-se que nos transtornos depressivos a pessoa não consegue realizar com facilidade a expressão da raiva mostrando todos os dentes da boca, como se assumisse uma posição de desafio, mas pelo contrário, o paciente só expressava, em sua maioria, os dentes superiores, como se não conseguisse demonstrar para o mundo a sua agressividade.

Quanto a essa premissa, entendemos ser ela pertinente, desde que estivesse amparada por métodos de análise validados e suficientemente confiáveis. Acreditamos que somente a observação e as fotografias tiradas dos participantes, publicadas mediante a autorização deles, não nos fornecem subsídios para defendermos algumas colocações aqui relatadas.

Na etapa seguinte foram trabalhados os três tipos de *grounding* desenvolvidos por Lowen, sendo *grounding* postural, em arco e invertido, além de três exercícios que o facilitador também chamou de *grounding*. O primeiro se dá com as pessoas deitadas no colchão com as pernas flexionadas e sustentadas para cima; o segundo busca fazer com que o paciente tente se manter o máximo que puder com uma perna na frente flexionada e outra para trás esticada, com os calcanhares fora do chão, com apenas os dedos do pé apoiados nele. Nessa posição o peso do corpo desloca-se para a perna flexionada e a perna de trás serve como um apoio. Dessa posição as participantes

seguem para o exercício de cair, também sugerido por Lowen, no qual os pacientes inclinam seu corpo para frente, bem como os braços.

Em sua monografia o psicólogo fundamenta teoricamente cada tipo de *grounding* e algumas reações dos participantes diante dos exercícios de *grounding* realizados.

Finalmente, Tosta (2008) concluiu que após um ano de trabalho desenvolvido, as técnicas aplicadas promoveram a autopercepção nos pacientes, além de terem trazido melhoras para o cotidiano deles, observando “mudanças explícitas no comportamento, na cor da pele, na melhora da autoestima, na flexibilização das tensões corporais e no desenvolvimento de uma respiração mais integrada e profunda” (p. 43). Acredita que as práticas corporais e de respiração foram capazes de mostrar também que o toque corporal tratado respeitosamente pelo profissional proporciona bem-estar e o despertar do lado afetivo, principalmente com os pacientes depressivos.

Essa passagem nos deixa dúvidas, visto que anteriormente ele relata que contato físico seria algo a ser respeitado dadas as normas da instituição, e aqui ele defende o toque como tendo sido algo que se fez presente nos trabalhos. Trata-se de mais um ponto que acreditamos que poderia ter sido mais explorado.

Nesse sentido, ele concebe a importância do olhar clínico do profissional, percebendo que quando são demonstradas por parte deste “atitudes de entendimento, empatia e compreensão, principalmente em relação à limitação pessoal de cada paciente, fica claro para o mesmo que existe a possibilidade de transformação pessoal e qualidade de vida” (p. 9).

E assim se faz a monografia de Tosta (2008), que para nossa investigação nos deixa lacunas no que tange à escolha do método. Faltou-nos mais informações sobre o perfil dos pacientes (faixa etária, nível socioeconômico, profissão etc.); descrição do grupo (quantidade de pessoas, frequência e duração dos encontros); além de métodos que comprovassem com mais precisão os resultados.

Diante do exposto, fica-nos a impressão de que a proposta repercutiu em fins terapêuticos, porém não temos dados suficientes que nos levem a afirmar com precisão acerca dos efeitos desencadeados pelo grupo.

A quarta monografia sobre *O estudo da efetividade do Grupo de Movimento na prevenção do estresse em equipe de enfermagem* (apêndice F: monografia 04, p.204), desenvolvida pela psicóloga e analista bioenergética Maria de Lourdes Serafim (2008), é fruto de sua experiência clínica hospitalar oriunda de um estágio realizado no Hospital do Campo Limpo, na cidade de São Paulo.

Percebendo o nível de *stress* que circundava o ambiente hospitalar, a autora observou que a equipe de enfermagem era a mais carente de cuidados dentro da instituição. Daí sua motivação em desenvolver a pesquisa, cujo objetivo era avaliar a eficácia de um GM para a redução do *stress* ocupacional e mudança do fluxo de energia dos enfermeiros, proporcionando assim um espaço de atenção e cuidado para eles.

O critério de participação era que fossem funcionários do hospital em questão e que concordassem por escrito com o termo de consentimento livre e esclarecido organizado pela autora.

Inicialmente 11 participantes foram selecionados, no entanto quatro não compareceram na primeira sessão e um desistiu durante o projeto, fechando o grupo com seis enfermeiros, formados por cinco mulheres e um homem; faixa etária entre 27 e 48 anos; cinco não apresentavam nenhum tipo de doença e dois tinham vivido uma situação estressante nos últimos 30 dias. O nível socioeconômico não foi registrado pela pesquisadora.

Os métodos utilizados para coleta dos dados foram:

1. Aplicação do questionário dos aspectos demográficos, cujas informações foram mencionadas acima.
2. ISSL (Inventário de Sintomas de *Stress* para Adultos de Lipp), o qual possibilita classificar a pessoa nas fases de evolução do *stress*, podendo ser: alerta, resistência, quase exaustão e exaustão. O instrumento é composto por três etapas autoaplicativas. A primeira refere-se à fase de alerta e é constituída por 15 sintomas físicos e emocionais em que o participante deve responder se possuiu ou não cada um deles nas últimas 24 horas; a segunda concerne à fase de resistência, também formada por 15 sintomas físicos e emocionais apresentados pelo paciente na última semana; e a etapa três,

vinculada à fase de exaustão, é composta por 23 sintomas percebidos pela pessoa no último mês.

3. Teste projetivo gráfico da figura humana, pautado pela técnica de aplicação de Machover. Avaliou a imagem corporal que cada participante tinha de si mesmo.
4. Questionário da figura humana de Machover, composto por 40 perguntas atinentes aos aspectos físicos e psicológicos da figura desenhada.

Análises quantitativa e qualitativa fizeram parte da avaliação dos resultados da pesquisa. A primeira foi utilizada nos dados do questionário demográfico e no ISSL, que foi aplicado antes e depois da intervenção com grupo de movimento. A qualitativa foi destinada ao teste projetivo da figura humana, que também teve sua aplicação antes e depois do GM.

As atividades foram realizadas em um espaço do hospital. Os encontros aconteceram duas vezes por semana, com uma hora e meia de duração, totalizando oito sessões. A proposta fundou-se na sequência de trabalho corporal sugerida por Gama e Rego (1996) – apresentação, aquecimento e respiração; respiração, pés e pernas; pés e pernas; pelve; tronco e braços; cabeça e pescoço; trabalho integrado com o corpo; encerramento. Cada segmento foi trabalhado a partir dos “Exercícios de Bioenergética” desenvolvidos por Lowen e Lowen (1985). Música foi utilizada em alguns momentos.

No primeiro encontro a pesquisadora fez um contrato verbal enfatizando a importância da frequência, datas, horários e questões éticas envolvidas na proposta. Foi entregue a cada participante um roteiro de atividades para o GM, oferecendo informações sobre o embasamento teórico. Realizou em seguida a primeira aplicação dos testes projetivo da figura humana e ISSL. Com o tempo restante, introduziu um pequeno exercício de contato com a própria respiração.

O segundo encontro ocorreu com cinco integrantes e com uma dinâmica de apresentação que fez uso de uma bola. Fizeram então um aquecimento, momento em que foi pedido para que tirassem os sapatos e andassem pelo espaço, sentindo o corpo em sua totalidade. Posteriormente partiram para o *grounding* invertido aliado aos

exercícios de respiração, seguido do *grounding* postural. Em círculo realizaram o compartilhamento da experiência e o fechamento com uma dinâmica de acolhimento.

O terceiro encontro iniciou com três participantes presentes andando pela sala, percebendo o corpo e alongando-se conforme a necessidade de cada parte corporal (alongamento espontâneo). Seguiram com o que a autora chamou de aquecimento lúdico, mas que também podemos entender como aquecimento exploratório, dado que todos deveriam explorar criativamente todo o espaço físico. Passaram para o *grounding* postural e com uma mão direita colocada na barriga e a outra no peito procuraram perceber o movimento respiratório. Nesse momento algumas consignas foram ditas pela coordenadora, como: “mantenha-se nas próprias pernas; não se segure nos ombros; solte sua respiração, não encolha a barriga; deixem a vibração acontecer”. Deram sequência com o *grounding* invertido e descansaram com a “postura muçulmana de rezar” (Lowen & Lowen, 1985, p. 88) , e dessa posição realizaram exercícios que visavam à diminuição da tensão dos tornozelos. (Lowen & Lowen, 1985, pp. 88-90) Encerraram dividindo as experiências e com uma dinâmica de acolhimento – na qual a facilitadora pediu para que todos deitassem com a cabeça voltada para o centro do círculo, apoiando a mão esquerda no próprio peito e a direita no abdômen do parceiro –, cujo intuito era observar a onda respiratória do grupo e vivenciar a sensação do dar e receber.

A quarta sessão foi composta por quatro enfermeiros com foco no segmento interligado da pelve. Começaram com bolinhas de tênis massageando os pés, procurando respirar profunda e pausadamente. Daí seguiram para uma série de exercícios contidos no livro de Lowen e Lowen (1985) denominados “extensão dos pés (p. 90), extensão da coxa (p. 90), movimento pélvico de lado a lado (p. 102), movimento pélvico circular (p. 102), rabinho de pato (p. 105), movimento pélvico para frente e para trás (p. 103)”. No encerramento, a facilitadora observou que os participantes verbalizaram a experiência de forma mais descontraída do que nos encontros anteriores. Finalizaram com uma dinâmica de acolhimento, propondo que em duplas sentassem um de costas para o outro de forma que colocassem atenção à própria pelve. Neste momento, Serafim (2008) percebeu um contato mais próximo e sem barreiras entre eles. A coordenadora não utilizou música em todas as dinâmicas,

mas em algumas ela se fez presente na tentativa de criar um clima lúdico, em razão dos conteúdos que poderiam emergir dentro de um trabalho que focalizava a pelve. Naquela sessão ela entrou em contato com os participantes ausentes, verificando que o motivo das faltas era decorrente da carga de trabalho. Muitos estavam faltando por situações de emergência no hospital, para as quais eles eram convocados.

O quinto encontro se deu com seis integrantes que justificaram suas faltas, deixando claro para a coordenadora que o motivo delas não era atinente à resistência ao trabalho, haja vista que muitos compareceram ao grupo em dias de folga. Todavia, a própria demanda do hospital os impedia de frequentar assiduamente. Diante dessa intercorrência cada encontro era adaptado. Com o intuito de explorar a região torácica, o aquecimento do dia buscou integrar atividades já feitas anteriormente, estimulando os participantes a explorarem criativamente os materiais levados pela facilitadora, tais como: espaguete de piscina, bolinhas de várias texturas, massageadores e até os objetos pertencentes ao próprio espaço, como as mobílias, paredes etc. Serafim observou integração entre eles e curiosidade acerca do que tinham à disposição. Deram continuidade com exercícios para a sola dos pés utilizando espaguete de piscina, relaxamento dos músculos da cintura e vibrações com as pernas (Lowen & Lowen, 1985, pp. 115-116 e 126), alongamento da parte de dentro das coxas, automassagem das costas na parede com auxílio da bolinha de tênis. Posteriormente, fizeram *grounding* invertido com pressão no peito, tal como proposto por Lowen e Lowen (1985, p. 156), porém na falta do *stool* o exercício foi feito com o assento forrado de uma cadeira. Encerraram relaxando na posição que lhes fosse mais confortável no colchão. Não há relato do uso de música.

Dando continuidade ao trabalho voltado ao tórax, mas incluindo os braços, a sexta sessão foi composta por cinco pessoas. A maioria das práticas foi retirada do livro de Lowen e Lowen (1985). O aquecimento se deu com o exercício variação 16-b (p. 82); em seguida, balançar cada braço (p. 106); balanço dos dois braços, voar como um pássaro e rotação de ombros (pp. 108-109); e balanço dos punhos (p. 110). Depois de atingirem uma alta carga energética, a coordenadora propôs uma descarga focalizando a vibração dos músculos internos da coxa. Com todos deitados, pés apoiados no colchão na direção dos ombros, joelhos flexionados, ela pediu que eles

fossem lentamente afastando os joelhos sem tirar os pés do chão, repetindo várias vezes, suavemente, deixando a vibração acontecer espontaneamente. No encerramento verbalizaram a experiência, trazendo as percepções concernentes ao sentimento de raiva e por fim a psicóloga propôs uma dinâmica de acolhimento.

O penúltimo e sétimo encontro aconteceu apenas com dois participantes. O foco foi dado à cabeça e pescoço. Realizaram o aquecimento relembrando brincadeira de roda, cantando e dançando ao som do CD "Cantigas de roda". Em *grounding* postural, alongaram o tríceps; massagearam o pescoço; sentados, alongaram os músculos deste, procurando inspirar e expirar a cada movimento executado; seguiram com exercícios que descontraíssem a musculatura ao redor dos olhos e por fim, deitados, com a mão esquerda apoiada no peito e a direita no abdômen, procuraram relaxar a cabeça. Inicialmente ouvindo os ruídos do próprio corpo e posteriormente ao som de uma música instrumental suave, foi sugerido que eles tentassem fazer com que os pensamentos seguissem o ritmo do que era tocado, afastando-se da realidade e autorizando-se a sonhar. Foram informados de que a facilitadora faria alguns toques na cabeça, proporcionando movimentos imprevisíveis e lentos, estimulando-os a soltarem a cabeça em suas mãos. Passado um tempo do relaxamento, foi pedido a todos que voltassem devagar, fazendo pequenos movimentos. Compartilharam a experiência e fizeram a dinâmica de acolhimento, um de frente ao outro, olhando nos olhos, tentando passar um pouco de si ao parceiro. Nos comentários perceberam a diferença do estado atual com relação às primeiras sessões. Sentiam o corpo mais integrado e solto.

A oitava e última sessão se fez com três integrantes efetivando a reaplicação dos testes projetivo da figura humana e do ISSL de Lipp. Os demais integrantes concluíram essa etapa do estudo três dias após o encerramento do grupo e em situação individual. A autora observou que os enfermeiros presentes realizaram a atividade com maior dedicação, preocupando-se mais com os detalhes, o que fez com que levassem mais tempo do que na primeira aplicação. Percebeu a necessidade deles de compartilhar a experiência, o desejo de que continuasse o grupo, fazendo-a solicitar por escrito o relato do que estavam sentindo. Entre eles, foi possível observar a construção de uma relação de amizade e de parceria dentro do hospital.

Encerraram o grupo com um abraço grupal e algumas dinâmicas corporais ritualizando esse término.

Em cada sessão descrita, a autora apresentou os relatos que emergiram das vivências e de suas respectivas análises. Ela também demonstrou a avaliação feita nos desenhos de cada paciente, incluindo a primeira e segunda aplicação. No entanto, procuraremos explicar a análise global dos resultados.

Pautada pelo instrumento ISSL de Lipp, apurou que na primeira avaliação uma pessoa (16,7%) encontrava-se em estado de alerta, cinco (83,3%) na fase de resistência e ninguém na fase de exaustão. Na segunda análise, cinco profissionais não apresentaram sinais de *stress* e apenas um (16,7%) estava na fase de resistência. Com base nas análises estatísticas, Serafim (2008) concluiu:

Os escores médios dos sintomas físicos e psicológicos que compõem as fases de estresse apresentam uma variação importante, diminuindo da primeira avaliação para a segunda (sintomas físicos na fase alerta de 1,83 para 0,66; sintomas psicológicos na fase alerta de 1,33 para 0,50; sintomas físicos na fase de resistência de 3,66 para 0,83; sintomas psicológicos na fase de resistência de 2,83 para 1,16; sintomas físicos na fase de exaustão de 2,00 para 0,50; sintomas psicológicos na fase de exaustão de 3,83 para 0,66). De modo geral, o escore médio da Fase de Alerta teve uma diminuição de 4,16 para 1,16 da primeira para a segunda avaliação. Da mesma forma, observou-se queda dos escores médios na Fase de Resistência (de 6,50 para 2,00) e na Fase de Exaustão (de 5,83 para 1,16). (p. 21)

Ela esclarece que uma análise de significância não foi realizada diante do pequeno número de participantes e por causa da ausência de um grupo controle. Contudo, a diferença existente entre os escores do ISSL da primeira aplicação para a segunda foi significativa, o que a levou a acreditar que o GM contribuiu com a diminuição dos sinais de *stress* dos enfermeiros.

Do ponto de vista qualitativo, inicialmente observou uma característica narcísica inerente à categoria profissional investigada, em que traziam uma crença de que o outro é sempre o necessitado, precisando dos seus serviços e de que, portanto, “eu dou conta” (sentimento observado nos enfermeiros). Além disso, havia falta de percepção dos limites, das capacidades físicas e emocionais, e da autoimagem corporal, que aliada ao sentimento descrito poderia contribuir com a sobrecarga de trabalho.

De um modo geral, a partir da análise individual de cada desenho da figura humana, Serafim (2008) compreendeu que:

Os participantes saíram de uma posição defensiva com características narcísicas (demonstrada pelos traços agressivos e regredidos, como também pelo sentimento de necessidade de aprovação, dependência e de medo) em direção a integração de si mesmo e reconhecimento do outro em sua vida (visto através da melhoria da auto-imagem). (p.34)

Os depoimentos também revelaram o amadurecimento emocional dos integrantes, conseguindo dimensionar ganhos obtidos, o que segundo a autora denota uma redução nas defesas narcísicas demonstradas na primeira avaliação da figura humana.

Serafim (2008) teceu considerações acerca do papel do facilitador diante desse tipo de intervenção, observando o quanto é necessário estar atento à demanda do grupo e à individual a cada sessão, tendo criatividade para compor as atividades e adaptá-las ao espaço e ao contexto grupal. Concebe que o coordenador tem influência no desenvolvimento do grupo.

Ante todas as análises e seus respectivos resultados, Serafim (2008) concluiu que o GM representou uma ferramenta importante no cuidado dos enfermeiros, promovendo mudanças psíquicas significativas, bem como ajudando a reduzir os sinais de *stress*, evidenciando “um movimento saudável em direção ao amadurecimento emocional e a mudanças de comportamentos em relação aos fatores estressantes” (p. 35).

Nesse sentido, consideramos que a proposta dessa monografia alcançou efeito terapêutico, no sentido de despertar a autopercepção nos enfermeiros, amenizando as defesas narcísicas que correspondiam à crença de que tudo podiam e de que não precisavam de ajuda. Quanto a esse ponto, entraram em contato com suas reais necessidades físicas e emocionais, contribuindo, assim, com o amadurecimento emocional. Proporcionou também efeito pedagógico, por ajudá-los a adotar outro olhar e postura diante da profissão, uma vez que assimilaram que o *stress* era um padrão inerente ao trabalho que exerciam. Tal consideração pode ser ilustrada nas seguintes palavras de Serafim (2008):

Os participantes não viam possibilidade de sair desta condição de saúde, pois esta condição é aceitável para a equipe de enfermagem, sendo constantemente alimentada pela rotina de trabalho com plantões seguidos, poucos cuidados com a saúde global (alimentação, sono e outros) e pouco contato social, incluindo a família. Contudo, o Grupo de Movimento mostrou-se efetivo em direção ao envolvimento dos profissionais, na construção de sentidos psíquicos aos exercícios corporais propostos, na atribuição de significado no processo de integração do próprio corpo físico e emocional, dissolvendo as resistências e diminuindo o sinal de estresse. (p. 35)

Os efeitos preventivos se fizeram presentes no desenvolvimento da percepção interna de si e do ambiente, o que pôde fornecer condições para cada profissional modificar e reduzir o estado de *stress* oriundo dos conteúdos internos e externos.

O aspecto social fora percebido nesse estudo na mudança de relação entre os integrantes do grupo, que construíram uma relação de amizade e parceria, ao mesmo tempo em que passaram a olhar para outras relações, mais especificamente profissionais e no relacionamento com os cônjuges, conforme alguns relatos de sessões manifestados pelos integrantes.

Ademais, entendemos que apesar do pouco tempo para realização da pesquisa, o que nos deixa dúvidas quanto à efetivação ou duração dos resultados, uma vez que estamos falando de padrões de comportamentos consideravelmente engessados se pensarmos em termos de couraça, o estudo traz contribuições significativas quanto ao método utilizado na investigação. Percebemos o quanto a autora foi minuciosa e preocupada com o rigor metodológico, aliando as análises qualitativas às avaliações quantitativas, o que fornece maior confiabilidade científica.

2.3 Artigos científicos

No quesito artigos científicos, iremos analisar os trabalhos encontrados em sites científicos e revistas da abordagem corporal. Seguiremos os critérios estipulados em nosso método, apresentando, pela ordem do ano de publicação, os objetivos do estudo; o perfil do profissional; as características do público alvo, incluindo número de participantes, idade, sexo e nível socioeconômico; os procedimentos usados para a coleta de dados; a avaliação dos resultados; o local das atividades; o número de sessões; a duração de cada encontro; a frequência; as atividades trabalhadas; as observações antes e depois do grupo; e as conclusões, desde que disponibilizados no material em análise.

Iniciemos com o artigo de Favre (2001)²⁰, *Pesquisando a aplicabilidade do método Grupo de Movimento Somático Existencial a um pequeno grupo de pacientes psicóticos do hospital-dia da Faculdade Paulista de Medicina* (apêndice G: artigo 01, p.205), que teve como objetivo a discussão acerca da teoria e do método kelemaniano e de como é possível abarcá-lo em uma dinâmica grupal.

Para tanto, a autora relatou com riqueza de detalhes os dez encontros com duração de uma hora de um Grupo de Movimento Somático-Existencial, realizados no segundo semestre do ano de 2000 com pacientes psicóticos do Hospital-Dia da Faculdade Paulista de Medicina e constituído por um pequeno grupo de quatro a seis pessoas. Ela não nos deixa claro a frequência, mas nos informa que acontecia às quartas-feiras, a fim de criar um espaço para aqueles pacientes conversarem “no presente sobre como são e como às vezes temem ser – mostrando/fazendo/falando sobre seus sofrimentos, estranhas emoções e sensações físicas...” (p. 74).

O trabalho apresentado difere um pouco dos demais, embora os objetivos sejam os mesmos, pois sua base teórica e metodológica pauta-se pela Psicologia de Stanley Keleman, na Esquizoanálise de Deleuze e Guattari, na Neurociência e na teoria do desenvolvimento e vínculos de Daniel Stern e John Bowlby. Busca recursos nas técnicas de dança-teatro de Pina Bausch, no Método Feldenkrais, na Eutonia e na

²⁰ Seu perfil profissional foi apresentado em nossa introdução.

Multiplicação de Cenas de Pavlovski e Kesselman. Mantém, portanto, o mesmo padrão eclético de um Grupo de Movimento.

Nas descrições dos grupos, Favre (2001) não faz menção do uso de música, todo o trabalho é sustentado pela “prática do corpar” de Keleman, já descrito em nossa introdução, mas a partir dos seguintes passos:

- o primeiro é reconhecer como estamos corpados em determinada situação, nossa postura-pose imediata e seus sentimentos/estados mentais;
- o segundo é reconhecer como fazemos isso muscularmente; mantendo nosso organismo definido pelas superfícies musculares, distinguimos uma forma emocional;
- no terceiro passo, dispersamos essa forma emocional - aos passos dois e três chamamos de sanfona;
- conter e dar suporte ao pulso cheio e a seus conteúdos emocionais incuba uma expressão emocional interna - este é o quarto passo;
- expressões únicas emergem desse oceano somático - quinto passo. (p. 72)

Nesse grupo, ela coordenou a maioria dos encontros, contando com o suporte técnico de Denise Freschet, assistente social e terapeuta somático- existencial, a qual Favre (2001) chamou de interlocutora, acompanhando, participando e colaborando em todos os momentos, inclusive como facilitadora em três deles.

Quanto ao papel do coordenador, ela esmiúça várias atribuições que cabem a ele exercer e explica que ele é aquele que vê, buscando maneiras de dizer o que vê, para que os participantes experimentem as formas, sensações, sentimentos e comportamentos percebidos no decorrer de cada sessão.

Trabalhou-se, então, com muitas consignas, imitação e multiplicação de formas, além de sempre buscar retomar a sessão anterior, como uma forma de revivê-lo, de ir corporificando todo o processo.

Podemos compreender um pouco melhor como tal dinâmica ocorre nos relatos feitos de cada encontro a partir das anotações de Freschet.

O primeiro iniciou com cinco participantes, dois homens e três mulheres. Favre (2001) introduziu explicando a relação entre mente e corpo, o quanto o corpo traz em suas formas o que somos. Daí, pergunta ao grupo como eles a veem a partir de suas formas corporais. Pelas respostas dadas, começa a desenrolar uma série de posturas corporais que representassem sentimentos levantados pelos participantes, como timidez, por exemplo. A coordenadora foi posicionando seu próprio corpo com base

nas descrições que os integrantes relatavam, ao mesmo tempo em que a imitavam, pensando a posição das pernas, o olhar e tudo que podia caracterizar o sentimento. Eles eram estimulados a repetirem e imitarem os movimentos como forma de experienciarem cada uma das diferentes maneiras de se colocar. Com uma consigna, surgem os alongamentos, o espreguiçar, procurando registrar cada movimento e passando deste para outro, até que chegaram nos batimentos do coração e assim fecharam o trabalho.

Do segundo encontro, quatro participantes fizeram parte, dois homens e duas mulheres. Relembaram a sessão anterior e, a partir das expressões verbais trazidas por eles, oriundas da experiência passada, começaram focando os exercícios para as pernas, a respiração, seguindo para os braços, dando significados emocionais e comportamentais a cada parte trabalhada. Por exemplo, uma das integrantes percebeu que, quando parada, defendia-se colocando seu pé direito na frente. Nesse dia, Favre (2001) observou que “o grupo começa a aparecer como multiplicador, sustentando cumplicidade, mostrando e ensinando jeitos” (p. 77).

Retomando o trabalho anterior, a terceira sessão teve como foco exercícios voltados para sentimentos de proteção, em função de algumas associações feitas por alguns participantes. Com quatro pessoas, dois homens e duas mulheres dividiram-se em duplas e vivenciaram formas de protetor e protegido. A dinâmica foi mobilizadora, fizeram contato com sentimentos de tristeza e vazio. As consignas dadas por Favre (2001) os ajudavam na auto-organização e na sustentação da experiência, resgatando o que haviam aprendido durante as semanas anteriores.

Com um homem e duas mulheres, retomaram o último grupo e deram início ao quarto encontro, conduzido pelo relato de uma das participantes, que se emocionou ao associar a vivência passada com uma situação ocorrida em seu cotidiano. Daí, procuraram trabalhar a respiração na parte do corpo que eles consideravam mais forte, o que os levou a entrarem em contato também com seus membros frágeis. Percebendo as pernas como tal, focalizaram nelas as atividades, em que todos os movimentos eram imitados pelos participantes e convidados a experimentarem novos modos de fazê-lo. Encerraram sentindo-se mais leves e soltos, percebendo jeitos diferentes de andar, ver e sentir.

Um homem e três mulheres fizeram parte dessa quinta sessão. Em razão da entrada de novos participantes, uma integrante dos encontros passados apresentou o grupo a eles como um lugar de apoio, ajuda e aprendizado. Resgataram o trabalho anterior, o que desencadeou uma discussão sobre os diferentes tipos de olhar, os quais foram sendo explorados no próprio corpo, repercutindo em imitações, em outros movimentos. Inicialmente, eram apenas imaginados, como idealizar o que se faz ao se levantar, as articulações e cada parte do corpo utilizada. A partir destas, novas descobertas iam acontecendo. Da prática corporal, percebiam características pessoais refletidas corporalmente, conectando com sua própria história de vida. Favre então intervinha com perguntas ou consignas, estimulando a pessoa a experimentar o corpo de outra maneira, bem como solicitava ao grupo que a ajudasse a perceber ou a fazer outras leituras de si mesma.

O sexto GM foi coordenado por Freschet e contou com a presença de quatro pessoas, duas mulheres e dois homens. Ao retomarem o grupo anterior, a facilitadora sentiu uma certa afetividade entre eles, o que a levou a trabalhar tal tema, procurando encontrar a forma afetiva de cada um. Inicialmente, por meio da imitação, a prática foi individual; em seguida, formaram duplas de forma que experimentassem o receber e o dar afeto. O fechamento se deu com o compartilhamento do que sentiram.

Na sétima vivência, também constituída por dois homens, duas mulheres e ministrada por Freschet, resgataram a atividade anterior, durante a qual uma atitude de um dos integrantes fez emergir a necessidade de trabalhar proximidade e distância, organizando formas corporais que ora dissessem não, ora sim. Depois do trabalho individual, seguiram em duplas, prestando atenção à respiração e utilizando os braços para aumentar ou diminuir o contato. Fecharam andando pelo espaço, reconhecendo os efeitos do que foi feito no dia.

O oitavo encontro se deu com Freschet intermediando cinco mulheres e um homem. Relembaram a sessão passada e alguns integrantes deram *feedbacks* de como estavam se sentindo. Uma delas falou de sua segurança ao andar no metrô, e outro, da dificuldade em se conter. Iniciaram fazendo contato com as pernas, buscando jeitos de ficarem firmes nelas, perceberem padrões corporais comuns e daí explorarem

outras formas. Por conseguinte, foram ampliando a consciência da postura habitual e de como ficavam quando experimentavam uma nova, como flexibilizando alguns movimentos, dando mais atenção à respiração, por exemplo. As dinâmicas foram mobilizadoras, produzindo comentários positivos dos participantes, atinentes à consciência do corpo, aos sentimentos e às possibilidades de lidarem com as dificuldades emocionais.

Na penúltima sessão, Favre reassume o grupo e iniciam com cinco mulheres e um homem. Uma delas pede para ler uma poesia que falava do sofrimento de não ser compreendido, levantando assim conversas sobre os sofrimentos de cada um. Deu-se atenção à demanda de uma participante, propondo a ela perceber o seu corpo por meio de toques dos colegas, incluindo de Favre, a fim de ajudá-la na autoimagem corporal. Depois da experiência, o foco foi a respiração, e em seguida a facilitadora atendeu ao sofrimento de mais duas integrantes, sempre com a ajuda do grupo, que imitou a expressão que representava o conflito por elas verbalizado e manifestado no corpo. Concluíram com o compartilhamento, em que todos revelaram se sentirem aliviados em poder dividir o que os angustiam.

Durante o décimo e último encontro, lembraram os momentos do nono grupo com cinco mulheres e um homem. Uma das integrantes não se sentia muito bem, fazendo com que Favre desse a ela uma atenção especial, o que deu origem ao tema do dia: como cada um fazia para chamar atenção. A facilitadora propôs que cada um sentasse em uma cadeira no meio da roda para falar e expressar corporalmente o que faziam para chamar atenção, momento em que todos deveriam repetir o movimento feito pelo protagonista. A cada mobilização, uma intervenção grupal era sugerida por Favre no sentido de dar suporte e acolhimento àquele que se sentia mobilizado. O encerramento aconteceu com todos em círculo embalando-se como bebês; ora um experimentava ser acolhido, ora assumia o outro lado, o de acolher, aninhando quem no centro ficasse.

Dessa forma, Favre (2001) concluiu seu escrito, não elencando diretamente os resultados observados, todavia pudemos perceber pelas descrições minuciosas que à medida que os participantes iam fazendo associações entre o sentir e as formas corporais, uma ampliação no modo de estar nas relações foi ocorrendo, surgindo

cumplicidade no grupo, maior dimensão do outro, efeitos de vitalidade e contato com os sentimentos por meio da percepção de como se coloca o corpo no espaço, de que forma o utiliza para expressar o que sente, bem como o que os fazia sentir mais segurança e melhor aceitação, conseguindo até mesmo trabalhar mais limites ao outro.

Observamos no trabalho de Favre (2001) uma mudança na sua proposta inicial de GM para a atual. Embora o trabalho também seja voltado para o aqui e agora, o resgate das sessões anteriores parece funcionar como organizadora, ao mesmo tempo em que traz o tema para o dia, em virtude das associações que os participantes fazem, comentando o que ficou registrado. Desse modo, as intervenções sob as couraças seguem outro fluxo, priorizando a demanda do grupo ou de um dos participantes.

O segundo artigo diz respeito a uma pesquisa realizada por Marius Nickel et al. (2006), grupo de profissionais atuantes na Clínica de Medicina Psicossomática (Alemanha), no ambulatório da clínica de medicina psicossomática da Universidade LMU em Munique (Alemanha), na seção de medicina psicossomática da Universidade de Regensburg (Alemanha), na clínica universitária de psiquiatria e no ambulatório de aconselhamento terapêutico familiar (Áustria).

O estudo, intitulado *Bioenergetic exercises in inpatient treatment of Turkish immigrants with chronic somatoform disorders: A randomized, controlled study* (apêndice G: artigo 02, p.205), objetivou verificar se os exercícios de Análise Bioenergética refletiam nos resultados do tratamento psicoterapêutico em pacientes imigrantes turcos com desordens somatoformes crônicas.

Para tanto trabalhou-se com 128 integrantes que concordaram em participar da pesquisa. Formaram-se dois grupos aleatoriamente com 64 participantes cada um. O grupo controle foi composto por 46 mulheres e 18 homens, e o grupo de análise bioenergética ficou com 44 pessoas do sexo feminino e 20 do masculino, todos com idades a partir de 18 anos. Desse total nove pessoas terminaram a psicoterapia prematuramente, sendo quatro do grupo de análise bioenergética e cinco do grupo controle. A maioria desses imigrantes foi para a Alemanha ou a Áustria por iniciativa

própria (sozinhos ou com cônjuge) e outros como membros da família, com casamento arranjado, por exemplo. No grupo de análise bioenergética 50 pacientes estavam empregados e 14 eram donas de casa; no grupo controle havia 48 empregados e 16 donas de casa.

O estudo foi realizado no Inntalklinik, um hospital alemão especializado em psicossomática, onde 15% dos seus pacientes eram imigrantes turcos. Todos os participantes estavam internados e submeteram-se à pesquisa, que teve duração de seis semanas. Nesse período 58 internados do grupo de análise bioenergética e 60 do grupo controle receberam cuidados psicofarmacoterapêuticos. Ambos os grupos tinham duas sessões semanais de psicoterapia individual e cinco sessões de grupo, sendo dois encontros semanais na abordagem da gestalt-terapia, dois encontros de terapia comportamental e uma sessão de terapia social. Nelas havia psicoterapeutas alemães e turcos.

Além de todo esse acompanhamento, o grupo de exercícios bioenergéticos reunia-se por duas vezes na semana, durante 60 minutos cada sessão, para a prática de exercícios de bioenergética básica, atividades de expressão, exercícios de fixação dos limites, vocais, respiratórios, de movimentos corporais, percepção interna e externa, expressão da agressão e *grounding*. De acordo com os autores, a terapia foi padronizada e realizada por terapeutas treinados no método.

No grupo controle, foram conduzidos exercícios de ginástica, também duas vezes por semana, durante 60 minutos cada encontro, sem intervenções psicoterapêuticas, com o mesmo terapeuta que conduzia o grupo de exercícios de bioenergética.

Na coleta dos dados, foram utilizados dois testes: SCL-90-R e STAXI. O primeiro refere-se a uma lista de sintomas medidos subjetivamente por meio de um autorrelato a partir de 90 itens relacionados aos sintomas físicos e mentais ocorridos. Esse instrumento forneceu em nove escalas uma visão geral do sintoma mental da pessoa, sendo: somatização, obsessão, insegurança nas relações sociais, tendências depressivas, ansiedade, agressividade, hostilidade, ansiedade fóbica, pensamento paranoico e psicose. O segundo (STAXI), constituído por 44 itens que compõem cinco tabelas que registraram variáveis correlacionadas à raiva e à expressão de raiva,

descritas por Nickel et al. (2006) como: 1. estado subjetivo da raiva durante medição; 2. vontade de reagir à raiva. 3. tendência a suprimir a raiva; 4. tendência a direcionar a raiva para o ambiente e 5. tendência ao controle da raiva.

Na admissão dos participantes para a realização da pesquisa, ambos os grupos apresentaram uma média de pontos fortemente elevadas nas escalas SCL-90-R e valores altos em todas as escalas do STAXI, com exceção da tendência ao controle da raiva. Para obtenção dos resultados, eles foram comparados em função dos seus dados sociodemográficos, comorbidade e mensuração inicial com SCL-90-R e STAXI.

Na análise dos dados, os pesquisadores usaram o programa estatístico SPSS, versão 11 (SPSS Chicago, IL, USA).

Com base nos testes aplicados e nas análises estatísticas, os autores verificaram que a intervenção da bioenergética resultou em uma mudança significativamente maior do que a dos exercícios de ginástica. Observaram melhora nos sintomas de somatização, insegurança social, depressão, ansiedade e hostilidade; redução no nível da raiva e a supressão desta; e concomitantemente aumento da expressão espontânea emocional. Eles não encontraram diferenças essenciais entre os homens e mulheres.

Todavia, observamos de acordo com as tabelas por eles apresentadas que o grupo controle também apresentou mudanças comparadas à avaliação inicial, porém em porcentagem menor que a do grupo de exercícios de bioenergética. Podemos compreender que tais resultados são oriundos também do tratamento a que todos os pacientes estavam submetidos durante a internação, conforme mencionamos anteriormente. Assim, esse artigo fornece um parâmetro tanto para as intervenções as quais ele se propôs a investigar quanto para o tratamento realizado pelo hospital voltado aos imigrantes turcos.

Os pesquisadores reconhecem que os resultados foram alcançados também por levarem em consideração a língua materna dos participantes, dado que todos os tratamentos foram liderados por terapeutas turcos e alemães. Nesse sentido, acreditam que a inclusão da psicoterapia orientada ao corpo auxilia na superação da barreira imposta pela língua e pelas diferenças culturais e de classe, visto que se refere a uma terapia que respeita os estilos de comunicação mediados culturalmente.

Nickel et al. (2006) admitem limitações no método. A primeira, segundo eles, diz respeito ao fato de terem trabalhado apenas com os pacientes internados, o que pode revelar uma população mais aberta e acessível para tal; a segunda concerne aos testes utilizados que foram de autorrelato, cuja validação e confiabilidade ainda não estão completos; e a terceira vincula-se ao fato de que a pesquisa deveria refutar os resultados e investigar por quanto tempo eles durariam.

Contudo, os estudiosos concluíram que os exercícios de bioenergética aliados aos outros tratamentos dirigidos aos pacientes imigrantes turcos podem afetar significativamente os resultados, contribuindo não apenas com os sintomas somatizantes, como também com os traços psicopatológicos. Consideramos, portanto, que os efeitos presentes no estudo foram terapêuticos. Não temos dados que nos levem a pensar nos aspectos educacionais.

Ante o exposto, temos um artigo que denota um rigor metodológico mais consistente, o qual considera as limitações do método, porém avalia as diversas variáveis que contribuíram para os resultados alcançados, além das análises estatísticas que auxiliaram na verificação dos dados.

O terceiro artigo encontrado, *Psicoterapia grupal de base reichiana e redes sociais: relato de uma experiência de intervenção grupal em uma comunidade popular* (apêndice H: artigo 03, p.206), refere-se ao relato de uma experiência realizada por Marcus Vinicius de A. Câmara (2007). A proposta é fruto de uma pesquisa promovida pelo Centro Universitário Celso Lisboa intitulada "O Grupo como Dispositivo Comunitário: uma pesquisa participante em um conjunto residencial popular na cidade do Rio de Janeiro" (Câmara, 2008, p.151).

Respaldando-se nas teorias da psicologia social comunitária e na obra reichiana, as questões que nortearam a pesquisa foram: "como poderíamos favorecer transformações psicossociais comunitárias e sócio-políticas? Os trabalhos seriam suficientes para que indivíduos e grupos comunitários adquirissem, respectivamente, condições de auto-regulação pessoal e autogestão social?" (Câmara, 2007, p. 02).

A partir daí a investigação foi conduzida pelos princípios da pesquisa participante, mas especificamente pela pesquisação que, de acordo com Câmara (2007):

...é um tipo de pesquisa participante centrada na ação social. A presente pesquisação foi constituída das seguintes etapas: a) formulação do projeto; b) diagnóstico (equipe de pesquisa e FOMC - Fórum de Organizações de Moradores da Cruzada); c) análise crítica (rodas de conversa); d) plano de ação comunitária (práticas grupais) e *feedbacks* (devolução da conclusão da pesquisa aos pesquisadores). (p.02)

O recurso metodológico para avaliação dos dados individuais e grupais foi o de Análise do Conteúdo, enquadrando as expressões verbais e corporais em cinco categorias psicossociais: afetividade, atividade, consciência social, identidade e representação social (Câmara, 2007).

Inicialmente realizaram um levantamento sociodemográfico com todos os moradores da comunidade, totalizando 2.790 pessoas, distribuídas em dez blocos formados em seu conjunto por 952 apartamentos.

A convocação das participantes deu-se pelo contato da equipe de pesquisa com a Associação de Moradores, igreja católica, escola municipal e por representantes da comunidade.

A partir desses encontros denominados “Rodas de Conversa”, ocorridos no período de março a agosto de 2001, formaram-se dois grupos: um grupo de adolescentes facilitado por Marcos Antônio Nascimento e um grupo de senhoras, coordenado pelo autor e por Claudia Camargo.

O primeiro foi desenvolvido durante quatro meses, seguindo a técnica de Oficina, em que, por meio de jogos, música e movimentação corporal, se desenrolaram temas de interesse dos participantes, como drogas, sexualidade, corpo, violência, relação entre gêneros, preconceito (Câmara, 2007).

Tendo em vista que o autor não elucida intervenções psicorporais reichianas e/ou neorreichianas, não nos deteremos em descrever tal proposta.

O segundo refere-se a um grupo formado por 18 mulheres – tendo 12 senhoras participado efetivamente –, com faixa etária entre 54 e 80 anos, moradoras do Conjunto Residencial Cruzada São Sebastião, comunidade popular conhecida como

Cruzada, localizada na cidade do Rio de Janeiro, entre os bairros de Ipanema e Leblon. O trabalho ocorreu durante os anos de 2001 a 2003, com duração de três horas cada encontro semanal.

O processo foi dividido em três etapas, cada qual, dado o estágio de desenvolvimento do grupo, recebeu denominações diferentes: a primeira foi categorizada como psicoterapia corporal no grupo; a segunda passou para psicoterapia corporal de grupo; e a última efetivou-se como uma psicoterapia corporal em grupo.

A psicoterapia corporal no grupo, assim intitulada, caracterizava-se nesse primeiro momento como uma reunião de pessoas, e não como um grupo, cujo espaço era aberto para as verbalizações daquelas senhoras. Paulatinamente o trabalho corporal foi sendo introduzido, seguindo a ordem segmentária sugerida por Reich, ou seja, focalizou o sentido cefalocaudal. Quanto a esse aspecto, Câmara (2007) comenta que as práticas corporais e as dinâmicas de grupo as estimulavam a contar suas histórias e expressar os sentimentos. Essa etapa do trabalho se deu em onze encontros, com início em 15/09/2001 e término em 01/12/2001.

Inicialmente observou-se rigidez corporal, marcada por muito trabalho e poucas brincadeiras na tenra idade. Gradualmente a flexibilidade e a alegria foram surgindo no grupo, tornando as participantes mais potencializadas.

Doze encontros entre 04/04/2002 e 27/06/2002 marcaram a segunda fase, categorizada como psicoterapia corporal de grupo, visto que um corpo grupal começou a aparecer. Nessa etapa, os encontros eram temáticos, ocorria a escolha de um tema que fosse pertinente às participantes. As práticas corporais se davam a partir desse tema, cuja elaboração dos conteúdos afetivos era feita verbalmente. A partir daí, o espaço se tornou um lugar de diversão, integração, acolhimento, pertencimento e um recurso para aliviar as tensões. Câmara (2008) reconheceu que à medida que o grupo foi ganhando mais autonomia, o papel dos coordenadores do grupo era de proporcionar a integração entre o pensar, o sentir e o agir, potencializando novas maneiras de existir.

A terceira etapa, com duração de um ano entre agosto/2002 e agosto/2003, configurou-se como uma psicoterapia corporal em grupo, visto que uma coesão entre todos os envolvidos passou a fazer parte do trabalho. Segundo o autor, quando deixou

de existir a separação entre participantes e coordenadores, um grupo realmente passou a existir. Os encontros foram pautados pela técnica de Oficina, em que juntas elas decidiram confeccionar uma colcha de retalhos como projeto comum. Para tanto, todas se mobilizaram em trazer os materiais necessários de casa. Para Câmara (2008), toda essa produção representou a solidificação do grupo e o sentimento de pertencer a ele, gerando nas senhoras a autonomia e independência que as levaram a buscar soluções e melhores condições para a própria comunidade.

Câmara (2007) avalia as mudanças e as características observadas em cada uma das participantes. A partir das formulações de Pichon-Rivière, analisa o percurso do grupo, entendendo que a primeira etapa correspondeu à fase de pré-tarefa, na qual o foco dos pesquisadores foi o indivíduo, tendo em vista que dentro do contexto cada uma estava mais voltada para si do que para o grupo; a segunda foi equivalente à fase de tarefa, em que a atenção era voltada ao grupo como um todo, e não às suas partes; e a terceira correlacionou-se à fase de projeto, em que todas as participantes e os pesquisadores formaram uma unidade grupal.

Sem nos determos no percurso de cada integrante, tal como fez o autor, em linhas gerais, Câmara (2007) observou que as senhoras expressavam-se de outra forma, percebida na maneira de se vestir e nos gestos. Houve aumento de criticidade política, elas passaram a frequentar outros locais e a aprofundar o contato com outros membros da comunidade. Quanto aos limites dessa prática terapêutica grupal, Câmara (2008) aponta para “o fato de que seus membros não agiam em conjunto em suas ações na Cruzada. Estas eram sempre individuais ou em subgrupos de três ou quatro membros” (p.154).

Em face do exposto, deparamo-nos com uma intervenção clínica-social, que o autor classificou como psicoterapia grupal, tendo as práticas corporais reichianas aliadas à proposta. Não se trata, portanto, de um Grupo de Movimento, mas este foi utilizado como um recurso dentro da psicoterapia grupal.

Compreendemos, ainda, que a proposta do artigo refere-se a uma reflexão teórica acerca das contribuições reichianas para a produção da subjetividade, utilizando a experiência com o grupo descrito como base de sustentação para tal discussão.

Tendo em vista os resultados alcançados, consideramos que os efeitos emergidos das senhoras daquela comunidade foram terapêutico, pedagógico, social e até mesmo preventivo, uma vez que elas perceberam no grupo a possibilidade de aliviar as tensões do dia a dia e um espaço de acolhimento, o que nos leva a entendê-los como elementos capazes de amenizar os sofrimentos físicos e emocionais compatíveis com a faixa etária.

Encontramos um artigo voltado para grupos com transtornos somatizantes escrito por Maria Eugênia Moneta (2001), professora assistente de Psiquiatria da Universidade do Chile. Ele traz contribuições de trabalhos corporais focados estritamente às pessoas que apresentavam um quadro de transtornos somatoformes e transtornos de pânico. Ela não classifica seu trabalho como Grupo de Movimento, tampouco faz menção à obra reichiana, mas apresenta uma proposta que denomina como *"Psicoterapia centrada en el cuerpo y el movimiento: Aplicacion en el tratamiento de somatizaciones y transtornos de panico"*.

Embora sua análise não seja aqui realizada por não se enquadrar nos critérios estipulados por esta pesquisa, achamos interessante mencioná-lo, chamando a atenção sobre o uso do termo Movimento. Considerando as formulações que abarcamos na introdução deste estudo, podemos conceber que a experiência apresentada no artigo tende a se aproximar dos objetivos de um Grupo de Movimento, apesar de seguir uma outra fundamentação teórica. Surge novamente uma inquietação quanto ao uso de um conceito tão abrangente para definir um trabalho específico.

2.4 Resumos

Neste tópico, apresentaremos resumos de experiências de profissionais que possuem o Grupo de Movimento como aliado à atividade clínica ou institucional. A maioria foi encontrada em publicações *on-line*, alguns deles se referindo a trabalhos expostos em congressos e em revistas de institutos voltadas à Psicoterapia Corporal.

Cabe ressaltar que não se trata de artigos científicos. Portanto, há poucos dados explicitados, deixando faltar alguns daqueles citados no método desta pesquisa. Consequentemente, procuraremos seguir a ordem que estabelecemos anteriormente dentro do que for possível a partir de cada texto.

Iniciemos com a exposição da psicóloga e especialista em Análise Bioenergética, Gleice Corradini (2000), que, em "*Grupos de Movimento com crianças: relato de uma experiência*" (apêndice I: resumo 01, p. 207), apresenta a experiência desenvolvida com o intuito de atender à demanda de crianças que buscavam atendimento clínico. A busca abrangia desde problemas de socialização, hiperatividade, *deficit* de atenção até enurese noturna.

Formava-se o grupo com uma média de quatro a cinco crianças, com faixas etárias diversas, observando-se que entre os sete e doze anos já era possível perceber sinais de bloqueios energéticos. A autora não menciona o sexo nem o nível socioeconômico delas.

A ideia surgiu a partir dos encaminhamentos vindos dos pais e de outros profissionais ligados às crianças que já haviam passado por algum trabalho de psicoterapia, mais especificamente a ludoterapia, aos quais apresentavam desmotivação e resistência.

A formação do grupo compreendia uma anamnese individual com os pais e um contato individual com as crianças, momento em que se avaliava a demanda para grupo ou outra forma de atendimento.

Os encontros ocorriam no próprio consultório e duravam em média uma hora, sendo estendidos quando as atividades se davam em espaço aberto, como numa piscina. A frequência dos encontros não foi mencionada.

Inicialmente o trabalho grupal partia do interesse da criança, dos seus jogos e brincadeiras favoritas, como forma de trabalhar as defesas e motivá-la a estar ali. Não se obrigava a fazer o que não queriam, procurando favorecer a autopercepção dos próprios limites.

As dinâmicas eram constituídas por exploração espacial, incluindo o uso dos recursos que o espaço dispunha, tais como: bolas terapêuticas, trampolim, tintas, papéis, banco energético, colchões e outros. Os exercícios respiratórios e posturais, entre eles o *grounding*, eram trabalhados a cada encontro. A expressividade emocional era vivenciada por meio da criação de histórias que por meio dos personagens exploravam os sentimentos de medo, raiva, alegria, tristeza. A escolha musical se dava a partir da realidade das crianças, procurando ritmos e letras alegres. No término de cada sessão, fazia-se o relaxamento.

O verbal e o individual eram fatores secundários no grupo. Os exercícios eram mantidos num certo limite de intensidade para não desencadear um processo catártico nas crianças.

Durante o processo, os pais eram chamados para receberem orientações ou se necessário, encaminhamentos a outros profissionais, bem como convidados a participarem de um grupo tal como o das crianças, como forma de se envolverem com a proposta.

Entre os cinco e seis meses de grupo, a autora observou melhora na socialização e na aptidão de algumas crianças para irem em busca do que lhes faziam felizes, em virtude da segurança que iam adquirindo por meio do contato com seu próprio corpo.

Contudo, Corradini (2000) reconhece também que:

a criança tem uma economia energética mais saudável e flexível, independente do peso que seus "sintomas" tenham para si ou para o meio. Isto é, de alguma forma e em algum momento, ocorre uma descarga, suas emoções aparecem, não existem ainda bloqueios tão potentes que a enrijecem definitivamente em seus relacionamentos. O material recalcado no inconsciente ainda não bloqueia totalmente a auto-percepção e a criança ainda mostra muitos sinais de sua graça e vitalidade que precisam ser valorizados no processo terapêutico, diferentemente do que acontece no meio social. (p. 5)

A partir dessa consideração, podemos entender que a faixa etária é também uma variável que contribui para o alcance dos resultados do Grupo de Movimento com

crianças, todavia, ele não deixa de ser uma estratégia de afirmação para o expressar espontâneo do infante.

Temos com tal experiência o alcance dos efeitos terapêuticos, preventivos e sociais. O aspecto educacional se dá na atenção ao corpo, ajudando a criança a não se distanciar da corporalidade intrínseca a ela.

O segundo resumo, do psicólogo e psicoterapeuta corporal Ademir Biotto (2004), expõe sua experiência com GM em pacientes psiquiátricos, desenvolvida desde 1999 (apêndice I: resumo 02, p.207). O objetivo do trabalho era ajudá-los a entrar em contato consigo por meio das vivências corporais grupais, contribuindo, segundo o autor, com o “processo de contenção da crise e despertar para a conscientização de suas reais possibilidades, além de trabalhar a aceitação da doença e da importância do tratamento” (p. 1).

Trata-se de pacientes com alto poder aquisitivo, dependentes químicos e em crise psicótica, que são internados por aproximadamente 15 dias para conter as crises e então retornar à sociedade. Os encontros ocorriam diariamente, durante uma hora e trinta minutos, sendo a primeira atividade do dia, o que nos faz supor que os grupos se davam em 15 sessões. No relato não havia descrições acerca do número de participantes, idade e sexo, tampouco sobre os métodos usados para a coleta de dados. As atividades eram realizadas no próprio espaço da clínica Conviver, instituição particular voltada para o atendimento de tal população.

As atividades corporais eram compostas por alongamentos, exercícios de espreguiçamento, de expressividade, *grounding*, troca de toques e massagens, o que, segundo o autor, ajudou a fortalecer o vínculo entre eles e despertar uma afetividade que possibilitava a entrega e a confiança no outro. Buscaram-se exercícios que geravam pulsação e vibração corporal, a fim de promover o contato com um corpo vivo, com sua saúde, com a energia presente nele.

O enfoque do trabalho era desmistificar o rótulo dado pela doença e resgatar a pessoa, entendendo-se que o que eles vivem é um estado e não um ser, “uma condição de vida”. O psicólogo compreendeu que a falta de suporte familiar dificultava o prognóstico, porém, durante o período de internação, ele observava uma alteração nesse quadro.

Contudo, Biotto (2004) percebeu que, com essa proposta, ocorria:

- Organização do pensamento e sentimento - relato dos pacientes;
- Alívio das tensões corporais e emocionais;
- Reparação das emoções;
- Despertar da auto-estima;
- Facilita o relaxamento - melhora o ritmo do sono;
- Sensação de maior estruturação egóica e vitalidade;
- Abertura para o lúdico;
- Sensibilização e aceitação para as emoções que emergem. (p. 3)

Dessa maneira, compreendemos que o GM resultou em um efeito terapêutico e preventivo, no sentido de precaver as crises e assim serem desinternados.

No terceiro resumo, Patrícia Ziani Benites (2004), também com o objetivo de prevenir crises, resgatar a autoestima e a autopercepção, chamou o seu grupo constituído por nove participantes de grupo de convivência (apêndice J: resumo 03, p.208). São mulheres acima de 30 anos, portadoras de sofrimento emocional, com experiências em internações psiquiátricas em função de uma condição psicótica.

No decorrer do resumo, não são explicitados o perfil profissional da autora, os métodos usados para coleta de dados, a avaliação dos resultados, o número de sessões e a frequência.

Temos que o trabalho aconteceu em um Centro Psicossocial de Saúde Mental, em Igrejinha (RS), próximo à Serra Gaúcha, onde as integrantes se reuniam semanalmente por uma hora para praticarem atividades corporais pautadas basicamente pela Análise Bioenergética.

Elas eram iniciadas com *grounding*, seguindo para exercícios que movimentavam todas as partes do corpo e ampliavam a respiração. Faziam-nos ora individualmente, ora coletivamente, tomando cuidado e procurando respeitar o movimento grupal, visando à reintegração da personalidade, sem o intuito de liberar intensamente conteúdos reprimidos que poderiam resultar no desencadeamento de crises.

Inicialmente, as integrantes não toleravam mais de 40 minutos de atividades, bem como a realização dos exercícios. À medida que os encontros foram acontecendo, observaram-se diminuição da resistência e do período de crises, redução na

necessidade de internação, busca de bem-estar pelas participantes, manifestação afetiva, melhora no contato grupal, expressão de emoções, sentimento de força e capacidade para superar os momentos de instabilidade emocional.

Benites (2004) reconhece que a cura é interna, porém faz menção à importância do papel do terapeuta para que os resultados sejam alcançados, considerando o quanto a afetividade, a empatia e o acreditar no processo de cada um podem ser motivadores na busca de mudança.

O quarto resumo, das psicólogas e psicoterapeutas corporais Lisete M. Del Bianco e Walquíria R. R. Miguel (2004), relata a experiência de um ano de trabalho voltado para a capacitação de professores do ensino fundamental e de educação infantil, cujo foco era “possibilitar um melhor autoconhecimento do corpo docente visando à integração da equipe e um melhor relacionamento com o corpo discente” (p. 1) (apêndice J: resumo 04, p. 208).

A intervenção foi dirigida a 34 docentes, sendo 32 mulheres e dois homens com idade média em torno dos 30 anos. O grupo foi desenvolvido na própria escola, e as coordenadoras eram uma psicóloga funcionária da instituição e uma contratada para o desenvolvimento desse trabalho. As autoras não nos dão detalhes de como foi feita a divisão grupal; também não esclarecem se os trabalhos foram divididos em dois grupos em horários diferentes. A frequência e a duração dos encontros não foram registradas.

Inicialmente, aplicaram um questionário sobre o estilo de vida de cada um, visando ao levantamento de dados da população, desde seus interesses até suas necessidades e expectativas. A partir daí, elencaram dez temas abordados durante o processo por meio de dinâmicas e do Grupo de Movimento, sustentado pelos exercícios da Bioenergética – mais especificamente o *grounding* e exercícios expressivos que estabeleciam relação com o tema no momento do encontro –, da Biossíntese e da Educação Somática. Buscou-se trabalhar os anéis reichianos, a respiração e o relaxamento, entre outras dinâmicas de grupo não diretamente ligadas ao GM.

Considerando-se que, na época da publicação do trabalho, o grupo encontrava-se em andamento, os resultados não foram apurados. No entanto, a partir dos depoimentos citados no final do resumo, pudemos hipotetizar a presença, por um lado, de certa resistência por parte de algumas professoras, mas, por outro, de maior

consciência de si e do outro, a experiência estava sendo percebida como uma possibilidade de melhorar a vida familiar, profissional e pessoal.

Esse relato nos aponta a possibilidade do GM na área educacional, procurando pensar a necessidade de se trabalhar os professores com o intuito de criar uma melhor relação entre eles e os alunos, a fim de promover o ensino e a aprendizagem mais significativamente.

No levantamento de material, encontramos o quinto resumo, atinente aos grupos de Análise Bioenergética desenvolvidos por Edson Galvão de França (2004)²¹, psicólogo e psicoterapeuta corporal com formação em Bioenergética e Blossíntese, o que o torna supervisor e *trainer* local em Bioenergética.

Por meio da parceria do seu instituto com o grupo Pão de Açúcar, a proposta tinha como objetivo auxiliar o adolescente na fase de transição entre a vida infantil e a adulta, ajudando-o na construção de uma nova identidade por meio da vida profissional e afetiva²² (apêndice K: resumo 05, p. 209).

Assim, tendo início no ano de 2000, o projeto atendia adolescentes de baixa renda, entre 15 a 18 anos, que passavam o final de semana no instituto participando de *workshops*. Cada encontro compreendia uma média de 60 a 80 adolescentes. Nesses momentos, aplicavam-se os exercícios da Bioenergética, desde *grounding*, alongamentos e trabalhos corporais expressivos até vivências diversas, buscando conectar os adolescentes com seus sonhos e fortalecer a ideia da importância destes para sua escolha profissional, fazendo com que o significado que o trabalho possuía para cada participante partisse daí.

Para tanto, todas as práticas corporais, além de terem uma linguagem adaptada à população, foram construídas de forma dinâmica e ativa, além de seguir os princípios da curva orgástica reichiana.

²¹ Alguns dados aqui colocados são oriundos do relato apresentado no *site* www.centroreichiano.com.br, bem como de anotações pessoais feitas durante a apresentação desse trabalho no X Encontro Paranaense / V Congresso Brasileiro de Psicoterapias Corporais em Curitiba/PR, 2005.

²² Na época, esse trabalho fazia parte de um projeto social do Grupo Pão de Açúcar, voltado para capacitação profissional de adolescentes.

Até a época da publicação do artigo, 2.880 adolescentes já haviam passado por esta vivência. No entanto, o autor não nos apresenta os resultados qualitativos alcançados com o projeto. Contudo, podemos compreender que a iniciativa apresentada abre mais uma possibilidade de trabalho do Grupo de Movimento na área educacional e social, dentro de uma proposta de orientação profissional para adolescentes.

O sexto diz respeito ao trabalho das psicólogas e psicoterapeutas corporais Mara R. Oliveira e Sarita Médici (2004). Voltado para grupos de terceira idade, tinha como objetivo resgatar a autoestima, os vínculos afetivos e o reconhecimento do espaço social ocupados pelos idosos na sociedade (apêndice K: resumo 06, p. 209). Para tanto, buscaram:

1. Proporcionar de forma criativa, lúdica e educativa, condições para conscientização dos bloqueios emocionais e o estabelecimento de uma reorganização dos relacionamentos pelos vínculos afetivos.
2. Sensibilizar para o reconhecimento das tensões.
3. Criar condições para o despertar do corpo e consciência dos comportamentos cristalizados e estereotipados, buscando a motivação das transformações (mudança de padrão).
4. *Grounding*: contato com sentimento, buscando a conexão da segurança emocional e da segurança física. A pessoa que está bem (*grounded*) centrada, se diz que tem os “pés no chão” isto é ela sente a conexão entre seus pés e o chão em que estão apoiados na realidade. (Lowen, 1997, p. 35)
5. Favorecer a prevenção de doenças, estimulando a vitalidade.
6. Facilitar o esclarecimento dos conflitos geracionais: Valores, Crenças e Modismo.
7. Proporcionar situações de convivência entre indivíduos/grupo. (p. 7)

O grupo foi constituído por pessoas com encaminhamentos médicos devido aos comprometimentos físico-orgânicos, como hipertensão, diabetes, problemas cardíacos e até emocionais, como depressão. Ademais, havia pessoas com dificuldade visual e motora significativas.

As autoras não explicitam o nível socioeconômico, o sexo e a idade dos participantes.

O trabalho teve duração de seis meses, sendo dividido em três etapas, cada uma formada por oito encontros. Todavia, quando foram descritos, deu-nos a ideia de que cada fase foi constituída por quatro sessões. Na primeira etapa, o foco foi dado ao contato, à identificação e ao vínculo. No primeiro contato, houve o preenchimento

das fichas de participação, e, nos encontros seguintes, trabalharam-se alongamentos; movimentos espontâneos; exercícios de percepção do padrão respiratório, do grupo e de si no grupo; imposição de limites; como cada um se apresentava corporalmente para o outro e como se percebia; e atividades de apoio, flexibilidade e de conexão energética do grupo, sempre respeitando o seu fluxo.

A segunda etapa foi destinada a reconhecimento e diferenciação, trabalhando respiração com sons individuais, do outro e do coletivo. Nesse momento partia-se de trabalhos em duplas e em seguida grupal, a fim de estimular a percepção do igual e do diferente, tendo como base a própria estrutura, o que desencadeou muitos exercícios para a coluna e para os pés.

A terceira etapa explorou experimentação e autonomia, com dinâmicas que visavam a “construção e integração, planejamento e organização, expressão e individuação, possibilitando ao participante pertencer a si e ao grupo” (Oliveira e Médici, 2004, p. 09).

O trabalho se deu a partir do que elas chamaram de oficinas corporais e reflexões temáticas, fundamentadas pela teoria reichiana e pela análise bioenergética.

O projeto, cujos resultados foram além das expectativas das psicólogas, atendeu no total 80 pessoas, porém eles não foram apresentados com detalhes. O mesmo ocorreu com a divisão do grupo, o local das atividades, a duração de cada encontro e a frequência.

Por meio de relatos dos participantes e das observações das próprias profissionais, elas entenderam que as mudanças foram significativas no comportamento e na distribuição energética dos corpos, ocorrendo melhora nos sintomas físicos e no aspecto geral do humor e da saúde.

A sétima proposta de Grupo de Movimento com idosos refere-se ao trabalho de extensão universitária da Universidade Federal do Espírito Santo em parceria com comunidades da Grande Vitória/ES, desenvolvido pelas alunas Maria Júlia Pereira, Gabriela B. Martins e Patrícia L. Cordeiro (2004), com supervisões semanais da coordenadora do projeto.

O objetivo central do trabalho foi resgatar o potencial humano e a cidadania, abrindo espaço para o relacionamento entre os integrantes, viabilizando a expressão e o compartilhamento de sentimentos (apêndice L: resumo 07, p. 210).

Doze grupos participaram da proposta durante o ano letivo de 2002, cada um composto por oito encontros semanais com duração de duas horas, formado por no máximo dez pessoas acima de 60 anos.

A Análise Bioenergética foi a base teórica que sustentou o trabalho, além de técnicas de relaxamento, exercícios de respiração, expressão emocional e massagens.

Nesse resumo, faltam dados atinentes ao sexo da população, nível socioeconômico, métodos usados para coleta de dados, local das atividades, especificação das atividades trabalhadas e informações sobre o grupo antes de participar da proposta.

Com o término do trabalho, as autoras constataram uma diminuição no número de queixas relacionadas às dores e doenças, bem como de muitos sentimentos negativos, como tristeza, depressão e baixa autoestima, dando lugar a sentimentos positivos como alegria, espontaneidade, criatividade e prazer. Observaram-se mudanças na forma como eles se percebiam, no modo de expressarem suas opiniões às pessoas de seu convívio e no desejo, inclusive, de reivindicar condições favoráveis para a própria qualidade de vida.

No oitavo resumo, a psicóloga Maria Dilma Souza (2004), com o intuito de obter o título de especialista em Gerontologia Social da Universidade Federal do Espírito Santo, procurou em seu trabalho investigar a viabilização do GM como estratégia de intervenção para idosos (apêndice L: resumo 08, p 210).

A técnica foi aplicada em doze grupos no período de um ano. Cada qual compreendia oito encontros semanais, com duração de duas horas. Eram formados por dez pessoas acima de 60 anos nas comunidades periféricas de Vitória/ES.

As atividades foram embasadas nos exercícios da Bioenergética, tais como *grounding*, exercícios de expressão corporal e emocional (contração e expansão), massagens e outros não especificados pela autora, e buscavam, segundo M. D. Souza (2004), “liberar as tensões musculares crônicas” (p. 3).

Tendo como propósito a investigação do Grupo de Movimento como estratégia de intervenção viável para idosos, M. D. Souza (2004) pôde constatar que:

Grupo de Movimento, além de ser um dispositivo de trabalho de baixo custo, é rápido e potente como forma de intervenção, constituindo-se num instrumento grupal adequado também para os idosos, considerando que, grande maioria deles prefere participar de atividades de curta duração e com a possibilidade de se obter resultados rápidos. (p. 2)

Consideramos que para tal afirmação seria necessária uma investigação mais aprofundada, que buscasse explorar como se encontravam os idosos depois que passasse um tempo da realização do grupo.

Outro fator levantado pela autora diz respeito à facilidade de execução dos exercícios da Bioenergética, possibilitando que qualquer pessoa os faça, desde que respeite cada pessoa em sua individualidade.

Ademais, ela observou que o trabalho contribuiu para diminuição da angústia trazida com frequência pela população atendida, fazendo com que os idosos pudessem participar, contribuir e se responsabilizar ativamente pelo seu próprio processo. As dificuldades familiares e sociais foram amenizadas e uma alegria não demonstrada no início do trabalho passou a ser manifestada. A psicóloga considera que a proposta atendeu às expectativas terapêuticas, pedagógicas, sociais e preventivas já descritas por Gama e Rego (1996), embora não revele de que forma foi feita a avaliação.

Cabe ressaltar que toda a preocupação e o olhar da autora para a população idosa foi um motor desencadeador da criação do Projeto de Extensão da Universidade Federal do Espírito Santo, denominado "O Corpo em Movimento: uma abordagem criativa para a terceira idade". Logo, foi desse mesmo curso que se desenvolveu o resumo apresentado anteriormente nesta pesquisa das alunas Pereira, Martins e Cordeiro (2004), sob o título "Grupo de Movimento: Novas perspectivas no trabalho com idosos" (www.centroreichiano.com.br).

Nesse sentido, além das dissertações e relatos já apresentados até o momento, temos mais um curso de extensão universitária, como já visto anteriormente na monografia de Cañizares (2002), cujo foco é a viabilização do trabalho de Grupo de Movimento para idosos, com o propósito de contribuir com a colocação do idoso,

retirando-o do lugar da exclusão social, em que muitas vezes são considerados “problemáticos” para a família e para a previdência social.

O nono resumo, de Ubton Nascimento e Kelsilene França (2004), denomina-se *Mover-se: uma possibilidade de abertura na vida* (apêndice M: resumo 09, p. 211). Trata de uma experiência desenvolvida desde de 1999, num processo contínuo, em que se inicia no começo do ano e se estende até o seu término. O primeiro responsável é psicoterapeuta corporal com formação em Análise Bioenergética e sociopsicodramatista, e a segunda é médica pediatra e *trainee* em Análise Bioenergética.

O propósito foi trabalhar as tensões musculares, a fim de ampliar a percepção corporal, sensações, sentimentos, respiração, vibração, buscando uma vitalidade que pudesse trazer resultados de ações concretas na vida de cada participante.

Embora não tivesse um cunho psicoterapêutico, o grupo acontecia com temas levantados dentro da própria dinâmica grupal de cada encontro semanal, com duração de 90 minutos, composto por oito a doze adultos de ambos os sexos que reuniam na medida em que se interessavam pela proposta.

Dentro de um formato de Grupo de Movimento sustentado pela Bioenergética, a intervenção era complementada por técnicas sociopsicodramáticas, jogos, dinâmicas lúdicas, música, meditação, concretização de imagens com seus desdobramentos e compartilhamentos.

Nesse sentido, diante de uma visão voltada para a ação social, o outro, o parceiro, assume o papel de agente terapêutico, lugar normalmente ocupado pelo terapeuta, que, nessa proposta, é talvez um facilitador dentro do processo.

Nascimento e França (2004) entenderam que os recursos complementares utilizados e o desenrolar grupal deles gerados fizeram com que o trabalho se diferenciasse dos Grupos de Movimento tradicionais.

Entretanto, compreendemos que os dados que obtivemos a partir dos conteúdos expostos no relato não nos remetem a uma diferença consistente da proposta do GM, como considera os autores, tendo em vista que uma das características deste é a abertura para outras formas ou técnicas que tragam contribuições dentro de uma ótica biopsicossocial.

Quanto aos resultados e o detalhamento da dinâmica de cada trabalho, seus autores e facilitadores não os exploraram em seu texto.

O décimo resumo é trazido pelos psicoterapeutas corporais e mestres em Psicologia Munich Vieira Santana e Périssom Dantas do Nascimento (2004), titulada *Perspectivas de atuação Psicossocial em Psicoterapia Corporal: relato de experiência com crianças e adolescentes* (apêndice M: resumo 10, p.211). Relataram a realização de um trabalho grupal com adolescentes, cujo objetivo era oportunizar um espaço para discussão atinente a sexualidade, família, trabalho e outros temas que fossem pertinentes a eles.

Os encontros abertos e semanais foram iniciados com nove integrantes entre 15 e 18 anos – os autores não esclarecem o tempo de duração de cada sessão. Eram jovens que participavam do projeto social da instituição religiosa Bom Pastor de Quebec, que se prestava ao ensino de ofícios às mulheres com faixas etárias diversas da comunidade das Rocas, em Natal (RN).

A proposta surgiu da preocupação dos coordenadores em criar intervenções voltadas à orientação sexual aos adolescentes atendidos.

Para tanto, Santana e P. D. Nascimento (2004) articularam as discussões temáticas com exercícios das terapias corporais – entre elas, a Bioenergética – e com trabalhos em grupo oriundos da Gestalt-Terapia.

O GM seguiu a proposta reichiana, focalizando os sete segmentos interligados da couraça já discutidos na introdução desta pesquisa.

O trabalho foi concluído em nove meses com quatro integrantes, quando todos os envolvidos entenderam que o que havia sido desenvolvido era suficiente, percebendo maior maturidade para lidar com as questões sexuais e familiares, observando o fortalecimento da autoestima, ampliando o contato com o próprio corpo e as emoções. Os autores consideraram que a aquisição de maior autonomia e segurança foi decorrente dos trabalhos da vegetoterapia e da bioenergética.

Quanto à desistência de cinco integrantes, eles explicaram que foi decorrente de uma cisão ocasionada pelo grupo de meninas que tinham mais experiência sexual e denotavam certa resistência à proposta, diferindo das que tinham menos vivência e

mostravam-se interessadas nas sessões. Assim, alegando motivos de trabalho ou estudos, as menos interessadas em participar deixaram de ir aos encontros.

O 11º foi encontrado no relato intitulado *Além do Setting Terapêutico – Grupo de Movimento com Exercícios de Análise Bioenergética* (apêndice N: resumo 11, p. 212), escrito pela psicóloga Lucina Araújo (2006). Nele, a autora compartilhou sua experiência de 15 anos com GM como um trabalho complementar à psicoterapia aplicado aos seus clientes. Os grupos eram abertos, mistos e contínuos e ocorriam semanalmente; os encontros duravam uma hora e trinta minutos.

A facilitadora iniciava o grupo com os exercícios da Análise Bioenergética para desbloquear os anéis de tensões corporais, seguindo com o trabalho em uma determinada estrutura de caráter – tal qual a classificação de Lowen, explicitada na introdução desta pesquisa –, que poderia ser esquizoide, oral, psicopática, masoquista ou rígida. Considerava também as queixas e os sintomas psicossomáticos.

A partir dessa experiência, deparou-se com resultados significativos, inclusive às pessoas portadoras de hipertensão ou síndrome do Pânico, vindo a relatar o caso de um paciente de caráter rígido com um quadro de hipertensão que após alguns meses demonstrava um comportamento mais flexível e uma regularização na pressão arterial, surpreendendo até mesmo o médico que o acompanhava, que reconheceu o valor do trabalho da Análise Bioenergética.

Esse trabalho também se estendeu a um grupo de profissionais da área de Recursos Humanos de uma companhia estatal de telefonia. Durante um ano e meio Araújo (2006) ofereceu supervisão, em que eles experienciavam e discutiam teoricamente as vivências. Uma vez capacitados, passaram a aplicar o Grupo de Movimento com as telefonistas, em virtude do nível de *stress* e de alguns transtornos psicossomáticos apresentados por elas. O *feedback* foi positivo, tendo reduzido significativamente esses sintomas.

O 12º resumo concerne a mais uma proposta voltada à população idosa, compartilhada pela mestre e psicoterapeuta reichiana Marisa Ferreira Mendes (2008), que aborda a experiência grupal, intitulada *Movimentos anti-estresse: a vida na terceira idade* (apêndice N: resumo 12, p. 212), que visava a trabalhar as tensões do organismo, favorecendo a saúde física, emocional e mental das participantes.

Contava-se com a participação de mulheres, faixa etária entre 60 e 78 anos em sua maioria, nível socioeconômico baixo, moradoras da Cidade de Deus, no Rio de Janeiro. O trabalho acontecia desde 2006, no Centro de Promoção de Saúde do Idoso e da Família, anexo da ONG Casa de Santa Ana. Configurava-se como um espaço aberto a quem desejasse participar.

As práticas de consciência e expressão corporal, alongamentos, exercícios de respiração, dança livre, relaxamento e vivências diversas tinham como referencial teórico a Escola Angel Vianna, a psicanálise freudiana e a reichiana, ambas norteadoras da compreensão do que se passava com as integrantes.

No que tange às técnicas de trabalhos corporais Angel Vianna, tem-se uma preocupação com o sentimento oriundo do movimento. Quanto a esse aspecto, Mendes (2008) explica que:

Nessa metodologia, a partir de um trabalho de integração postural, que tem como princípio o despertar das sensações, da dinâmica, da postura, da tonicidade e do equilíbrio do corpo através de técnicas de relaxamento, alongamento, consciência mio-óssea-articular (músculos, ossos, articulações), criatividade e dança livre, é possível controlar os níveis de estresse no organismo. A sensibilização como forma de abertura para as percepções do corpo é o maior interesse desse trabalho de consciência corporal, que busca proporcionar a integração da sensibilidade e da consciência, de forma a possibilitar a renovação da criatividade no cotidiano. (pp. 1-2)

Nessa proposta, buscou-se estimular os gestos livres como uma maneira de ampliar a autopercepção do corpo, atentando-se para suas necessidades. Apenas em alguns momentos se direcionou o movimento.

Num segundo momento, passou-se para a pesquisa corporal a partir de movimentos pelo espaço, procurando perceber a respiração, o andar, a postura, o outro. Introduziram-se jogos e brincadeiras que envolviam o outro e o grupo por meio de danças circulares. Realizaram trabalhos de pesquisa corporal no chão para as participantes que ainda conseguiam certa flexibilidade para explorar o corpo sem ir contra a gravidade. Aquelas que não conseguiam faziam a prática sentadas. Desse modo, exploraram-se as formas ósseas, musculares, articulares, toques, massagens, contatos. O terceiro momento se deu por meio do relaxamento, em que Mendes (2008) entende que:

Nessa hora, é a oportunidade de concluir a pesquisa feita até então. Através de indução, elas então podem perceber e dar tempo ao corpo para absorver todas as vivências ocorridas. É o fechamento de um trabalho que usou o corpo físico para atingir o mental, e que agora se concentra nesse mental para voltar a atingir o físico. (p. 5)

O encerramento ocorria com a troca de experiências, espaço em que as participantes traziam conteúdos do seu dia-a-dia e que a autora concebia como o momento da elaboração.

Observou-se que o trabalho permitiu às idosas que fizessem descobertas do próprio corpo, levantando a hipótese de que assim elas poderiam adquirir recursos que a capacitassem a lidar melhor com suas tensões. Houve melhoria na capacidade de expressão e maior consciência das necessidades trazidas pelo corpo, criando uma mudança no ritmo que favorecia melhor condição ao organismo para enfrentar o dia-a-dia. Consequentemente, as sensações de leveza e bem-estar foram relatos comuns a cada encontro.

Mendes (2008), pautada pelos pressupostos da Escola Angel Vianna, acreditava que trabalhar com o movimento criaria outras possibilidades de expressão que auxiliaria as pessoas a perceber de outra forma suas angústias. Argumenta que:

Ao favorecer ao corpo esse movimento, alteramos a cadeia de respostas desse organismo. Despertamos a possibilidade desse sistema funcionar de uma outra maneira. Novos circuitos são integrados, favorecendo a regulação de atividades mentais, fisiologicamente, sabemos que durante o relaxamento, o sistema nervoso parassimpático é acionado, facilitando a recuperação do estresse. (p. 6)

Apesar de esse resumo não tecer considerações neorreichianas para a efetivação do grupo, tendo utilizado repertórios técnicos procedentes da dança, consideramos cabível ao estudo do Grupo de Movimento. Logo, o formato adotado para ele corresponde aos moldes de um GM tal como sugere Gama e Rego (1996), compreendendo aquecimento, desenvolvimento e fechamento, o que ela chamou de primeiro, segundo e terceiro momentos. Ademais, baseou-se também na teoria reichiana para a compreensão da dinâmica das participantes, tendo em vista a própria formação da profissional em questão.

Entrementes, ao mesmo tempo em que o relato traz a possibilidade de outras técnicas que complementam um trabalho de GM, em razão de seu ecletismo, contribui

também para a difícil discussão que estamos levantando acerca da identidade do tema em questão.

Dentre os levantamentos de materiais, encontramos resumos que não relatam sobre uma prática corporal com algum grupo específico, mas fundamentam a experiência que cada profissional possui com GM.

Em *Aquecendo o coração: grounding e emoção*, Márcia Sel (2004), psicóloga e trainee em Análise Bioenergética traz fundamentações teóricas que auxiliam na compreensão dos possíveis resultados alcançados em seus trabalhos com Grupo de Movimento. Refere-se a uma vivência aplicada no Congresso - Convenção Latino Americana, congresso brasileiro e encontro paranaense de psicoterapias corporais -, fundada em suas experiências profissionais com GM.

Compreende que, por meio do trabalho corporal em grupo, as pessoas vão se conscientizando dos seus padrões de mobilidade, retomando, a partir dos exercícios e das possíveis descargas vegetativas e energéticas, o contato com sentimentos, sensações corporais e prazer no próprio corpo.

Tais premissas são fundamentadas no pensamento reichiano, neorreichiano, Feldenkrais, além das concepções acerca do Grupo de Movimento pautadas por Gama e Rego. Salienta a importância do *grounding*, bem como do trabalho nos sete anéis de tensão descritos por Reich. Outro aspecto que considera importante é o espaço que o GM proporciona para expressão. Entretanto, argumenta que:

a expressão somente é possível quando há confiança na manutenção da integridade física e emocional dos sujeitos, quando eles podem se sentir cuidados e amparados. Mais do que isso, quando eles podem se sentir agentes e responsáveis pelo processo regressivo e progressivo vivenciado, sendo o terapeuta apenas um acompanhante. (Sel, 2004, p. 4)

Consideramos a presença de uma contradição na consideração feita por Sel (2004) no que diz respeito ao papel do terapeuta, pois se compreende a necessidade de criar uma relação de confiança, um espaço de cuidado e amparo para que os participantes do Grupo de Movimento possam sentir-se seguros para livre expressão, entendemos que cabe ao terapeuta buscar construir tais elementos com o grupo para que eles realmente se tornem autores de seu processo. Assim, o papel do terapeuta num primeiro momento vai além de ser acompanhante, é um lugar de referência e

grounding para que este possa ser internalizado pelos envolvidos. Foi o que vimos anteriormente em muitos trabalhos já apresentados neste estudo, principalmente nas dissertações, que trazem algumas análises acerca de como se deu o processo e a importância do coordenador do grupo na relação com os participantes.

Angélica Ventura Trevisan (2004), cujos dados do perfil profissional não constam em seu resumo *O som e o movimento corporal como psicoprofilaxia na infância*, discorre sobre a integração entre vivências musicoterápicas e atividades corporais reichianas.

Outro resumo que faz menções positivas ao GM é o das psicólogas, psicoterapeutas reichianas e neorreichianas em Biodinâmica Teresa E. S. Neves e Maria Auxiliadora de Souza (2008). Em *Resgatando a energia vital através do movimento: uma proposta biodinâmica* as autoras não se restringem a relatar um trabalho com algum grupo específico, mas da experiência com GM em Biodinâmica, cujo diferencial é o enfoque dado aos conceitos dessa abordagem, o qual procura respeitar a individualidade de cada participante, procurando, por meio da “amizade à resistência”, contribuir com a dissolução das tensões pela “autorregulação” e pelo “princípio de prazer”.

O objetivo do grupo é proporcionar um espaço em que, por meio dos recursos técnicos, as pessoas possam descrystalizar as formas padrões de existência, adquirir maior fluidez respiratória e resgatar a energia vital.

Além da Biodinâmica de Gerda Boyesen, o trabalho se fundamenta também nas práticas corporais neorreichianas, Bioenergética e Biossíntese, utilizando técnicas de respiração, alongamento, relaxamento, dança, meditação, atividades lúdicas e massagens com toques sutis e não invasivos.

Tendo como prioridade o olhar e a atitude Biodinâmica, Neves e M. A. Souza (2008) argumentam que:

Com uma atitude de espera, primamos pela suavidade, aguardamos o surgimento do gesto espontâneo, a resposta interna do outro, convidando-o para o contato consigo mesmo.... Assim como na psicoterapia individual em que o paciente por vezes tem uma atitude ativa no processo, no grupo os participantes poderão determinar os rumos do trabalho também, com vistas à obtenção de prazer, bem estar e autoexpressão. (pp. 3-4)

A psicoterapia infantil na Análise Bioenergética: uma proposta de Grupo de Movimento para o trabalho com crianças, escrito pelos psicólogos e psicoterapeutas neorreichianos da Bioenergética Périssom Dantas do Nascimento e Eugénice P. de Moura (2009), apresenta as teorias psicanalíticas que embasam a psicoterapia infantil, bem como as teorias e autores da atualidade que trabalham com a abordagem corporal dentro desse ramo da psicoterapia.

O relato não tem a pretensão de descrever uma experiência específica, apenas de fundamentar a possível junção que pode ser feita entre ludoterapia e trabalhos corporais.

Por fim, concluímos a análise de 16 relatos atinentes às experiências vivenciadas pelos profissionais citados. Doze deles dizem respeito à aplicação do GM a uma população específica, e quatro traz informações mais abrangentes e fundamentações teóricas sobre o trabalho que desenvolvem, propondo inclusive junções com outras abordagens terapêuticas ou psicoterapêuticas, tal como encontramos em Trevisan (2004) e em Nascimento e Moura (2009). Tendo em vista o objetivo da nossa pesquisa, detemos maior atenção aos resumos que focalizaram a prática a um determinado grupo, o que justifica a apresentação destes nos quadros anexos ao presente estudo. Os quatro restantes foram aqui colocados visando a informar o leitor acerca do que é possível obter sobre o assunto.

3 Considerações finais

- Como as mil cores do casaco podem se dissolver numa soma branca?

Assim como o corpo – respondiam os doutos – assimila e retém as diversas diferenças vividas durante as viagens e volta para casa mestiçado de novos gestos e de novos costumes, fundidos nas suas atitudes e funções a ponto de fazê-lo acreditar que nada mudou para ele, também o milagre laico da tolerância, da neutralidade indulgente, acolhe, na paz, todas as aprendizagens, para delas fazer brotar a liberdade de invenção e, portanto, de pensamento.

Michel Serres

Iniciaremos nossa discussão analisando e percorrendo alguns trechos do envolvente e belo livro *Filosofia Mestiça* de Michel Serres (1993).

Trata-se de um Arlequim que, ao voltar de uma inspeção das terras lunares, submete-se a uma entrevista coletiva junto à população que se encontrava curiosa em saber como havia sido a provável fantástica viagem. Ele, sem maior contentamento, descreve os lugares como iguais aos de seu planeta, com exceção da grandeza e beleza. Diz “nada de novo sob o Sol, nada de novo na Lua” (Serres, 1993, p. 01).

Tal explicação deixa a plateia decepcionada, quando começam a perceber mudanças nas roupas de Arlequim, as quais contradiziam seu discurso. Ele, na tentativa de reverter a situação, começa a se despir dos trajes que o desmentia. Porém, a cada peça tirada surgiam outras, outras e mais outras. Ele estava revestido de camadas de casacos, quando então consegue chegar ao corpo nu, cuja pele apresentava-se multicolorida, tatuada.

Arlequim não havia se dado conta das mudanças que a viagem havia lhe causado. Voltou mestiçado, marcado pelas diversas culturas e pelo aprendizado. “Ao atravessar o rio e entregar-se completamente nu ao domínio da margem à frente, ele acaba de aprender uma coisa mestiça. O outro lado, os novos costumes, uma língua estrangeira, é claro” (Serres, 1993, p. 14).

O recorte aqui apresentado pode nos oferecer um modo de compreender e ler toda a trajetória do Grupo de Movimento, desde o seu aspecto conceitual até sua proposta em si.

Estamos chegando ao fim de uma jornada investigativa que, ao contrário de muitas pesquisas, nos despertou mais questionamentos do que respostas, os quais pretendemos compartilhar no intuito de convidar os interessados da área a seguir com tais reflexões e investigações.

Nosso percurso foi norteado por três objetivos: a) uma apreciação a respeito do “estado da arte” da literatura acerca do GM; b) a contribuição deste trabalho para a conceituação de GM; c) considerações no que tange à aplicação do GM na área educacional.

Com relação ao primeiro ponto, concluímos a revisão e análise da literatura pesquisada, totalizando 30 trabalhos publicados sobre o tema, sendo sete dissertações, quatro monografias, três artigos e dezesseis resumos – porém quatro relatos não focalizaram a aplicação em um grupo específico, mas apresentaram as fundamentações teóricas sobre o trabalho que desenvolvem e a combinação do GM com outras abordagens terapêuticas ou psicoterapêuticas, como musicoterapia e ludoterapia. O gráfico abaixo demonstra em porcentagem as produções científicas levantadas em nosso estudo:

Gráfico 1: Produções científicas com Grupos de Movimento

Os números aqui apresentados nos mostram a quantidade de produções que se detêm em relatar experiências, visto que os resumos representaram 53,33% do total. Esse dado nos leva a notar que, do ponto de vista prático, os Grupos de Movimento vêm se fazendo presentes na sociedade, porém é necessário avançar em estudos completos que aprofundem a análise dos resultados obtidos no fazer social.

Dessa somatória, nove trabalhos de Grupos de Movimento foram desenvolvidos com pessoas idosas, cinco com pacientes psiquiátricos, dois voltados para professores da rede pública, um com usuários de drogas em hospital-dia, um com agentes comunitárias de saúde em Unidade de Saúde da Família, um voltado para enfermeiros e técnicos de enfermagem, dois com adolescentes inseridos em um projeto social, um com crianças atendidas em consultório particular, três desenvolvidos com adultos em clínica particular e um destinado a gestantes. O gráfico abaixo ilustra tais resultados:

Gráfico 2: Pessoas atendidas em Grupo de Movimento

Ante esse panorama, apreendemos que 23 experiências foram inseridas em projetos sociais (em entidades dessa natureza), educacional ou psiquiátrica. Tal levantamento levou-nos a constatar que atividades de Grupos de Movimento não se restringem às clínicas particulares – de onde surgiram os primeiros grupos –, mas estão sendo realizadas em diversas instâncias institucionais. Tal fato parece refletir o

pensamento de Reich, que dada a sua orientação no que tange à prevenção das neuroses, buscou atuar de forma que pensasse a sociedade em sua totalidade, desenvolvendo trabalhos em organizações sociais, contribuindo com a educação formulando intervenções voltadas aos profissionais da área.

Em todos os estudos há indicações de contribuições positivas desencadeadas pela prática efetuada. No entanto, apesar da presença de vários trabalhos sobre o tema, notamos uma carência de estudos que problematizem essa prática grupal.

Nesse sentido, verificamos pouco rigor metodológico e científico em quase todos os trabalhos. Há a preocupação em relatar a experiência (gráfico 01), mostrar sua pertinência no que diz respeito aos resultados desencadeados. Muitos pesquisadores comentaram acerca dos cuidados tomados com o que foi aplicado e dos possíveis encaminhamentos que seriam feitos se os grupos tivessem continuidade, todavia, pouco se comentou acerca dos efeitos colaterais e das restrições dessa prática. Acreditamos que sendo a prática corporal algo psiquicamente mobilizante, as reações adversas também podem ocorrer, desde a formação de uma couraça secundária, tal como vimos na introdução sobre Biodinâmica, até manifestações mais desestruturantes, dependendo da condição emocional da pessoa.

Percebemos afirmações que demandariam melhor avaliação, das quais muitas foram feitas pautadas pela observação ou por relatos subjetivos. Tal análise nos instiga a pensar em métodos mais eficazes que possam avaliar mais precisamente algumas manifestações oriundas dos encontros que nos levem realmente a afirmar que de fato elas advêm da prática corporal.

Muitas são as variáveis que compõem o contexto grupal, e houve momentos relacionados a algumas produções que nos perguntamos se os efeitos descritos realmente derivavam das atividades corporais, pois cabe também pensar que os resultados alcançados podem ser devidos a tantos outros fatores, como, por exemplo, ao olhar direcionado aos participantes e ao acolhimento intrínseco em uma vivência grupal. O artigo desenvolvido por Nickel et al. (2006) e a dissertação de Bromberg (1986) estabelecendo grupos comparativos, demonstraram a eficácia das intervenções corporais grupais, porém concebemos a necessidade de outros trabalhos que possam sustentar melhor tal estratégia.

Não estamos aqui desconsiderando as teorias que explanam a respeito dos aspectos psicorporais, até porque nos deparamos com pesquisas que, salvo as limitações encontradas durante o seu desenvolvimento, demonstraram a pertinência do trabalho corporal no contexto grupal. No entanto, considerando o objetivo desta dissertação, cabe-nos levantar reflexões e apontar a importância de buscarmos desenvolver estudos que possam medir com mais precisão e confiabilidade todos os elementos observados dentro de um GM.

Concebemos que muito se tem avançado em termos de publicações no universo reichiano (Matthiesen, 2007), embora a quantidade de fazeres ainda seja superior à de práticas pesquisadas. Tal constatação pôde ser vista nos congressos ocorridos durante o desenvolvimento desta investigação.

Sobretudo, sentimos que precisamos avançar um pouco mais. Muitos se referem a relatos que compartilham experiência, mas poucos são os que de fato investigam criteriosamente cada atuação. Percebemos que nas avaliações há um predomínio da subjetividade, levando-nos a questionar o quanto o coordenador influencia naquilo que se quer obter, que pode estar vinculado com as explicações dadas pelos terapeutas sobre os exercícios executados e o objetivo a ser alcançado com o GM. Lowen e Lowen (1985) defendem que tal explicitação deve ser feita, porém acreditamos que isso cause algumas divergências. Logo, há que se considerar que a explanação acerca dos significados dos exercícios ou dos seus objetivos pode induzir a pessoa à sensação ou ao sentimento desejado, fazendo com que se fortaleça e mantenha o falso *self* do participante, que, com a função de proteger o verdadeiro *self*, tal como apontou Donald Woods Winnicot (1983), manifesta-se a partir das exigências do *self* do facilitador vinculado aos seus objetivos. Por outro lado, temos que o GM não necessariamente tem um caráter psicoterapêutico e pode ser aplicado aos mais diversos públicos, classes sociais, faixa etária etc., o que faz com que, dependendo do perfil do grupo, se faça necessário esclarecer o que se está trabalhando.

Percebemos, ainda, a ausência de pesquisas longitudinais que pudessem ser capazes de avaliar o antes, durante e após um período da prática de GM, com o intuito de averiguar o quanto o que foi obtido durante a execução se mantém após o término,

dando-nos uma posição do que realmente corresponde a resultados ou a efeitos, dado o momento do grupo. Logo, supomos que, considerando o pouco tempo de execução de alguns grupos, se tenha alcançado efeitos que podem ser momentâneos, e não resultados propriamente ditos capazes de efetivar uma mudança consistente.

Outro ponto que gostaríamos de chamar a atenção é quanto à ausência de teorias que abarcam os trabalhos grupais. Observamos que os que tratam do assunto restringem-se a abordar apenas os grupos corporais. Resta-nos perguntar se essa falta se deve ao fato de o GM não ter uma conotação psicoterapêutica, embora ele possa ser trabalhado como tal, dependendo do contexto e do objetivo, conforme vimos no artigo de Câmara (2008), que traz uma avaliação dos aspectos individuais de cada componente e do grupo. Ou, ainda, se essa ausência diz respeito à pouca importância que os facilitadores atribuem à análise grupal com embasamentos teóricos que não sejam da abordagem corporal.

Essa dúvida também nos conduz a pensar sobre a formação de um psicoterapeuta que se propõe a trabalhar com grupos. Weigand (2005), em sua dissertação, evoca essa questão apontando que o facilitador de grupo deve conhecer as características do trabalho por meio da própria experiência de aprendiz, tendo, portanto, passado pela experiência grupal durante a formação e conduzido grupos de colegas sob supervisão. Desse modo, deve “aprender a técnica e a linguagem adequada para transmiti-la” (p. 70). Além disso, indica a importância da empatia e da afetividade, que devem permear o trabalho sem perder a clareza de pensamento diante de uma situação de cargas energéticas e intensidade emocional elevadas, preocupando-se em adequar os exercícios para cada contexto, cuidando para não extrapolar os limites de exposição pessoal e de mobilização emocional e energética. Nesse sentido, Weigand (2005) reforça que:

O objetivo terapêutico deve ser mantido dentro dos limites do contrato, é muito importante a modulação da intensidade tanto da exposição quanto da excitação. O grupo de exercícios em geral não é um grupo de psicoterapia, a não ser que haja um contrato nesse sentido. O objetivo é obter resultados terapêuticos sem contudo criar um *setting* de psicoterapia, pois não se trabalha com transferência, contra-transferência, interpretações, nem se encoraja a expressão verbal de conflitos pessoais, evitando-se assim a exposição dos membros do grupo.

Entendemos que tais afirmações são imprescindíveis ao trabalho de coordenador de grupo e acreditamos que possivelmente tal condução venha sendo assim efetivada nas formações de psicoterapeutas corporais. Todavia, considerando a quantidade de trabalhos que vêm sendo desenvolvidos com grupos, acreditamos que se faz necessário repensar sobre a grade curricular dos cursos de psicoterapia reichiana e neorreichiana, entendendo que não basta apenas conhecer as técnicas e a teoria de abordagem corporal, mas adquirir uma formação voltada para atuação em psicoterapia grupal, a fim de compreender, ampliar a visão e os estudos do arcabouço teórico que permeia uma prática grupal.

Temos a impressão de que, apesar de mudanças verificadas nas duas últimas décadas (Matthiesen, 2007) no universo das abordagens corporais, ainda há maior valorização da prática e pouca exigência quanto ao aprofundamento teórico. Pautando por minha experiência com a dança, ousar dizer que tal aversão à teorização seja uma característica não apenas atrelada ao campo reichiano, mas à área corporal, pois me recordei que raros foram os professores que nos estimularam a estudar teorias que tratavam sobre o assunto atinente à dança. Estamos aqui apenas manifestando uma impressão que caberia maior investigação e discussão a respeito.

Em contrapartida, reconhecemos que a partir do que foi levantado nos estudos, a formação do vínculo necessário para que o grupo aconteça esteve presente em muitos trabalhos apresentados. Supomos que essa variável seja porventura decorrente do método de experienciar o que se aplica, ou seja, vivenciar a prática de GM antes de partir para sua aplicação, bem como de todos os *workshops* aos quais o estudante de psicoterapia corporal deve se submeter, proporcionando a ele cuidado e qualidade na relação com o outro.

Tais atribuições, cuidado e qualidade, conduzem-nos a pensar também sobre o papel do facilitador. Entre os trabalhos que levantamos, pudemos perceber que houve aqueles em que o coordenador teve a preocupação de servir como modelo, conforme vimos na dissertação de Rasch (2005), e outros que o psicoterapeuta não assumia essa função, como aconteceu na pesquisa de Bromberg (1986) e no resumo de Mendes (2008). Favre (2001), ainda, demonstra em seus relatos que em alguns momentos o condutor do grupo se empresta a este como forma de espelho, ajudando-os a partir

dos sentimentos emergidos a visualizá-los na forma do corpo do outro. Em todos esses casos vimos que os papéis assumidos foram pertinentes à clientela atendida. Em Rasch (2005), com base nos relatos dos integrantes, esse lugar de modelo se fez importante para que os participantes se sentissem em situação de igualdade, percebessem a relação numa posição horizontal, e não em algo que segue uma verticalidade, dando uma conotação de imposição do poder. Na investigação de Bromberg (1986) e na experiência de Mendes (2008), colocar-se como um modelo talvez interferiria no contato e na autopercepção que as integrantes precisariam alcançar.

Lowen e Lowen (1985) concebem que o facilitador, ao participar ativamente do grupo, deve servir de exemplo aos participantes, sem perder a observação necessária direcionada ao grupo, bem como graduar os exercícios de acordo com a possibilidade de cada indivíduo.

Considerando que ter o coordenador do grupo como um modelo a ser seguido pode influenciar as pessoas, tal como considerou Bromberg e Mendes, temos que, por outro lado, isso pode se fazer necessário para a construção do *grounding* grupal, dada a experiência de Rasch. Percebemos, portanto, que, além das modulações dos exercícios que visam à dosagem das mobilizações energéticas e emocionais, o papel do líder do grupo corporal também deve ser moldado conforme o contexto, sem perder de vista o objetivo, que é auxiliar os participantes a se autoperceber, encontrar o seu *grounding* e sua forma, no sentido kelemaniano, de estar na vida. Cabe ao terapeuta construir elementos com o grupo para que os envolvidos se tornem autores de seu processo. Assim, entendemos que o terapeuta num primeiro momento não deve apenas assumir o papel de acompanhante, como sugeriu Sel (2004) em seu resumo, mas extrapolá-lo. Ocupar um lugar de referência e *grounding* para que este possa ser internalizado pelos envolvidos. Foi o que vimos em muitos trabalhos apresentados neste estudo, principalmente nas dissertações que trazem algumas análises acerca de como se deu o processo e a importância do coordenador do grupo na relação com os participantes.

Notamos que em todos os estudos o número de sessões variou em cada um deles. Embora Gama e Rego (1986) sugiram um número mínimo de oito sessões, Cañizares (2002) entende que ele também deve se enquadrar à necessidade da

clientela. Em seu trabalho ela vislumbrou que 20 encontros para o atendimento aos idosos é o mínimo dado o perfil e a demanda dessa faixa etária. Nos resumos deparamo-nos com outros grupos que aconteceram no decorrer de um ano, como foi o caso da experiência de Nascimento e França (2004). Os relatos de Corradini (2000) e Araújo (2006), por sua vez, tiveram a proposta corporal grupal aliada ao processo psicoterapêutico, respeitando, portanto, o tempo da psicoterapia ou o contínuo, de acordo com a demanda atendida. A duração de cada sessão em boa parte deles se deu entre 90 e 120 minutos. Todos enfatizaram o compartilhamento verbal da experiência ao final de cada encontro, sendo este, portanto, constituído por aquecimento, desenvolvimento e fechamento com verbalizações.

Lowen e Lowen (1985) propõem a homogeneidade dos grupos e a necessidade de uma investigação do histórico de saúde de cada pessoa, mesmo acreditando que se os exercícios forem aplicados corretamente não represente nenhum perigo. De acordo com as experiências relatadas, temos que a homogeneidade foi respeitada, no entanto, quanto à investigação do quadro de saúde, esta foi evidenciada nas dissertações, mas a maioria dos demais trabalhos não apontou para esse dado.

Sem a pretensão de esgotar as discussões que compreendem o primeiro propósito do nosso estudo, passemos agora para o segundo ponto, que diz respeito à conceituação do GM e aos critérios para que ele assim se configure.

Ao longo deste estudo, um dos elementos que muito nos inquietou foi o termo “Movimento”, levando-nos a perguntar como podemos nos apossar de uma denominação tão abrangente, visto que pode ser usada para outras atividades corporais que de certa forma buscam objetivos semelhantes aos do Grupo de Movimento? Haja vista o artigo de Moneta (2001), que, embora não tenhamos analisado em razão de a fundamentação teórica não se vincular aos nossos parâmetros metodológicos, a pesquisadora estrutura em outra abordagem e o intitula de *Psicoterapia centrada en el cuerpo y el movimiento: Aplicación en el tratamiento de somatizaciones y transtornos de pánico*.

Analisando as diversas concepções de “Movimento”, entendemos que tal adoção para essa prática corporal grupal é cabível no que ela se propõe a trabalhar, mas será que não a torna pouco específica?

Abrangência é uma característica do Grupo de Movimento, mas será que não precisamos refletir melhor sobre isso? O que realmente difere essa modalidade grupal de outras que também trabalham o movimento dentro da mesma concepção, enquanto recurso integrador, tal como vimos no decorrer desta pesquisa, especificamente nas formulações de Aguirre (1986)? Afinal, o que é um Grupo de Movimento?

Retomando o surgimento do Grupo de Movimento, podemos apreender que sua identidade se formou tal como as transformações de Arlequim. Influenciado pelas ideias reichianas e neorreichianas, teve a dança como fonte de estruturação e hoje se acopla a outras formas de trabalho corporal como yoga, teatro, música, eutonia e tantas outras que acreditam que por meio de uma prática voltada ao corpo podemos nos desenvolver internamente.

Até o ponto em que investigamos, parece-nos tratar-se de um estilo brasileiro. Embora tenhamos levantado uma publicação estrangeira (Nickel et al., 2006), esta não é denominada como GM, pautando-se principalmente pelos exercícios da Bioenergética, fazendo-nos acreditar que não seja trabalhada sob os moldes que estrutura o GM. Diante disso, será que, assim como Arlequim, o próprio GM se deu conta das mudanças que foram lhe ocorrendo no decorrer de sua história? Pois até se titular como tal, muitas foram as denominações, e atualmente, as pioneiras, Favre e Sofiati, não denominam seus trabalhos grupais como GM, dadas as alterações metodológicas e teóricas que foram se consolidando em suas práticas, conforme vimos no decorrer desta investigação. Weigand (2005) também não se refere ao seu grupo como GM, embora teça considerações teóricas acerca dele enquanto tal. Mendes (2008), tendo como alicerce a técnica Angel Vianna, também não denomina seu trabalho como GM, apesar de que possamos assim entendê-lo. O resumo de Nascimento e França (2004) retrata também o conflito de identidade. Pelo fato de utilizarem técnicas sociopsicodramáticas, consideram que sua proposta difere do GM tradicional, o que nos dificulta entender tal diferença visto que essa modalidade de intervenção grupal se configura como um sistema aberto para a entrada de outras técnicas que contribuam para o desenvolvimento biopsicossocial.

Ante essas formulações, talvez seja necessária uma denominação que realmente consiga identificar melhor o GM, considerando os postulados teóricos que o

fundamentam e que assim os diferencie dos demais trabalhos grupais, pois, até o presente momento, qualquer prática corporal que busque a mobilização interna das pessoas pode ser considerada um GM, a começar pelas técnicas de dança que pincelamos neste estudo: Klauss Vianna, Laban e Bertazzo e tantos outros que inclusive ajudam a compor o repertório de uma vivência de GM.

Assim, podemos compreender tal intervenção grupal como uma multiplicidade de técnicas corporais com o intuito de proporcionar às pessoas vivências corporais que ajudem a amenizar as tensões físicas e emocionais, favorecendo, segundo Gama e Rego (1996), a percepção de si, a vitalidade, o bem-estar e a expressividade. Para tanto, estrutura-se nos princípios reichiano e neorreichiano como recurso para se entender a unidade soma-psique.

Nesse sentido, pensando em outra denominação, quiçá pudéssemos seguir a sugestão dada por Wagner (2009) acerca de uma psicoterapia corporal, a qual para ele poderia ser mais bem definida como “terapia psicorporal”, argumentando:

Essa expressão contempla o acontecer clínico (no qual a terapia significa tratamento) e explicita que psique e soma formam uma unidade funcional, portanto, psicorporal. É de se prever também que, na medida em que o corpo passe a ser mais aceito nas diferentes correntes teóricas de psicologia (psicanálise, psicologia analítica, psicologia existencial etc.), a ciência da psicologia passe a se chamar **psicorpologia**. [negrito do autor] (p. 157)

Tratando-se de grupo, adotaríamos a mesma denominação, mostrando assim de onde deriva tal proposta, podendo ser chamado de Grupo Psicorporal, ou até mesmo de Grupo de Movimento Psicorporal, que por meio dos recursos adotados para se trabalhar as múltiplas linguagens corporais, teria o movimento do corpo em contato com o do outro e com o do grupo como tentativa de descristalizar as couraças, ajudando as pessoas a se conectar com o movimento interno e assim criar outros movimentos, ou, na visão kelemaniana, outras formas. Na metáfora descrita por Serres, seria uma estratégia de estimular os participantes a atravessar o rio como meio de mergulharem no processo de aprendizagem.

Com isso, de que forma poderia o Grupo de Movimento proporcionar essa troca, essa aprendizagem, de modo a se constituir um instrumento vinculado à educação?

Ante todo levantamento e apreciações feitas no decorrer deste estudo, entendemos que seja possível dissertar acerca do nosso terceiro ponto: GM e sua possível aplicação na área educacional.

A noção de educação adotada aqui transcende às práticas escolares, correspondendo ao propósito que Franco Cambi (1999) entende como “aspiração utópica”, mas como objetivo central da educação que concerne ao “desenvolvimento de personalidades autenticamente humanas” (p. 643).

Pautando-se pela ótica desse autor, com base na revisão de literatura que fizemos ao longo desta pesquisa, consideramos que o GM se estrutura como uma prática social que não tem como foco a obtenção de um conhecimento formal, e sim o crescimento pessoal, contribuindo, portanto, com a educação atrelada ao desenvolvimento humano. Por esse viés, compreendemos que essa educação no sentido mais amplo esteve presente direta ou indiretamente em todos os trabalhos.

Desse modo, parece-nos que as palavras centrais que permeiam essa possibilidade são “aprender” e “resgatar conteúdos aprendidos”, presentes em todos os grupos desenvolvidos com idosos, crianças, portadores de doenças psiquiátricas, dependentes químicos etc.

Quanto a esse aspecto Gama e Rego (1996) consideram que a proposta de um GM assume um papel educativo, na medida em que “há um aprendizado de possibilidades, de caminhos. Assimilam-se informações sobre si e os outros. Formam-se hábitos novos. Expande-se a consciência” (pp.18-19).

Tal consideração relaciona-se à autopercepção, ao aprender a sentir o próprio corpo, capacidade muitas vezes perdidas no decorrer do desenvolvimento humano, dada a negação ou até mesmo o automatismo corporal que a cultura nos impõe. Os autores chamam a atenção para grupos que são “praticamente virgens de trabalho corporal”, ou até mesmo “analfabetas” (p. 20) do ponto de vista expressivo corporalmente. Dessa forma, o GM de alguma maneira parece viabilizar o contato integrado com o corpo, não apenas biológico, anatômico, mas com um corpo emocional.

Aprender a lidar com o *stress* diário, as tensões musculares e a cuidar mais de si, além de novos jeitos de estar nas relações, colocando mais limites – resultados

obtidos em experiências relatadas –, refere-se a uma variável que também pode ser articulada com a educação geradora de um desenvolvimento pessoal.

No que tange à potencialização desse autocuidado, objetivo almejado no grupo de Cañizares (2002), este parece ter passado por esse processo educacional. Quando crianças, o cuidado é ensinado por nossos responsáveis, porém, dependendo da qualidade, os “buracos” podem existir, tal como discutidos por Weigand (2005), o que pode dificultar o desenvolvimento do cuidar de si, buscando sempre o outro para tal. Assim, as intervenções no GM, no caso de idosos, de alguma forma parecem, em linhas gerais, ter fortalecido a estrutura necessária para que eles sentissem que podiam contar consigo, sem excluir a necessidade do outro nesse momento da vida.

Por essa ótica, compreendemos que essa questão atinente à importância do cuidado de si acaba refletindo no cuidado com o outro, variável presente nos estudos de Travaglia e Sant’anna (2007) e Moysés (2003). Neles parece que o cuidado pôde ser algo resgatado e fortalecido no GM a partir das vivências primárias de cada participante ou até mesmo sensibilizado para tal, passando pela aprendizagem ou pelo resgate dos processos que envolvem o cuidar e o ser cuidado.

Outro fator observado nessas duas vivências foi a transposição do conhecimento assimilado nos encontros grupais para o cotidiano. Moysés (2003) demonstra no relato das professoras que muitas estavam levando para a sala de aula alguns conteúdos aprendidos no GM. Atitude semelhante também ocorreu com as agentes de saúde. Travaglia e Sant’anna (2007) apresentam depoimentos em que elas utilizavam os recursos no cotidiano e às vezes ensinavam para colegas do trabalho. Tem-se, assim, a multiplicação e a incorporação do saber adquirido.

Detendo-se ainda em analisar a pertinência educacional em profissionais cuidadores, chama-nos a atenção a monografia de Serafim (2008), em que, nos enfermeiros e técnicos de enfermagem, o GM teve seu caráter pedagógico, ajudando-os a adotar outro olhar e postura diante da profissão, uma vez que assimilaram que o *stress* era um padrão inerente ao trabalho que exerciam, mas que podiam modificá-lo e reduzi-lo a partir de uma percepção interna e do ambiente.

Retomando as práticas voltadas aos idosos, verificamos em Cañizares (2002) que à medida que eles conseguiam perceber o corpo por outro ângulo, como fonte de bem-

estar e autoconhecimento, não apenas como objeto de trabalho, como fora um dia, ou de limitações físicas e dores, tornou-se possível transcender o que lhes foram ensinados na educação primária. O mesmo podemos dizer do relato de M. D. Souza (2004), que buscava tirar o idoso do lugar do “socialmente problemático” e ajudá-lo a assumir-se como agente social.

Esse caminho não foi diferente no artigo de Câmara (2008), em que as senhoras puderam se perceber como protagonistas da história da Cruzada, comunidade popular que residiam, e mesmo em atitudes individuais passaram a buscar recursos que melhorassem as condições de vida delas e de todos os residentes. Berger (2007) evoca em sua dissertação o educar para o envelhecer, entendendo-se este como um processo natural e intrínseco ao desenvolvimento humano, daí a necessidade de aceitá-lo como tal. As práticas corporais aplicadas nesse grupo funcionaram, segundo a autora, como facilitadoras, criando um espaço seguro para que elas se mobilizassem, falassem de conteúdos pouco expressados no dia a dia.

Atinente ao grupo com crianças, percebemos no resumo de Corradini (2000) que o GM assumiu seu aspecto educacional contribuindo com o fortalecimento e a afirmação da corporalidade e da expressividade que são inerentes à infância. Apresenta uma educação para o corpo, auxiliando a criança a ampliar seu repertório de manifestação corporal. Segue na contramão do que temos na educação formal, que tanto se preocupa com a obtenção do conhecimento racional, negligenciando a importância do corpo para que ele aconteça.

Nessa mesma linha segue a proposta de Terra (2005), que, a partir do seu trabalho com crianças em idade escolar, viu a necessidade de focalizar as mães gestantes como um meio de despertar essa educação para o corpo afetivo, buscando o que ela chamou de “educação para o sensível”, voltada ao toque, vislumbrando o despertar da afetividade, sensibilidade, autopercepção, e a quebra de tabus no que tange à corporalidade.

A aplicação do método do trabalho corporal em questão aos portadores de dependência química, encontrado em Rasch (2005), leva-nos a supor que os aspectos alcançados no GM foram não apenas terapêuticos, mas educativos, levando os usuários a aprender outra possibilidade de estar na vida sem a dependência química.

Educacional no sentido de perceberem os recursos que há no corpo capazes de proporcionar sensações semelhantes com as que eles sentiam quando estavam sob o efeito das drogas. Supomos que essa experiência possibilitou aos usuários explorar e fazer uso do próprio corpo para amenizar as ansiedades.

Essa busca da educação no sentido mais amplo, focalizando o desenvolvimento humano, foi atrelada também à educação formal, vislumbrada na dissertação de Moysés (2003), que, a partir do trabalho realizado com professores do ensino fundamental, foi capaz de resgatar a raiz motivadora que levou aquelas pessoas a escolher tal profissão, fazendo com que se fortalecessem os sentidos para exercê-la, viabilizando o pensar e o fazer diferente nas instituições educacionais.

Os relatos de experiências de Del Bianco e Miguel (2004), também apontam contribuições nessa direção, voltando às intervenções do GM aos docentes do ensino fundamental e infantil.

O GM também se aliou à orientação profissional e à educação sexual para adolescentes. O trabalho que abordou o primeiro tema, desenvolvido por França (2004) em um projeto social, revela a pertinência do Grupo de Movimento no âmbito da educação escolar, e o resumo desenvolvido por Santana e Dantas (2004), que também tiveram seus trabalhos aplicados em uma entidade social, discutiram o segundo tema, demonstrando a possibilidade dessa proposta dentro do sistema de ensino formal. Logo, ambos buscaram contribuir com dois assuntos relevantes para a formação dos adolescentes, sendo a identidade profissional e a maturidade sexual.

Além desses trabalhos de GM vinculados à educação, encontramos, ainda, o GM atrelado a propostas de cursos de formação que envolvem a corporalidade, tal como sugere Moysés (2003) e àquelas que foram assimiladas em algumas instituições, conforme vimos na monografia de Cañizares (2002). Seu trabalho foi oriundo da disciplina de pós-graduação "Promoção da saúde e envelhecimento com ênfase no autocuidado", desenvolvida no Centro de Saúde Escola "Geraldo de Paula Souza" da Faculdade de Saúde Pública da Universidade de São Paulo (USP). A partir daí, surgiram três vertentes de trabalhos práticos voltados aos idosos: Grupo de Movimento para idosos; cursos de Psicoterapia Corporal como promoção da saúde no envelhecimento; e cursos para cuidadores de idosos, denominados "Cuidar do Idoso, ...Cuidar de Si –

Mesmo". Encontramos uma proposta similar na Universidade Federal do Espírito Santo (UFES), que fundou o projeto de extensão universitária denominado "O corpo em movimento: uma abordagem criativa para a terceira idade".

Contudo, observamos também que a prática de GM tem sido usada como recurso metodológico em pesquisas, a fim de verificar os efeitos dos trabalhos corporais nos mais diversos grupos. Essa estratégia foi de tal forma utilizada nas dissertações de Moysés (2003), Weigand (2005) e Berger (2007).

Desse modo, traçamos nossas reflexões percebendo, por meio de todos esses trabalhos analisados ao longo desta investigação, que o GM se mostra como um potencial instrumento de contribuição à área educacional. Todavia, muitos movimentos científicos precisam ser feitos no sentido de fortalecê-lo enquanto tal: repensar sobre os critérios de avaliação dos seus resultados; considerar os pormenores que englobam uma prática grupal, seja ela psicoterapêutica, seja terapêutica, como se configura o GM; e aprofundar discussões acerca de sua identidade mestiçada, tal como o Arlequim, vislumbrando uma denominação que possa melhor abarcar e definir o seu propósito.

Assim encerramos nosso movimento, lançando ao mundo para que outros viajantes possam passar por aqui e ver o que não conseguimos ver, olhar para o que já foi visto, porém com outros olhos, outras leituras e num outro momento.

REFERÊNCIAS²³

- Aguirre, A. M. B. (1986). *O corpo transformador: trabalho corporal em psicologia clínica*. Dissertação de Mestrado, Instituto de Psicologia, Universidade de São Paulo, São Paulo.
- Albertini, P. (1994). *Reich: História das Idéias e formulações para a educação*. São Paulo: Ágora.
- Albertini, P. (1997). A sexualidade e o processo educativo: uma análise inspirada no referencial reichiano. In, J. G. Aquino (coord.), *Sexualidade na escola: alternativas teóricas e práticas* (pp. 53-70). São Paulo: Summus.
- Araújo, Lucina (2006). *Além do Setting terapêutico - Grupo de Movimento com exercícios de Análise Bioenergética*. Recuperado em 15 de abril de 2009, de <http://www.libertas.com.br>.
- Bauman, Z. (2001). *Modernidade líquida*. Rio de Janeiro: J. Zahar.
- Benites, P.Z. (2004). *Grupo de convivência: a contribuição da psicoterapia corporal num serviço de saúde mental*. Trabalho apresentado na Convenção Brasil Latino América, Congresso Brasileiro e Encontro Paranaense de Psicoterapias Corporais. 1.,4.,9., Foz do Iguaçu. Resumo recuperado em 25 de fevereiro de 2009. Anais do Centro Reichiano: <http://www.centroreichiano.com.br>.
- Berger, R. L. (2007). *Corpo, imagem e subjetividade: envelhecimento como processo vital*. Dissertação de mestrado, Pontifícia Universidade Católica (PUC), São Paulo.
- Bertazzo, I. (1996). *Cidadão corpo: identidade e autonomia do movimento*. São Paulo: Sesc/Opera Prima.
- Biotto, A. (2004). *Trabalho corporal com pacientes psiquiátricos: experiência de grupo de movimento em uma clínica psiquiátrica*. Trabalho apresentado na Convenção Brasil Latino América, Congresso Brasileiro e Encontro Paranaense de Psicoterapias Corporais. 1.,4.,9., Foz do Iguaçu. Resumo recuperado em 18 de fevereiro de 2009, Anais do Centro Reichiano: <http://www.centroreichiano.com.br>.
- Boadella, D. (1992). *Correntes da Vida: Uma Introdução à Biossíntese* (C. S. Cruz, Trad.). São Paulo: Summus.

²³ De acordo com o estilo APA – American Psychological Association.

- Boyesen, G. (1986). *Entre Psiquê e Soma: Introdução à Psicologia Biodinâmica* (2a ed., B. Sidou, trad.). São Paulo: Summus.
- Brabant, G. P. (1977). *Chaves da Psicanálise* (2a ed.). Rio de Janeiro: Zahar Editores.
- Bromberg, M. H. P. F. (1996). *A função terapêutica do trabalho corporal: o ponto de vista psicológico*. Dissertação de Mestrado. Departamento de Psicologia Clínica. Pontifícia Universidade Católica, São Paulo.
- Câmara, M. V. de A. (2007). Psicoterapia grupal de base reichiana e redes sociais: relato de uma experiência de intervenção grupal em uma comunidade popular. *Revista Presença*, 4, 6-19. Recuperado em 12 de setembro de 2010, de <http://www.ifp-reich.com.br>
- Câmara, M. V. de A. (2008). Trabalho clínico psicorporal como produção social contemporânea. *Pensamento Reichiano em Revista*, 3, 145-156.
- Cambi, F. (1999). *História da Pedagogia*. (Álvaro Lorencini, trad.). São Paulo: Editora UNESP.
- Cañizares, P. N. (2002). *Grupos de Movimento: Uma Nova Tecnologia em Promoção da Saúde e Autocuidado para Pessoas Idosas*. Trabalho de Conclusão de Curso, Instituto Brasileiro de Psicologia Biodinâmica, São Paulo. Recuperado em 15 de março de 2008, de <http://www.ibpb.com.br>.
- Coelho, R. F. J., & Severiano, M. F. V. (2007). Histórias dos usos, desusos e usura dos corpos no capitalismo. *Revista Dep. Psicologia, UFF*, 19 (1), 83-99. ISSN 0104-8023. Recuperado em dezembro de 2009, de <http://www.scielo.br>.
- Corradini, G. (2000). Grupos de Movimento com crianças: relato de uma experiência. In J. H. Volpi e S. M. Volpi (Orgs.), *Psicologia Corporal*, 6(2), 4-5.
- Del Bianco, L. M. & Miguel, W. R. R. (2004). *A abordagem neo-reichiana na capacitação de professores*. Trabalho apresentado na Convenção Brasil Latino América, Congresso Brasileiro e Encontro Paranaense de Psicoterapias Corporais. 1., 4., 9., Foz do Iguaçu. Resumo recuperado em 26 de fevereiro de 2009. Anais do Centro Reichiano: <http://www.centroreichiano.com.br>.
- Favre, R. (1997). Grupo de Movimento Somático-Existencial. *Revista Reichiana*, 6, 7-14. Departamento Reichiano do Instituto Sedes Sapientiae.
- Favre, R. (2001). Pesquisando a aplicabilidade do método do Grupo de Movimento Somático-Existencial a um pequeno grupo de pacientes psicóticos do Hospital-Dia

da Faculdade Paulista de Medicina. *Revista Reichiana*, 10, 67-87. Departamento Reichiano do Instituto Sedes Sapientiae.

Ferreira, A. B. H. (2008). Ginástica. *Miniaurélio: o minidicionário da Língua Portuguesa* (7a ed.). Curitiba: Ed. Positivo.

França, E. G. (2004). *Aplicação da Análise Bioenergética para Grupos de Adolescentes*. Trabalho apresentado na Convenção Brasil Latino América, Congresso Brasileiro e Encontro Paranaense de Psicoterapias Corporais. 1., 4., 9., Foz do Iguaçu. Resumo recuperado em 27 de fevereiro de 2009. Anais do Centro Reichiano: <http://www.centroreichiano.com.br>.

Gaiarsa, J. A. (1984). *O espelho mágico: um fenômeno social chamado corpo e alma*. São Paulo: Summus.

Gama, M. E. R., & Rego, R. A. (1996). *Grupos de Movimento: Consciência e Expressão de si através do corpo*. Cadernos Reichianos 1 (2a ed.). São Paulo: Instituto Sedes Sapientiae.

Jacques, P. B., Varella, D., & Bertazzo, I. (2002). *Maré, vida na favela*. Rio de Janeiro: Casa da Palavra.

Keleman, S. (1992). *Anatomia Emocional* (M. S. Vieira, trad.). São Paulo: Summus.

Keleman, S. (1995). *Corporificando a experiência*. São Paulo: Summus.

Lowen, A. (1982). *Bioenergética* (7a ed., M. S. Mourão, trad.). São Paulo: Summus.

Lowen, A. (1983). *O Corpo em Depressão: as bases biológicas da fé e da realidade* (7a ed., I. C. Filho, trad.). São Paulo: Summus.

Lowen, A., & Lowen, L. (1985). *Exercícios de Bioenergética*. São Paulo: Ágora.

Marías, J. (2004). *História da Filosofia* (Claudia Berliner, trad.). São Paulo: Martins Fontes.

Marques, I. (2002). Revisitando a dança educativa moderna de Rudolf Laban. *Sala Preta*, 2, 276-281. Recuperado em setembro de 2010, de http://www.eca.usp.br/salapreta/PDF02/SP02_038_marques.pdf

- Matthiesen, S. Q. (2007). *Organização bibliográfica da obra de Wilhelm Reich: bases para o aprofundamento em diferentes áreas do conhecimento*. São Paulo: Annablume.
- Mendes, M. F. (2008). *Movimentos Antiestresse: A vida na terceira idade*. Trabalho apresentado no Encontro Paranaense, Congresso Brasileiro, Convenção Brasil/Latino América, XII, VII, II. Curitiba/PR. Resumo recuperado em 16 de março, 2009. Anais do Centro Reichiano: <http://www.centroreichiano.com.br>.
- Miller, J. (2007). *A escuta do corpo: sistematização da Técnica Klauss Vianna*. São Paulo: Summus.
- Moysés, M. H. F. (2003). *Sensibilização e Conscientização corporal do professor: influências em seus saberes e suas práticas pedagógicas*. Dissertação de Mestrado. Faculdade de Educação - Universidade Federal de Uberlândia, Uberlândia.
- Moneta, M. E. (2001, junho). Psicoterapia centrada en el cuerpo y el movimiento: Aplicacion en el tratamiento de somatizaciones y trastornos de panico. *Intersubjetivo*, 1(3), 125-132.
- Moraes, H., Deslandes, A., Ferreira, C., Pompeu, F. A. M. S., Ribeiro, P., Laks, J. (2007). O exercício físico no tratamento da depressão em idosos: revisão sistemática. *Revista de Psiquiatria do Rio Grande do Sul*, 29 (1), 70-79 Recuperado em agosto de 2010, de http://www.scielo.br/scielo.php?pid=S0101-810820070001000148script=sci_arttext
- Nascimento, U. & França, K. (2004). *Mover-se: uma possibilidade de abertura na vida*. Trabalho apresentado na Convenção Brasil Latino América, Congresso Brasileiro e Encontro Paranaense de Psicoterapias Corporais. 1., 4., 9., Foz do Iguaçu. Resumo recuperado em 27 de fevereiro, 2009. Anais do Centro Reichiano: <http://www.centroreichiano.com.br>.
- Nascimento, P. D. & Moura, E. P. (2009). *Psicoterapia na Análise Bioenergética: Uma proposta de grupo de movimento para o trabalho com crianças*. Trabalho apresentado no Encontro Paranaense, Congresso Brasileiro de Psicoterapias Corporais, XIV, IX, Curitiba/PR. Resumo recuperado em 24 de maio de 2009. Anais do Centro Reichiano: <http://www.centroreichiano.com.br>.
- Neves, T. E. S., & Souza, M. A. (2008). *Resgatando a energia vital através do movimento: uma proposta biodinâmica*. Trabalho apresentado no Encontro Paranaense, Congresso Brasileiro, Convenção Brasil/Latino - América, XIII, VIII, II, Curitiba/PR. Resumo recuperado em 06 de abril de 2009. Anais do Centro Reichiano: <http://www.centroreichiano.com.br>.

- Nickel, M., Cangoez, B., Bachler, E., Muehlbacher, M., Lojewski, N., Mueller-Rabe, N. et al. (2006). Bioenergetic exercises in inpatient treatment of Turkish immigrants with chronic somatoform disorders: A randomized, controlled study. *Journal of Psychosomatic Research*, 61(4), 507-513. Artigo recuperado em junho de 2009, de http://citrus.uspnet.usp.br/sibi/biblioteca/revista/revistas_frm.php?texto=8&lnk=revistas_frm.php&agreed=true&checkOk=on
- Oliveira, M. R., & Médici, S. (2004). *Despertar o corpo na melhor idade uma experiência com grupos de terceira idade*. Trabalho apresentado na Convenção Brasil Latino América, Congresso Brasileiro e Encontro Paranaense de Psicoterapias Corporais. 1., 4., 9., Foz do Iguaçu. Resumo recuperado em 27 de fevereiro, 2009. Anais do Centro Reichiano: <http://www.centroreichiano.com.br>.
- Paraboni, J. (2009). *A importância do trabalho corporal no processo arteterapêutico*. Trabalho apresentado no Encontro Paranaense, Congresso Brasileiro de Psicoterapias Corporais, XIV, IX, Curitiba/PR. Resumo recuperado em 10 de maio de 2009. Anais do Centro Rechiano: <http://www.centroreichiano.com.br>.
- Pereira, F. M. (1988). *Dialética da Cultura Física: Introdução à crítica da educação física e da recreação*. São Paulo: Ícone Editora.
- Pereira, M. J. S. B., Martins, G. B., & Cordeiro, P. L. (2004). *Grupo de Movimento: Novas perspectivas no trabalho com idosos*. Trabalho apresentado na Convenção Brasil Latino América, Congresso Brasileiro e Encontro Paranaense de Psicoterapias Corporais. 1., 4., 9., Foz do Iguaçu. Resumo recuperado em 03 de março, 2009. Anais do Centro Reichiano: <http://www.centroreichiano.com.br>
- Peuker, I. (1973). *Ginástica moderna sem aparelhos*. Rio de Janeiro: Fórum Editora.
- Ramalho, S. A. (2010). *Uma alegria subversiva: O que se aprende em uma escola de samba?* Tese de Doutorado, Instituto de Psicologia, Universidade de São Paulo, São Paulo.
- Rasch, S. S. (2005). *Viajantes em busca de saídas: o grupo de movimento como uma possível rota terapêutica para usuários de álcool e de outras drogas*. Dissertação de Mestrado, Universidade Federal do Espírito Santo, Vitória. Recuperado em julho de 2008 de <http://www.bc.ufes.br>.
- Rego, R. A. (1993). Anatomia e couraça muscular do caráter. *Revista Reichiana*, 2, 32-54. Recuperado em agosto de 2010, de <http://www.ibpb.com.br>
- Rego, R. A. (1994). Psicoterapia e Corpo. I - Biopsicotipologias. *Revista Reichiana*, 3, 24-43. São Paulo: Instituto Sedes Sapientiae. Recuperado em julho de 2010, de <http://www.ibpb.com.br>

- Rego, R. A. (2005). Reich e o paradigma pulsional freudiano. In P. Albertini (org.), *Reich em diálogo com Freud: estudos sobre psicoterapia, educação e cultura* (pp. 59-87). São Paulo: Casa do Psicólogo.
- Rego, R. A. (2005). *Psicanálise e Biologia: Uma discussão da pulsão de morte em Freud e Reich*. Tese de Doutorado, Instituto de Psicologia, Universidade de São Paulo, São Paulo. Recuperado em fevereiro de 2010, de <http://www.ibpb.com.br>.
- Rego, R. A. (2008). *A vida é dura para quem é mole: considerações sobre aspectos psicológicos da hipotonia muscular*. Trabalho de Conclusão de Curso, Instituto Brasileiro de Psicologia Biodinâmica, São Paulo. Recuperado em janeiro de 2010, de <http://www.ibpb.com.br>.
- Reich, W. (1998). *Análise do Caráter* (3a ed., R. A. do Rego, trad.). São Paulo: Martins Fontes. (Trabalho original publicado em 1933).
- Reich, W. (1978). *A Função do Orgasmo: problemas econômicos sexuais da energia biológica* (4a ed., M. G. Novak, trad., P. R. Sangraal, rev.). São Paulo: Brasiliense. (Trabalho original publicado em 1942).
- Rocha, B. S. (2008). *Psicoterapia Corporal com crianças e adolescentes*. Trabalho apresentado no Encontro Paranaense, Congresso Brasileiro, Convenção Brasil/Latino-América, XII, VII, VII. Curitiba. Resumo recuperado em 8 de abril de 2009. Anais. do Centro Reichiano. <http://www.centroreichiano.com.br>.
- Rodrigues, H. J. L. F. (2008). *A relação entre o corpo e a mente nos escritos de Freud, Lacan e Reich: do fenômeno psicossomático à unidade funcional soma-psyché*. Dissertação de Mestrado, Instituto de Química, Universidade Federal do Rio de Janeiro, Rio de Janeiro.
- Saidon, O. et al. (1983). *Práticas Grupais*. Rio de Janeiro: Campus.
- Samson, A. (1994). A couraça secundária. *Revista Reichiana*, 03, 44-51, São Paulo: Sedes Sapientiae. Recuperado em 8 de março de 2010, de <http://www.ibpb.com.br>.
- Santana, M. V., & Nascimento, P. D. (2004). *Perspectivas de atuação psicossocial em psicoterapia corporal: relato de experiência com crianças e adolescentes*. Trabalho apresentado na Convenção Brasil Latino América, Congresso Brasileiro e Encontro Paranaense de Psicoterapias Corporais. 1., 4., 9., Foz do Iguaçu. Resumo recuperado em 08 de abril de 2009. Anais do Centro Reichiano: <http://www.centroreichiano.com.br>.

- Saramago, J. (1997). *Viagem a Portugal*. São Paulo: Companhia das Letras.
- Sel, M. (2004). *Aquecendo o coração: grounding e emoção*. Trabalho apresentado na *Convenção Brasil Latino América, Congresso Brasileiro e Encontro Paranaense de Psicoterapias Corporais*. 1., 4., 9., Foz do Iguaçu. Resumo recuperado em 07 de abril de 2009. Anais do Centro Reichiano: <http://www.centroreichiano.com.br>.
- Serafim, M. L. (2008). *O estudo da efetividade do grupo de movimento na prevenção do estresse em equipe de enfermagem*. Trabalho de Conclusão de Curso, Hospital Israelita Albert Einstein, São Paulo.
- Serres, M. (1993). *Filosofia mestiça* (Maria Ignez Duque Estrada, trad.). Rio de Janeiro: Nova Fronteira.
- Silva, A. S., Corrêa, I., & Lara, M. (2008). *Flor e Ser: Despertando o seu potencial*. Trabalho apresentado no Encontro Paranaense, Congresso Brasileiro, Convenção Brasil/Latino-América, XII, VII, VII. Curitiba. Resumo recuperado em 08 de abril de 2009. Anais do Centro Reichiano. <http://www.centroreichiano.com.br>.
- Simão, L. M. (2008). *Ensaio dialógicos: compartilhamento e diferença nas relações eu-outro*. Tese de Livre Docência, Universidade de São Paulo, São Paulo.
- Sofiati, S. (1993). Grupo de Movimento...em movimento (uma prática viável em Saúde Pública). *Revista Reichiana*, (2), 94-102.
- Souza, M. D. (2004). *Grupo de Movimento: uma abordagem criativa para a terceira idade*. Trabalho apresentado na Convenção Brasil Latino América, Congresso Brasileiro e Encontro Paranaense de Psicoterapias Corporais. 1., 4., 9., Foz do Iguaçu. Resumo recuperado em 03 de março, 2009. Anais do Centro Reichiano: <http://www.centroreichiano.com.br>.
- Souza, M. D. P. (1996). *Grupo de Movimento: do involuntário ao voluntário*. Vitória: Instituto Wilhelm Reich.
- Souza, M. D. P. (2004). *O Grupo de Movimento e o bem-estar subjetivo na velhice: um estudo de caso com idosos de Castelo-ES*. Dissertação de Mestrado, Faculdade de Saúde Pública, Universidade de São Paulo, São Paulo.
- Stolkiner, J. (1995). *Respiração*. Seminário realizado em fevereiro de 1995 no Rio de Janeiro.

- Terra, J. D. (2005). *Vivências corporais suaves em gestantes: um toque para a educação do toque*. Dissertação de mestrado, Instituto de Biociências, Universidade Estadual Paulista (UNESP), Rio Claro/SP.
- Tosta, F. (2008). *Trabalhos psicocorporais em clínica psiquiátrica: um enfoque da psicologia corporal*. Trabalho de Conclusão do Curso, Centro Reichiano, Curitiba. Recuperado em 08 de abril de 2009, de <http://www.centroreichiano.com.br>.
- Travaglia, M. L. F., & Sant'anna, V. L. A. (2007). *Transitando afetividade entre os saberes: um relato de experiência do Grupo de Movimento com as agentes comunitárias de saúde*. Trabalho de Conclusão de Curso, Faculdades Integradas São Pedro, Vitória.
- Trevisan, A. V. (2004). *O som e o movimento corporal como psicoprofilaxia na infância*. Trabalho apresentado na Convenção Brasil Latino América, Congresso Brasileiro e Encontro Paranaense de Psicoterapias Corporais. 1., 4., 9., Foz do Iguaçu. Resumo recuperado em 08 de abril de 2009. Anais do Centro Reichiano: <http://www.centroreichiano.com.br>.
- Valsiner, J. (2007). Human Development as Migration: striving toward the unknown. In L. M. Simão, & J. Valsiner, *Otherness in Question: Labyrinths of the Self*, pp. 349-378. Charlotte, N.C.
- Vasquez-Menezes, C., & Medeiros, O. (1999). O conflito entre o trabalho e a família e o sofrimento psíquico. In W. Codo (org.), *Educação: Carinho e Trabalho. Burnout: a síndrome da desistência do educador que pode levar à falência da educação*. Petrópolis (RJ): Editora Vozes.
- Volpi, J. H., & Volpi, S. M. (2009). *Dinâmicas da Psicologia Corporal aplicadas a grupos*. Curitiba: Centro Reichiano.
- Wagner, C. M. (2009). Reich e a terapia psicocorporal. In: P. Albertini e L. V. Freitas (Orgs.), *Jung e Reich: articulando conceitos e práticas* (pp. 148-157). Rio de Janeiro: Guanabara Koogan.
- Weigand, O. (2005). *Grounding na Análise Bioenergética: Uma proposta de atualização*. Dissertação de Mestrado. Departamento de Psicologia Clínica. Pontifícia Universidade Católica, São Paulo.
- Winnicott, D. W. (1983). *O ambiente e os processos de maturação: estudos sobre a teoria do desenvolvimento emocional*. Porto Alegre: Artes Médicas.
- Wosiack, R. M. R., Koller, S. H., Junior, B. B., & Alonso, J. L. L. (2009). *A terapia corporal e a resiliência: um estudo com adolescentes em situação de risco*.

Trabalho apresentado no Encontro Paranaense, Congresso Brasileiro de Psicoterapias Corporais, XIV, IX, Curitiba/PR. Resumo recuperado em 24 de maio de 2009. Anais do Centro Reichiano: <http://www.centroreichiano.com.br>.

Apêndices

APÊNDICE A: Dissertações 1 e 2

DISSERTAÇÕES		
Título/ano de publicação	1 - A função terapêutica do trabalho corporal: o ponto de vista psicológico (1986)	2 - Sensibilização e conscientização corporal do professor: influência em seus saberes e suas práticas pedagógicas (2003)
Objetivo da pesquisa	Descrever e analisar o que ocorria com as pessoas submetidas a um trabalho corporal psicologicamente orientado	Verificar se os trabalhos corporais influenciavam ou não o professor em seus saberes e atuações educacionais
Participantes	Adultos	Professoras do ensino fundamental da rede pública de um bairro periférico da cidade de Uberlândia/MG
Nível socioeconômico	Classe média	Classe média baixa
Faixa etária	25 a 40 anos	38 a 51 anos
Local das atividades	Consultório da pesquisadora	Consultório da pesquisadora
Nº de integrantes	22	5
Sexo	Feminino	Feminino
Método	Constituíram-se três grupos – A (grupo experimental), B, e C (grupos controle) –, em que todos passaram por avaliações antes e após as intervenções corporais, constituídas de entrevistas abertas e fechadas, desenho da figura humana e leitura corporal feita por fotografias tiradas de cada participante.	Entrevistas iniciais e finais semi estruturadas; Grupo de Movimento; depoimentos; produção de textos; desenhos da auto-imagem corporal; observações participativas e notas de campo.
Procedimento do GMI	Durante quatro meses, os grupos A e B participaram de 16 encontros. O primeiro tinha sessões uma vez por semana com duração de duas horas, e o segundo encontrava-se duas vezes na semana durante uma hora.	Trinta encontros semanais durante sete meses com duração de 80 minutos, sendo 50 de exercícios corporais e 30 para a escuta das experiências profissionais e das vivências nas sessões.
Práticas corporais	O grupo A foi constituído por trabalhos corporais reichianos, neoreichianos (Bioenergética, Keleman e Gaiarsa) e método Feldenkrais. O grupo B foi submetido aos exercícios de ginástica orientados por uma educadora física. O grupo C não passou por nenhum tipo de intervenção.	Trabalhou-se sob o prisma reichiano e neoreichiano, focalizando as posições de <i>grounding</i> da Bioenergética e a curva orgânica reichiana
Observações antes do GMI	Classificaram-se as participantes a partir da tipologia desenvolvida pela Análise Bioenergética. O grupo A foi constituído pelos caracteres de tipo oral; oral com traços de fático-narcisista; histérico; oral com traços de histérico; compulsivo.	Rigidez muscular; expressividade contida; respiração centrada no peito; dificuldades de impor limites e manifestar opiniões; atitudes autoritárias e intolerantes com os alunos; pouca percepção corporal.
Resultados	A partir dos indicadores de mudança elencados pela autora, tem-se que todas as sete participantes apresentaram relaxamento das tensões musculares com sensação de bem-estar e aumento na possibilidade de sentir a si próprias; três obtiveram aumento da capacidade respiratória, com consequente aumento do nível energético e melhora na postura. Esses indicadores não ocorreram nos demais grupos.	Valorização de si; aquisição de maior autonomia; melhora na expressão das opiniões; qualidade na relação professor-aluno; ampliação da consciência corporal; assimilação de formas para lidar com as tensões musculares e com as situações cotidianas.

APÊNDICE B: Dissertações 3 e 4

DISSERTAÇÕES		
Título/ano de publicação	3 - O Grupo de Movimento e o bem-estar subjetivo na velhice: um estudo de casos com idosos de Castelo (ES) (2004)	4 - <i>Grounding</i> na Análise Bioenergética: uma proposta de atualização (2005)
Objetivo da pesquisa	Verificar se os Grupos de Movimento contribuem para o bem-estar subjetivo dos idosos.	Aprofundar e atualizar o conceito de <i>grounding</i> criado e desenvolvido pela Bioenergética, focalizando seus diferentes tipos
Participantes	Idosos	Idosos
Nível socioeconômico	Classe média baixa	-
Faixa etária	Acima de 60 anos	53 a 71 anos
Local das atividades	Sede do Clube da Amizade, Associação de Idosos do Município de Castelo (ES)	Universidade Salesiana (UNISAL), São Paulo
Nº de integrantes	18	8
Sexo	17 feminino 1 masculino	Feminino
Método	Trabalhou-se com um questionário sobre as condições socioeconômicas, a saúde, eventos e entrevistas a partir da técnica de grupo focal, que foram gravadas e transcritas. Para a análise dos dados, utilizou-se o Discurso do Sujeito Coletivo (DSC), o qual é	Pesquisa qualitativa que se pautou nos estudos de casos, questionários sobre informações gerais da saúde dos sujeitos, teste de personalidade HTP (home-free-person), cujos desenhos considerados para coleta de dados foram a figura humana e a árvore. A casa
Procedimento do GIM	Encontros semanais, tendo 1 hora e 30 minutos de duração, sendo 20 minutos para o aquecimento, 30 minutos para o desenvolvimento e 40 minutos para o fechamento durante quatro anos e meio (de agosto de 1999 a dezembro de 1999 e de fevereiro de 2000 a dezembro de 2000)	Totalizaram-se 16 encontros semanais com 1 hora e 15 minutos de duração.
Práticas corporais	Trabalhou-se sob o prisma reichiano, neoreichiano e Cultura Física, focalizando a curva orgástica proposta por Reich, as posições de <i>grounding</i> da Bioenergética, a técnica dos cinco passos da Psicologia Formativa, Biodinâmica, técnicas de respiração, mass	Trabalhou-se basicamente sob o prisma reichiano e neoreichiano, focalizando-se principalmente atividades que promovessem os <i>groundings</i> postural, ocular e interno. Para tanto, buscaram-se exercícios que focalizassem as pernas, pés, olhos, toques e o corpo
Observações antes do GIM	Corpos rígidos, flácidos, desvitalizados; posturas fora do eixo; doenças circulatórias; baixa potência respiratória	Insegurança e humor deprimido, refletindo em uma necessidade de poder; elevado grau de ansiedade; insônia; bloqueio do fluxo energético na região da cintura; controle precário das emoções, sugerindo condutas impulsivas quando sob pressão; sexualidade infia
Resultados	Redução da resistência; maior acolhimento das diferenças; construção de habilidades na avaliação e enfrentamento de problemas familiares; melhora nos aspectos físicos, sentindo o corpo mais ágil, ativo, flexível, com maior tolerância à dor e à realização	Melhora nos aspectos físicos: reduziram-se o quadro de insônia e as dores físicas, com aumento da disposição para as atividades cotidianas. Aspectos emocionais: fortalecimento da autoestima, autoconfiança, autopercepção e autonomia; amadurecimento egoico;

APÊNDICE C: Dissertação 5 e 6

DISSERTAÇÕES	
Título/ano de publicação	5 - Viajantes em busca de saída: o Grupo de Movimento como uma possível rota terapêutica para usuários de álcool e outras drogas (2005)
Objetivo da pesquisa	Discutir acerca do Grupo de Movimento enquanto uma estratégia terapêutica aplicada aos usuários de drogas.
Participantes	Usuários de álcool e outras drogas
Nível socioeconômico	Classe baixa
Faixa etária	19 a 62 anos
Local das atividades	Centro de prevenção e tratamento de toxicômano (CPTT)
Nº de integrantes	13
Sexo	4 feminino 14 masculino
Método	Pesquisa qualitativa de caráter exploratório com uso de entrevistas semiestruturadas. Para a coleta dos dados, fez-se uso dos prontuários de cada usuário e das anotações do diário de campo. Na avaliação dos dados, trabalhou-se com a técnica de análise do discurso, procurando se evidenciar os sentidos e significados que os sujeitos atribuíam em seu processo.
Procedimento do GM	Durante cinco meses, entre o período de novembro de 2002 a maio de 2003, ocorreram 15 encontros semanais com uma hora e meia cada um.
Práticas corporais	Inicialmente, os exercícios seguiram a ordem segmentária da couraça reichiana, trabalhando no sentido céfalo-caudal. Posteriormente, as intervenções se deram no sentido inverso, partindo do trabalho de <i>grounding</i> e daí para os demais anéis descritos por Reich. A estrutura do GM, pautou-se pelas propostas de Gama e Rego.
Observações antes do GM	Por se tratar de um grupo aberto e das dificuldades de os usuários vincularem-se à proposta, a pesquisadora não se propôs a investigar características dos sujeitos antes do GM.
Resultados	Abriu-se espaço para a percepção de um corpo mais leve, vibrante, menos tenso, tranquilo, deixando fluir pensamentos positivos, ao invés de negativos, quando o participante se via sem o uso de alguma substância química. Houve a possibilidade de se vivenciar o lúdico e a expressividade dentro de um ambiente integrador.
	6 - Vivências corporais suaves em gestantes: um toque para a educação do toque (2005)
	Investigar as sensações de gestantes submetidas a um trabalho de vivência corporal focalizando a consciência de si e o prazer.
	Gestantes
	Classe baixa
	-
	Grupo 01: Unidade Básica de Saúde - Rio Claro (SP) Grupo 02: Clube de Mães Nossa Senhora das Graças - Rio Claro (SP)
	Grupo 01: 06 participantes Grupo 02: 08 participantes Grupo 03: 10 participantes
	24 feminino
	Aplicação de um questionário para conhecer o perfil dos participantes; diário de campo descrevendo as observações de cada vivência feitas pela facilitadora; comentários verbais e escritos realizados pelas gestantes. Os dados coletados foram analisados a partir dos aspectos significativos encontrados na revisão de literatura, com enfoque na educação, mulher gestante e práticas de sensibilização.
	Durante 11 semanas, o grupo 01 se encontrava durante uma hora e meia; o grupo 02 efetivou 13 sessões com 45 minutos por semana e o grupo 03 totalizou 16 encontros, também com 45 minutos de duração por semana.
	Vivências corporais compostas por massagens, respiração, relaxamento, contato e percepção corporal. As práticas de conscientização corporal incluíram meditação e movimento; as atividades suaves fundamentaram-se nas concepções de Yara Lacerda, na Eutonia de Gerda Alexander e nas noções de couraça desenvolvidas por Wilhelm Reich.
	Pouca receptividade ao toque; dificuldade de expressão, insônia, medos e inseguranças com relação à gestação, carência afetiva, pouca consciência corporal, muitas dores e inchaços.
	Melhora na qualidade do sono, tranquilidade, autoconfiança, sensação de leveza, expressividade, diminuição das dores e inchaços, satisfação no contato corporal, sensibilidade ao sentir o bebê fortalecendo, assim, a relação mãe e filho.

APÊNDICE D: Dissertação 07

DISSERTAÇÕES	
Título/ano de publicação	7 - Corpo, imagem e subjetividade: envelhecimento como processo vital (2007)
Objetivo da pesquisa	Refletir a respeito dos processos de envelhecimento, entendendo-os como essenciais à existência humana.
Participantes	Idosos
Nível socioeconômico	Classe média
Faixa etária	63 a 86 anos
Local das atividades	As entrevistas foram realizadas no consultório da pesquisadora, e os encontros grupais ocorreram em uma sala de aula cedida pela Fundação de Apoio a Pesquisa e Estudo na Área de Saúde (FAPES).
Nº de integrantes	9
Sexo	Feminino
Método	Entrevistas individuais semiestruturadas gravadas e transcritas; processo grupal respaldado por técnicas de abordagem corporal - especificamente exercícios de <i>grounding</i> ; diário de bordo composto por anotações dos encontros.
Procedimento do GM	Desenvolveram no período de março a julho 18 encontros semanais com duração de uma hora e meia cada um.
Práticas corporais	Exercícios simples de consciência corporal, expressão de sentimentos e <i>grounding</i> .
Observações antes do GM	-
Resultados	Reconhecimento de novas sensações e de outras formas de usar o corpo; integração corporal; maior segurança para falarem de si mesmas.

APÊNDICE E: Monografias 01 e 02

MONOGRAFIAS	
Título/ano de publicação	1 - Grupos de Movimento: Uma nova tecnologia em promoção da saúde e autocuidado para pessoas idosas (2002).
Objetivo do estudo	Descrever o desenvolvimento do Grupo de Movimento em um grupo de idosos do Centro de Saúde Escola "Geraldo de Paula Souza" da Faculdade de Saúde Pública da Universidade de São Paulo (USP).
Participantes	Idosos
Nível socioeconômico	-
Faixa etária	66 a 82 anos
Local das atividades	Centro de Saúde Escola "Geraldo de Paula Souza" da Faculdade de Saúde Pública da Universidade de São Paulo (USP)
Nº de integrantes	15
Sexo	Feminino
Método	Relato dos participantes e observação das profissionais
Procedimento do GM	Inicialmente desenvolveram oito encontros semanais com duas horas de duração
Práticas corporais	Pautou-se pelas práticas corporais reichianas e neoreichianas, seguindo o roteiro de GM proposto por Gama e Rego (1996).
Observações antes do GM	Dispersão no grupo; limitações físicas compatíveis com a idade, com dificuldades para superá-las; imagem corporal reduzida a dor e às poucas condições físicas.
Resultados	<p>Maior segurança; aumento da vitalidade; da capacidade da expressão física e emocional; superação das limitações físicas; ampliação da rede social; melhor integração entre os participantes; descontração e espontaneidade entre eles.</p>
	2 - Transitando afetivamente entre saberes: um relato de experiência do Grupo de Movimento com agentes comunitárias de saúde (2007).
	Verificar se o GM trazia contribuições ao bem-estar subjetivo das agentes comunitárias de saúde
	Agentes comunitárias de saúde
	Renda entre dois e três salários mínimos
	23 a 46 anos
	Sala de observação da clínica de Psicologia das Faculdades Integradas São Pedro (ES)
	9
	Feminino
	Aplicação do "Questionário de Saúde de Goldberg" (QSG) no início e no término do grupo; relatos verbais e escritos das participantes; aplicação da técnica "mapeando as cicatrizes", diário de campo e observação assistemática.
	Grupo semanal com duas horas de duração durante dez encontros no período de março a maio de 2007.
	Pautou-se pelas práticas corporais da Bioenergética, seguindo o roteiro de GM proposto por Gama e Rego (1996).
	Dificuldade de respirar profundamente, interiorizar-se, entrar em contato com as sensações e sentimentos e emitir sons; rigidez muscular na região dos ombros, pescoço, peitoral e pernas. Estresse psíquico, problemas de saúde em geral e distúrbio do sono acima da média.
	Melhora na respiração e na emissão de sons; dissolução das tensões; maior concentração e interiorização; maior autopercepção das sensações e sentimentos. Estresse psíquico, problemas de saúde em geral e distúrbio do sono abaixo da média.

APÊNDICE F: Monografias 03 e 04

MONOGRAFIAS			
Título/ano de publicação	3- Trabalhos psico-corporais em clínica psiquiátrica: um enfoque da psicologia corporal (2008)	4 - O estudo da efetividade do Grupo de Movimento na prevenção do estresse em equipe de enfermagem (2008)	
Objetivo	Relatar sobre a aplicação de técnicas corporais oriundas da vegetoterapia e da bioenergética em uma clínica psiquiátrica.	Avaliar a eficácia de um GM para a redução do stress ocupacional e a mudança do fluxo de energia dos enfermeiros.	
Participantes	Pacientes psiquiátricos	Enfermeiros	
Nível socioeconômico	-	-	
Faixa etária	-	27 a 48 anos	
Local das atividades	Clínica Porto Seguro - Curitiba (PR)	Hospital do Campo Limpo - São Paulo (SP)	
Nº de integrantes	-	6	
Sexo	-	05 feminino 01 masculino	
Método	Trabalho de observação durante três meses e fotografias.	Aplicação de questionário dos aspectos demográficos; Inventário de Sintomas de Stress para Adultos de LIPP (ISSL), feito antes e após a intervenção do GM; teste projetivo gráfico e questionário da figura humana realizados antes e após a intervenção do GM; relatos orais e escritos dos participantes. O questionário e o ISSL foram analisados estatisticamente, e os demais foram avaliados qualitativamente.	
Procedimento do GM	O grupo aconteceu durante o ano de 2008.	Durante um mês ocorreram dois encontros semanais com uma hora e meia, totalizando oito sessões.	
Práticas corporais	Atividades corporais e de respiração que proporcionassem contato com o ambiente e consigo mesmo; automassagem; exercícios de respiração, trabalhando os segmentos interligados da couraça abdominal, torácico, diafragmático; <i>groundings</i> postural, em arco e invertido.	A proposta fundou-se numa sequência de trabalho sugerida por Gama e Rego: apresentação, aquecimento e respiração; respiração, pés e pernas; pelve; tronco e braços; cabeça e pescoço; trabalho integrado com o corpo; encerramento. Muitas sessões foram planejadas a partir dos "Exercícios de Bioenergética" de Lowen e Lowen. Música foi utilizada em alguns momentos.	
Observações antes do GM	Falta de contato dos pacientes com o movimento respiratório;	Por meio do ISSL, notou-se que uma pessoa (16,7%) encontrava-se em estado de alerta, cinco (83,3%) na fase de resistência e ninguém na fase de exaustão. Observou-se o predomínio de defesa narcísica; falta de percepção dos limites, das capacidades físicas, emocionais e da auto imagem corporal; sentimento de necessidade de aprovação, dependência e de medo.	
Resultados	Autopercepção; melhora no cotidiano dos pacientes; mudanças no comportamento e na autoestima; flexibilização das tensões corporais e no desenvolvimento de uma respiração mais profunda e integrada.	Diminuição dos sinais de stress dos participantes. Saíram de uma posição defensiva narcísica em direção à integração de si mesmo e ao reconhecimento do outro em sua vida, denotando amadurecimento emocional.	

APÊNDICE G: Artigos 01 e 02

ARTIGOS	
Título/ano de publicação	1- Pesquisando a aplicabilidade do método do Grupo de Movimento Somático Existencial a um pequeno grupo de pacientes psicóticos do Hospital-Dia da Faculdade Paulista de Medicina (2001)
Objetivo	Discussão acerca da teoria e método kelemaniano e sua possível aplicação no contexto grupal
Participantes	Pacientes psicóticos
Nível socioeconômico	-
Faixa etária	-
Local das atividades	Sala do hospital-dia
Nº de integrantes	6
Sexo	Misto
Método	Relatos dos pacientes e observações das profissionais.
Procedimento do GM	Dez encontros com duração de uma hora.
Práticas corporais	Paularam-se pela teoria e método de Stanley Keleman.
Observações antes do GM	-
Resultados	Vitalidade e cumplicidade grupal.

Título/ano de publicação	2 - Bioenergetic exercises in inpatient treatment of Turkish immigrants with chronic somatoform disorders: A randomized, controlled study (2006)
Objetivo	Verificar se os exercícios de Análise Bioenergética refletem nos resultados do tratamento psicoterapêutico em pacientes imigrantes turcos com distúrbios somatoformes crônicas.
Participantes	Pacientes imigrantes turcos com distúrbios somatoformes crônicas.
Nível socioeconômico	-
Faixa etária	18 anos em diante
Local das atividades	Intalklinik - hospital alemão especializado em psicossomática.
Nº de integrantes	128
Sexo	90 feminino 38 masculino
Método	Formaram-se dois grupos, controle e experimental, com 64 pacientes cada um. Na coleta dos dados foram utilizados dois testes: SCL-90-R e STAXI. Na análise dos dados usou-se o programa estatístico SPSS, versão 11.
Procedimento do GM	Grupo controle: uma hora de exercícios de ginástica, duas vezes por semana, sem intervenções psicoterapêuticas, conduzido pelo mesmo terapeuta do grupo experimental. Neste foram aplicados exercícios da análise bioenergética duas vezes por semana com uma hora de duração.
Práticas corporais	Atividades de expressão, exercícios vocais, respiratórios, de fixação dos limites, de movimentos corporais, percepção interna e externa e <i>grounding</i> .
Observações antes do GM	Na primeira aplicação dos testes, ambos os grupos apresentaram uma média de pontos elevada no que tange ao sintoma mental, bem como às variáveis correlacionadas à raiva.
Resultados	A intervenção da bioenergética resultou em uma mudança significativamente maior do que a dos exercícios de ginástica. Observaram-se melhora nos sintomas de somatização, insegurança social, depressão, ansiedade, hostilidade e redução do nível da raiva ou a supressão desta. Concomitantemente, aumentou a expressão espontânea emocional.

APÊNDICE H: Artigo 03

ARTIGOS	
Título/ano de publicação	3 - Psicoterapia grupal de base reichiana e redes sociais: relato de uma experiência de intervenção grupal em uma comunidade popular (2007)
Objetivo	Relatar a experiência de um trabalho clínico grupal oriundo de uma pesquisa realizada dentro de um conjunto residencial popular.
Participantes	Idosas
Nível socioeconômico	Classe baixa
Faixa etária	54 a 80 anos
Local das atividades	Comunidade popular conhecida como Cruzada - Rio de Janeiro (RJ).
Nº de integrantes	12
Sexo	Feminino
Método	O recurso metodológico para avaliação dos dados individuais e grupais foi o de Análise do Conteúdo, enquadrando as expressões verbais e corporais em cinco categorias psicossociais: afetividade, atividade, consciência social, identidade e representação social.
Procedimento do GM	O trabalho ocorreu entre os anos de 2001 e 2003 com encontros semanais de três horas cada um.
Práticas corporais	Primeira etapa: trabalho corporal focalizando o sentido cefalocaudal; segunda etapa: encontros temáticos, cujos exercícios se davam a partir dos temas levantados no grupo; terceira etapa: oficina que resultou na confecção de uma colcha.
Observações antes do GM	Rigidez corporal, pouca expressividade.
Resultados	Evolução grupal, em que a reunião de pessoas passou a existir como um grupo. Mudanças na expressividade das participantes, no modo de se vestirem e nos gestos. Aumento de criticidade política; ampliação do contato com outros membros da comunidade. Elas passaram a frequentar outros locais.

APÊNDICE I: Resumos 01 e 02

RESUMOS		
Título/ano de publicação	1 - Grupos de Movimento com crianças: relato de uma experiência (2000)	2 - Trabalho corporal com pacientes psiquiátricos: experiência de grupo de movimento em uma clínica psiquiátrica (2004)
Objetivo do grupo	Atender à demanda de crianças que buscavam atendimento clínico.	Contribuir com o processo de contenção da crise dos pacientes e despertar para a conscientização de suas reais possibilidades, além de trabalhar a aceitação da doença e da importância do tratamento.
Participantes	Crianças	Pacientes dependentes químicos e em crise psicótica
Nível socioeconômico	-	Classe alta
Faixa etária	Diversas	-
Local das atividades	Consultório da psicóloga	Clínica Conviver - clínica psiquiátrica
Nº de integrantes	4 a 5	-
Sexo	-	-
Método	-	-
Procedimento do GMI	Uma hora de encontro, sendo estendido quando as atividades se davam em espaço aberto.	Encontros diários durante os 15 dias de internação dos pacientes, com duração de uma hora e trinta minutos.
Práticas corporais	Pautou-se por atividades lúdicas, teatrais e por exercícios da Análise Bioenergética.	Os trabalhos pautaram-se pela Análise Bioenergética, com exercícios de alongamento, espreguiçamentos, expressividade, grounding, troca de toques e massagens.
Observações antes do GMI	Dificuldades de socialização, hiperatividade, <i>deficit</i> de atenção, enurese noturna e outras demandas clínicas.	-
Resultados	Melhora na socialização e, em algumas crianças, na aptidão para ir em busca do que lhes fazia felizes; aquisição de maior segurança e contato com o próprio corpo.	Melhor organização do pensamento e do sentimento; alívio das tensões corporais e emocionais; despertar da autoestima; possibilidade de relaxamento, auxiliando no ritmo do sono; sensação de maior estruturação egóica e vitalidade; abertura para o lúdico; sensibilização e aceitação das emoções que emergiam.

APÊNDICE J: Resumos 03 e 04

RESUMOS			
Título/ano de publicação	3 - Grupo de convivência: a contribuição da psicoterapia corporal num serviço de saúde mental (2004)	4 - A abordagem neo-rechiana na capacitação de professores (2004)	
Objetivo do grupo	Prevenir crises, resgatar a autoestima e a autopercepção.	Possibilitar maior autoconhecimento do corpo docente, visando à integração da equipe e a um melhor relacionamento com o corpo discente.	
Participantes	Portadoras de sofrimento emocional com experiências em internações psiquiátricas	Professores do ensino fundamental e de educação infantil	
Nível socioeconômico	-	-	
Faixa etária	Acima de 30 anos	Em torno dos 30 anos	
Local das atividades	Centro Psicossocial de Saúde Mental, em Igrejinha (RS), próximo à Serra Gaúcha	A Escola onde os professores atuavam	
Nº de integrantes	9	34	
Sexo	Feminino	32 feminino 2 masculino	
Método	-	Aplicação de um questionário sobre o estilo de vida de cada um, visando ao levantamento de dados da população, desde seus interesses até suas necessidades e expectativas. Daí, elencaram-se dez temas abordados durante o processo por meio de dinâmicas e do GMI	
Procedimento do GMI	Grupos semanais com uma hora de duração.	-	
Práticas corporais	Sob o prisma da Análise Bioenergética, iniciavam-se as atividades com o <i>grounding</i> , seguindo para os exercícios que movimentavam todo o corpo e ampliavam a respiração. Eram feitos ora individualmente, ora no coletivo.	As atividades foram sustentadas por Análise Bioenergética - mais especificamente pelo <i>grounding</i> e por exercícios expressivos que estabeleciam relação com o tema no momento do encontro -, Biossíntese e Educação Somática. Buscou-se trabalhar os anéis reichianos por meio da respiração e do relaxamento, entre outras dinâmicas de grupo não diretamente ligadas ao GMI	
Observações antes do GMI	Inicialmente as integrantes não toleravam mais de 40 minutos de atividades.	-	
Resultados	Diminuição da resistência e do período de crise, redução da necessidade de internação, busca de bem estar pelas participantes, manifestação afetiva, melhora no contato grupal, expressão de emoções, sentimento de força e capacidade para superar os momentos de instabilidade emocional.	Maior consciência de si e do outro. A experiência foi percebida como uma possibilidade de melhorar a vida familiar, profissional e pessoal.	

APÊNDICE K: Resumos 05 e 06

RESUMOS		
Título/ano de publicação	5 - Aplicação da Análise Bioenergética para grupo de adolescentes (2004)	6 - Despertar o corpo na melhor idade uma experiência com grupos de terceira idade (2004)
Objetivo da pesquisa	Auxiliar o adolescente na fase de transição entre a vida infantil e adulta, ajudando-o na construção de uma nova identidade na vida profissional e afetiva.	Resgatar a autoestima, os vínculos afetivos e o reconhecimento do espaço social ocupado pelos idosos.
Participantes	Adolescentes	Idosos
Nível socioeconômico	Baixa renda	-
Faixa etária	15 a 18 anos	-
Local das atividades	Cochicho das Águas - Centro Reichiano para o Desenvolvimento Humano	-
Nº de integrantes	60 a 80	80
Sexo	-	-
Método	-	Relatos dos participantes e observações das psicólogas.
Procedimento do GIM	Realização de workshops de finais de semana	O trabalho foi dividido em três etapas com oito sessões cada uma durante o período de seis meses. Em cada fase, buscou-se um objetivo. Na primeira, focaram-se o contato, a identificação e o vínculo. A segunda foi destinada a reconhecimento e exploração, priorizando trabalhos em duplas e grupal. A terceira explorou a experimentação e autonomia.
Práticas corporais	Aplicavam-se exercícios da Bioenergética, desde o <i>grounding</i> , alongamentos e, trabalhos corporais expressivos até vivências diversas.	A partir do prisma reichiano e da análise bioenergética, trabalharam-se alongamentos, movimentos espontâneos e exercícios de percepção respiratória e corporal, do grupo e de si no grupo. Exploraram-se também a imposição de limites e as atividades de apoio individual, grupal e em duplas.
Observações antes do GIM	-	Pessoas com comprometimentos físico-orgânicos, como hipertensão, diabetes, problemas cardíacos e até emocionais, como depressão.
Resultados	-	Mudanças significativas no comportamento e na distribuição energética dos corpos, ocorrendo melhora nos sintomas físicos e no aspecto geral do humor e da saúde.

APÊNDICE M: Resumos 09 e 10

RESUMOS	
Título/ano de publicação	9 - Mover-se: uma possibilidade de abertura na vida (2004)
Objetivo do grupo	Trabalhar as tensões musculares, a fim de ampliar a percepção corporal, sensações, sentimentos, respiração, vibração, buscando uma vitalidade que pudesse trazer resultados de ações concretas na vida de cada participante.
Participantes	Adultos
Nível socioeconômico	-
Faixa etária	-
Local das atividades	-
Nº de integrantes	8 a 12
Sexo	Misto
Método	-
Procedimento do GM	O grupo ocorre anualmente, com encontros semanais que duram 90 minutos. Na ocasião, os temas são levantados dentro da própria dinâmica grupal.
Práticas corporais	Análise Bioenergética e técnicas do sociopsicodrama, como jogos, dinâmicas lúdicas, música, meditação e concretização de imagens.
Observações antes do GM	-
Resultados	-

10 - Perspectivas de atuação psicossocial em psicoterapia corporal: relato de experiência com crianças e adolescentes (2004)

Oportunizar um espaço para discussões atinentes a sexualidade, família, trabalho e outros temas que fossem pertinentes a eles.

Adolescentes

Baixo

15 a 18 anos

Instituição Bom Pastor de Quebec - Natal (RN)

9

Feminino

-

Durante nove meses, realizaram-se encontros abertos semanais.

Pautou-se pelas técnicas de psicoterapia reichiana e neoreichiana, especificamente a Bioenergética e Gestalt-Terapia. O grupo foi conduzido trabalhando o corpo no sentido céfalo-caudal, como proposto por Reich.

Adolescentes em busca de orientação sexual e de discussões de temas condizentes com a faixa etária.

Maior maturidade para lidar com as questões sexuais e familiares, fortalecimento da autoestima, percepção corporal e emocional, maior autonomia e segurança.

APÊNDICE N: Resumos 11 e 12

RESUMOS	
Título/ano de publicação	11 - Além do Setting Terapêutico - Grupo de Movimento com exercícios de Análise Bioenergética (2006)
Objetivo do estudo	Complementar a Psicoterapia individual.
Participantes	Adultos
Nível socioeconômico	-
Faixa etária	-
Local das atividades	Consultório particular
Nº de integrantes	-
Sexo	Misto
Método	-
Procedimento do GMI	Grupos contínuos, abertos, com encontros semanais de uma hora e trinta minutos de duração.
Práticas corporais	Iniciava-se o grupo com exercícios da Análise Bioenergética para desbloquear os anéis de tensões corporais e em seguida eles eram destinados para alguma estrutura de caráter descrita por Lowen.
Observações antes do GMI	Hipertensão, nível elevado de estresse, síndrome do pânico.
Resultados	Normalização da pressão arterial, redução do nível de estresse.
	12 - Movimentos anti-estresse: a vida na terceira idade (2008)
	Trabalhar as tensões do organismo, favorecendo a saúde física, emocional e mental das participantes.
	Idosos
	Baixo
	60 a 78 anos
	Centro de promoção de saúde do idoso e da família, anexo da ONG Casa de Santa Ana, na cidade de Deus (RJ).
	Aberto
	A maioria era do sexo feminino.
	Relatos das integrantes.
	-
	As teorias freudianas e reichianas nortearam a compreensão da dinâmica das participantes. O referencial teórico dos exercícios pautaram-se pela Escola Angel Vianna, compreendendo práticas de consciência e expressão corporal, alongamentos, respiração e dança.
	-
	Ampliação da percepção corporal; melhoria na capacidade de expressão; mudança no ritmo, favorecendo uma melhor condição ao organismo para enfrentar o cotidiano. Sensações de leveza e bem-estar.