

ESCOLA MINEIRA DE BIODANZA - SISTEMA ROLANDO TORO
CURSO DE FORMAÇÃO DE FACILITADORES

BIODANZA PSICOTERAPÊUTICA: UM ENCONTRO POSSÍVEL

BELO HORIZONTE

ABRIL/1998

ESCOLA MINEIRA DE BIODANZA - SISTEMA ROLANDO TORO
CURSO DE FORMAÇÃO DE FACILITADORES

BIODANZA PSICOTERAPÊUTICA: UM ENCONTRO POSSÍVEL

Monografia apresentada à Escola Mineira de Biodanza, como requisito parcial para obtenção do título de facilitador de Biodanza.

Aluna: Simone Aparecida Noronha

Orientadores: Vítor Augusto Lemelle
Rafael Rubens

BELO HORIZONTE

ABRIL/1998

Dedico esta monografia à minha irmã, Vânia de Fátima Noronha Alves, a quem admiro, e qualquer palavra ou expressão seria pequena para dizer dos meus mais sinceros agradecimentos. Obrigada pela sua disponibilidade, mesmo com tantos afazeres, você sempre encontrou tempo, carregado de carinho e palavras encorajadoras para guiar minha produção, entendendo minhas palavras e tornando-as mais claras e objetivas. Obrigada, Vaninha, você foi muito importante nesse processo e quero compartilhar com você a imensa alegria que sinto de estar finalizando esta etapa. Você foi minha amiga, orientadora, motorista, nutridora, tudo!

TE AMO !

Simone

Agradecimentos

A meus pais, pelo melhor presente, a vida.

A meus irmãos, pelo incentivo e força.

Ao Deco, meu marido, amigo e companheiro, por respeitar e compartilhar comigo a jornada de meu desenvolvimento pessoal e profissional. Obrigada pelo carinho e cuidado, principalmente quando retornava das maratonas.

Ao Rolando Toro pela sensibilidade e genialidade de criar e oferecer à humanidade a possibilidade de vivenciar o doce deleite de ser quem se é, através de um sistema integrador e harmônico.

À amiga e companheira, Jozânia Miguel Chaves que me presenteou com o convite a participar de minha primeira sessão de Biodanza.

À facilitadora didata, Cláudia Helena Monteiro, a quem muito estimo, que me recebeu com carinho e atenção, apresentando-me a Biodanza e incentivando-me a participar do curso de formação.

Aos facilitadores-didatas que estiveram conosco nas maratonas, facilitando a construção do saber.

Aos colegas do curso de formação, co-participantes do meu crescimento, um abraço.

Aos participantes do grupo de estudo, Kátia Romanhol, Sandra de Castro Alves e Jozânia Chaves, que pacientemente escutaram minhas dúvidas e colaboraram, assertivamente, para que pudesse compreendê-las.

A grande dedicação de meus orientadores, Vítor Lemelle e Rafael Rubens que com disposição, afeto e olhar crítico, seguraram minhas mãos nessa caminhada.

Com muito amor, orgulho e alegria os participantes do grupo regular que conduzo, pela confiança no meu trabalho e pelo estímulo à conclusão desse curso. Adoro vocês.

*Não cessaremos de
explorar
E ao final de cada exploração
Será chegar onde começamos
E conhecer o lugar pela primeira vez.
(De Eliot, apud NEILL, 1990: 35)*

SUMÁRIO

CAPÍTULOS	PÁGINAS
PONTO DE PARTIDA	07
PRIMEIRA ESTAÇÃO: DEFINIÇÃO E EXTENSÃO DOS CONCEITOS	10
SEGUNDA ESTAÇÃO: PARA ALÉM DA EXTENSÃO DOS CONCEITOS	14
TERCEIRA ESTAÇÃO: ALIANDO TEORIA E PRÁTICA	19
CHEGADA: UM CONVITE A NOVAS INTERLOCUÇÕES	30
BIBLIOGRAFIA:	34

PONTO DE PARTIDA

Em 1987, ingressei-me no curso de Psicologia, na Pontifícia Universidade Católica de Minas Gerais. Ao longo do curso tive contato com várias correntes epistemológicas da Psicologia, dentre elas, a Existencialista, a Humanista, a Behaviorista e a Psicanálise, sendo que, o principal enfoque era o da Psicanálise, com o qual não me identificava. Somente ao final do curso tive oportunidade de conhecer a concepção da Psicoterapia Sistêmica, onde encontrei viabilidade para atender meus anseios profissionais, abraçando-a como suporte teórico para minha prática.

Meu contato com a Biodanza ocorreu quando ainda estava na faculdade, no momento em que questionava algumas correntes da Psicologia e iniciava meus estudos sobre a Psicoterapia Sistêmica. Desde então, percebi uma grande aproximação entre essa teoria e a prática da Biodanza, nascendo o desejo de conhecê-la mais de perto.

Recordo-me da 1ª sessão de Biodanza que participei, fui tomada por uma sensação de alegria, leveza e um prazer imensurável de estar viva, em contato com os outros e com o mundo ao qual estava inserida. Tornei-me então frequentadora assídua de um grupo regular, reconhecendo cada vez mais na Biodanza, uma possibilidade de crescimento pessoal.

Paralelo a minha graduação e à descoberta da Biodanza, era funcionária da VARIG/SA, onde atuei por sete anos. Minha função era a de agente de reservas, responsável pelo atendimento ao público, via telefone. Aos poucos, essa tarefa foi se tornando extremamente desgastante e rotineira para mim. Tinha outros planos profissionais e essa realidade estava ficando incompatível com minha nova proposta de vida. Entretanto, a empresa me oferecia vantagens que me colocavam frente a um grande conflito, que adiou meu pedido de demissão por aproximadamente dois anos.

A conclusão do curso de graduação, aliada ao meu interesse pela Biodanza, remetiam-me à busca de novos horizontes. Fui orientada quanto ao curso de formação de facilitadores em Biodanza, no qual ingressei, passando a perceber nesse uma possibilidade também profissional.

Durante a formação em Biodanza, os questionamentos internos quanto ao meu estilo de vida e a crescente insatisfação no referido emprego, tornavam-se mais evidentes. Simultaneamente, essas questões vinham sendo trabalhadas em meu processo psicoterapêutico, porém, ainda não havia conseguido resolvê-las. Por meio da Biodanza, obtive coragem para assumir minha escolha de desligar da empresa, investir na Psicologia e na própria Biodanza. Considero que a Biodanza, naquele momento, exerceu em mim, uma ação psicoterapêutica, uma vez que permitiu um autoconhecimento, proveniente da auto-reflexão e da elaboração de meus sentimentos e emoções. Desde então, venho pesquisando a ação psicoterapêutica da Biodanza e a possibilidade de considerá-la uma psicoterapia.

No decorrer do estágio supervisionado do curso de formação em Biodanza, fui novamente remetida a essa questão, uma vez que os participantes do grupo traziam-na à tona. A falta de resposta para tal me motivou a aprofundar nesta investigação. Recorri à bibliografia apresentada por seu criador, ROLANDO TORO, mas não obtive respostas satisfatórias, pois o próprio autor, em alguns momentos, refere-se à mesma como terapêutica e em outros como pedagógica. Resolvi, então, transformar essa questão, no objeto de investigação dessa monografia. Espero com esse trabalho instigar a comunidade de Biodanza a refletir sobre o lugar que a mesma ocupa no processo de desenvolvimento global de seus participantes. Este lugar é pedagógico, terapêutico, psicoterapêutico, ou contempla as três possibilidades?

Minha hipótese é de podermos considerar a Biodanza, não só um processo pedagógico e terapêutico, mas também psicoterapêutico, uma vez que seus resultados se aproximam daqueles da Psicoterapia Sistêmica, apesar de possuírem métodos e mecanismos de ação próprios e distintos. Ambas favorecem ao autoconhecimento¹ e ao crescimento pessoal² permitindo ao ser humano o desenvolvimento de suas potencialidades. Outro ponto em

¹ Por autoconhecimento compreendo a capacidade de reconhecer seus próprios sentimentos e utilizá-los em prol da satisfação pessoal, de suas escolhas e no direcionamento da própria vida.

² Por crescer, entendo a condição que o indivíduo tem de se tornar o que ele pode se tornar - *como a semente que se torna árvore. Quanto mais a pessoa se torna ela mesma, mais pode estar com os outros.* (WHITAKER, *apud* NEILL, 1990: 38; 43)

comum entre essas teorias é a manutenção da saúde, que implica em funcionalidade e trás em si a idéia de movimento e processo contínuo, um equilíbrio dinâmico. Um sistema é saudável quando funciona de forma integrada e harmônica. Sendo assim, a doença ou o sofrimento representam a disfuncionalidade do sistema e surgem quando o indivíduo não encontra dentro de si seus recursos internos, ou seja, seus potenciais genéticos para lidar com o mundo.

Tanto a Biodanza quanto a Psicoterapia Sistêmica atuam de forma a proporcionar ao indivíduo condições de estar em contato consigo mesmo e reconhecer suas potencialidades e habilidades. Na medida em que as reconhece e desenvolve seus recursos internos, utilizando-os no cotidiano, é capaz de afastar as doenças, não permitindo seu estabelecimento. Porém, quando a doença se instala, é tratada em sua globalidade, considerando-se os aspectos físicos, emocionais e relacionais do indivíduo. A doença deixa de ser o foco e é situada em um contexto mais amplo.

Para desenvolver esse estudo, optei por fazer uma revisão bibliográfica, utilizando textos tanto da Psicologia quanto da Biodanza. Sabe-se que essa última, não possui uma extensa bibliografia, e que TORO é responsável por boa parte desta, hoje enriquecida com as contribuições provenientes de pesquisas realizadas nos cursos de formação de facilitadores e didatas, e ainda, de recentes publicações.

Ao debruçar-me sobre os textos de TORO, percebi que, muitas vezes, ele apenas apresenta os conceitos sem um aprofundamento dos mesmos, o que dificulta a compreensão de sua teoria, principalmente por parte de iniciantes e de leigos. Propus-me então, fazer uma releitura de um de seus textos, - “Classificação das terapias” - buscando desenvolver a hipótese por mim apresentada.

É importante dizer, que não compreendo um conceito como algo estático, pronto e acabado, mas sim em construção. Ao rever e aprofundar alguns conceitos da Biodanza, faço, no sentido de perceber que, esta é uma área de ação e intervenção profissional recente, decorrendo daí a necessidade de aprofundamentos e esclarecimentos, mesmo que às vezes, tudo se pareça óbvio. Portanto, penso que esse estudo contribui para o enriquecimento teórico-prático da Biodanza.

PRIMEIRA ESTAÇÃO

DEFINIÇÃO E EXTENSÃO DOS CONCEITOS

Neste capítulo, serão definidos os termos Biodanza, Pedagogia, Terapia e Psicoterapia, por se tratarem de conceitos que penso serem fundamentais para subsidiar as reflexões propostas nos outros capítulos.

As seguintes definições podem ser utilizadas para o termo Biodanza:

- um sistema de integração afetiva, renovação orgânica e reaprendizagem das funções originárias de vida. (TORO, 1991: 03)

- um sistema coerente de ações baseadas nas ciências do homem: Antropologia, Etologia, Biologia, Medicina, Psicologia e Sociologia. Não deriva de nenhum sistema ideológico, religioso ou psicológico especial. Baseia-se na observação, descrição e experimentação. Utiliza as técnicas tradicionais de investigação científica. (TORO, 1991: 20)

- um sistema de integração e desenvolvimento humano, não interpretativo, baseado na dança e nas situações de comunicação em grupo. (TORO, 1991: 20)

- Biodanza, mais que uma ciência, é uma poética do encontro humano, uma nova sensibilidade frente a existência. Sua metodologia promove uma sutil participação no processo evolutivo. (TORO, 1991: 26)

Entendo a Biodanza como um sistema que visa a integração entre o sentimento, o pensamento e a ação do ser consigo mesmo, com o outro e com a totalidade, que se fundamenta em cinco linhas de vivências, a saber: a vitalidade, a sexualidade, a criatividade, a afetividade e a transcendência, canais de expressão da emoção. Essa divisão ocorre apenas para fins didáticos, pois na concepção holística do ser humano, adotada pela Biodanza, o mesmo se expressa por meio de todos os seus canais, enfatizando, a cada momento, um ou mais deles. Este sistema é capaz de provocar mudanças em seus participantes, proporcionando-lhes o gozo e a alegria de sentirem-se

vivos, com qualidade e dignidade, indo de encontro à seus desejos, projetos e valores internos.

Para o termo Pedagogia, têm-se as seguintes definições:

- é a ciência da educação e do ensino. (FERREIRA, 1977: 357)

- ciência da educação, conjunto de doutrinas e princípios que visam a um programa de ação. Estudos dos ideais de educação, segundo determinada concepção de vida e dos meios mais eficientes de realizá-los. (BUENO, 1965)

- a teoria e o método que constrói os discursos, as explicações sobre a prática social e sobre a ação dos homens na sociedade, onde se dá a sua educação. Por isso a pedagogia teoriza sobre a educação, que é uma prática social em um dado momento histórico. (COLETIVO DE AUTORES, 1992: 25)

Para o termo Terapia, apresento as seguintes definições encontradas:

- é a parte da medicina que estuda e põe em prática os meios adequados para aliviar ou curar doentes (FERREIRA, 1977: 464)

- terapia é o tratamento cuja finalidade é curar ou aliviar um estado deteriorado para que o funcionamento normal do organismo se restabeleça. Terapêutica é o ramo da ciência que se ocupa do tratamento de doenças e distúrbios orgânicos. (NICK, 1990: 377)

- tratamento de doença, o mesmo que terapêutica (KEATING, 1997).³

As várias correntes de psicoterapias existentes são responsáveis pelo grande número de definições para o termo. Apresentarei aqui as definições que mais se aproximam do meu objetivo nesse estudo.

³Essa autora, elaborou a “Terapia do Abraço”, prática abraçar como forma de tratamento e cura de doenças, ou ainda, como forma de manutenção da saúde através dos múltiplos significados e da comunicação pelo abraço.

- *é no sentido lato, qualquer método de tratamento das desordens psíquicas ou corporais que utilize meios psicológicos, tais como: escuta, hipnose, regressão, transferência, e mais precisamente, a relação entre o terapeuta e o doente.* (LAPLANCHE, 1983: 506)

- *é essencialmente uma conversação que envolve o ouvir e o falar com aqueles que estão em dificuldade, com o objetivo de ajudá-los a compreender e resolver seus problemas.* (BROWN, 1981: 13)

- *utilizado de forma geral, inclui todas as formas de tratamento para distúrbios emocionais que dependem da conversação e da relação com o terapeuta, em contraste com os métodos físicos de tratamentos.* (BROWN, 1981: 13)

- *é a utilização das relações pessoais para ajudar as pessoas com dificuldades. O que pode ocorrer em muitos níveis: formal, com um profissional da área “psi” e informalmente em conversas francas entre amigos e confidentes. Todos os que tentam encorajar um amigo em dificuldades, ou confortar uma criança em pânico estão praticando a psicoterapia.* (BROWN, 1981: 15)

- *meio de ajudar a pessoa a enfrentar a verdade e assumir as responsabilidades delas mesmas e dos seus relacionamentos.* (BROWN, 1981: 74)

Historicamente, a Psicologia tradicional enfatizou o tratamento individual e isolado, orientando-se no “passado”. A partir da década de 60, muda-se o enfoque, que passa a ser orientado para o presente, para o instante vivido, o “aqui e agora”. Como exemplos, temos a Gestalt-terapia de Perls e a Terapia Existencial de Rogers, centrada no cliente. Nesta mesma época, iniciam-se os estudos e práticas sobre Psicoterapia Familiar e de Casal. Essas passam do enfoque individual para o das inter-relações e consideram que muito dos problemas emocionais e de desenvolvimento têm suas raízes nos relacionamentos íntimos, familiares ou de casal. Uma das vertentes das Psicoterapias Familiares é a Psicoterapia Sistêmica, que atua na família, no casal ou individualmente, dando ênfase na totalidade do ser humano e em sua teia de inter-relações, que inseridas

em um contexto amplo, familiar e sócio-cultural, são relevantes no processo psicoterapêutico.

Nesta abordagem, a leitura de vários autores, dentre eles FOLEY, MINUCHIN e NEILL me permitiu definir psicoterapia como um processo dinâmico capaz de provocar mudanças no indivíduo e conseqüentemente em seu meio.

Para WHITAKER, *a psicoterapia é imprevisível e o terapeuta está inexoravelmente ligado ao seu paciente em uma dança integrativa, uma dança de crescimento mútuo.* (WHITAKER, *apud* NEILL, 1990:12-13). O mesmo autor (1990: 38) afirma ainda que: *A interação psicoterapêutica é um encontro existencial. Este implica em uma presença no relacionamento aqui e agora, bem como em uma troca, abandonando as restrições impostas pelos papéis sociais.*

Para os autores O'HANLON e DAVIS (1994) não existe uma teoria correta de psicoterapia, e sim, várias técnicas e abordagens distintas que parecem produzir mudanças e resultados positivos. Para eles, *existe uma mega-tendência das psicoterapias que consiste num afastamento das explicações, dos problemas e das patologias e numa aproximação das soluções, da competência e da capacidade* (1994:15). Essa tendência provoca uma mudança na maneira de ver as patologias e as fraquezas, propondo uma concentração nas potencialidades e nas capacidades do cliente, *buscando uma forma mais humana e menos dolorosa de ajudar as pessoas.* (1994:21)

Esses autores comparam o processo psicoterapêutico ao ato de dançar a dois, como pode ser visto neta citação:

Há uma constante troca durante a dança, com o tempo é difícil dizer quem está levando e quem está seguindo. Todo dançarino tem um estilo, a mistura de dois estilos é que faz a dança. Nosso estilo é dançar de acordo com os ritmos e potencialidades, das soluções e da competência. Com frequência, nossos pacientes seguem nossa direção e começam a contribuir para esta dança com seu próprio estilo. (1994:57)

SEGUNDA ESTAÇÃO

PARA ALÉM DA EXTENSÃO DOS CONCEITOS

Este capítulo tem como base o texto “Classificação das Terapias” escrito por TORO (1991). O incomodo que sentia, e ainda sinto, frente a esse texto foi perceber que o autor apenas apresenta os conceitos, sem explicitar sua compreensão dos mesmos. Minha contribuição vem no sentido de desenvolver esses conceitos, e ainda, apresentar outros elementos, quando julgar necessário. Acredito que essa releitura poderá contribuir com novos cursos de formação de facilitadores e ainda, permitir uma maior clareza para todos interessados no sistema Biodanza. O objetivo desse capítulo é deslindar os critérios de classificação das terapias utilizados por TORO.

Inicio essa reflexão problematizando o termo terapia no título desse texto, “Classificação das terapias”. A bibliografia consultada e apresentada no capítulo anterior me permite dizer que existe uma confusão conceitual neste terreno. Reafirmo que o termo terapia é mais ligado à Medicina, porém, é largamente utilizado pelo senso comum e por alguns profissionais da área *psi* como diminutivo do termo psicoterapia.

Esta confusão conceitual pode ser notada também nos dizeres de TORO:

Este breve esquema nos permite ubicar Biodanza dentro del vasto panorama actual de las psicoterapias. Existen varios criterios de classificacion de las terapias... (1991: 157)

Nessa direção, penso que TORO ao dizer terapia, está se referindo à psicoterapia, pois no meu entender, é essa concepção que ele defende.

As outras reflexões partem dos critérios de classificação das terapias utilizados por TORO que foram: o número de pessoas, a estrutura do grupo, o fundamento, a combinação dos marcos terapêuticos, o compromisso corporal, a órbita de ação e a natureza da relação médico-paciente.

Quanto ao *número de pessoas*, TORO (1991: 157) define que uma “terapia” pode ser: individual ou em grupo.

- Psicoterapia individual: quando aplicada a apenas uma pessoa.

- Psicoterapia de grupo:

Qualquer forma de psicoterapia em que várias pessoas são tratadas simultaneamente mas não todas de modo idêntico. O processo envolve reuniões de pacientes com o terapeuta, que atua como um líder de debates ou moderador. Parte-se do princípio de que ouvir os problemas das outras pessoas e como foram resolvidos pode ter efeitos catárticos e terapêuticos sobre o indivíduo. (NICK, 1989: 162)

Acrescento as Psicoterapias de Casal e Família, surgidas nas décadas de 50-60 que fundamentam os princípios da Psicoterapia Sistêmica.

- De casal: psicoterapia em que o casal é atendido conjuntamente, tendo como objetivo ajudá-los a refletir sobre sua situação conjugal, descortinando suas dificuldades, facilitando a elaboração das mesmas e estimulando a busca de soluções para situações conflituosas. Traz possibilidades de mudanças, a fim de melhorar as condições de vida a dois, potencializando a relação amorosa.

- De família: a intervenção psicoterapêutica centra-se na família e nas mudanças que podem ser efetuadas sobre ela. O enfoque é dado ao sistema familiar como um todo, sem privilegiar um ou outro membro.

Quanto a *estrutura do grupo*, TORO (1991: 157-158) considera que um grupo pode ser: homogêneo, heterogêneo, fechado, semi-aberto e aberto. Buscando a compreensão desses termos, verifiquei que um grupo é:

- Homogêneo quando é composto por pessoas da mesma natureza, estreitamente ligadas, com os mesmos interesses. Exemplo: grupos de adolescentes e gestantes.

- Heterogêneo quando é misto, composto por pessoas de diferentes faixas etárias e escolaridade, tendo ou não objetivos e interesses comuns. Em Biodanza,

são de suma importância os grupos regulares, heterogêneos, formados por pessoas de todos os tipos, vindas de todos os lugares, que recebem, decodificam e levam a mensagem afetiva e renovadora da Biodanza. (CARVALHO, 1997: 15)

- Aberto ou semi-aberto: a bibliografia estudada não esclarece seus significados, abordarei no próximo capítulo meu entendimento destas estruturas na Biodanza.

Quanto ao *fundamento*, TORO (1991: 158) classifica as “terapias” em: científicas, empíricas, mágicas e artístico criativa.

Para melhor entender esses termos, proponho as seguintes explicações:

- Científicas: que tem o rigor da ciência, relativo às ciências. Podemos citar a Psicanálise, a Gestalt-terapia e a Psicoterapia sistêmica, dentre outras.

- Empíricas: que se apóiam exclusivamente na observação e nas experiências, não têm um aprofundamento teórico. Os conselheiros e curandeiros são alguns exemplos.

- Mágicas: *magia é a arte ou ciência oculta com que se pretende produzir efeitos e fenômenos contrários as leis naturais; bruxaria. Mágico, refere-se à magia, ligado ao extraordinário, sobrenatural e encantador* (FERREIRA, 1977: 301). Não verifiquei uma aproximação destes conceitos às psicoterapias.

- Artístico criativa: na bibliografia pesquisada não foi encontrada uma definição para este fundamento. Questiono se a Arteterapia e a Musicoterapia poderiam ser exemplos. Quanto à *combinação dos marcos terapêuticos*, de acordo com TORO, as “terapias” podem ser: ortodoxas, integral e eclética. Como não encontrei outras explicações que pudessem ampliar o entendimento desses termos, apresentarei os propostos pelo autor:

- Ortodoxas: *obedecem estritamente a um modelo terapêutico* (1991: 158)

- Integral: *se busca a terapia apropriada a cada cliente.* (1991: 158)

- Eclética: *se combinam diversas terapias* (1991: 158)

Quanto ao *compromisso corporal*, TORO (1991: 158) afirma que as “terapias” podem ser: verbal, corporal ou mista. Para esclarecer esses termos, acrescento:

- Verbal: todos os tipos de psicoterapia em que o indivíduo é encorajado a utilizar a palavra como principal forma de expressão de seus problemas e fantasias. Ao falar de si, ele se reconhece e se posiciona frente às suas questões, sendo capaz de encontrar suas próprias respostas.

A fala é o canal do qual as descobertas do paciente podem ser expressas e examinadas com o terapeuta e outros companheiros no empreendimento terapêutico, como participantes do grupo ou da família. (BROWN, 1981:65)

- Corporal: o corpo expressa os conflitos emocionais por meio de gestos, movimentos e posturas. As “terapias corporais” utilizam o entendimento da linguagem corporal e suas expressões como principal ferramenta para o conhecimento e elaboração dos problemas. Normalmente o terapeuta realiza uma leitura corporal do seu cliente e utiliza dessa técnica para fazer suas pontuações e interferências.

- Mista: Psicoterapias que utilizam tanto a palavra quanto a expressão corporal em seu processo psicoterapêutico.

A fala foi muito enfatizada pela Psicanálise e por outros tipos de Psicoterapia, por outro lado, o Psicodrama, a Bioenergética, a Gestalt e a Sistêmica, tentam evitar o uso exclusivo da fala racional e encorajam o uso da expressão física dos sentimentos e das relações, utilizam o toque e a expressão corporal, que muitas vezes provocam experiências intensas. Tanto a fala quanto o sentimento são necessários para a total expressão do ser.

Quanto à *órbita de ação*, TORO as classifica em transcendente e imanente.

- Imanente: *atuam na esfera pessoal e nos problemas do ego.* (1991: 158)

- Transcendente: *atua na esfera social e cósmica.* (1991: 158)

Segundo SOPENA (1987: 590) diz-se imanente aquilo que é inerente ao ser, que existe em um dado objeto e é inseparável dele, e, diz-se transcendente (1987: 968), aquilo que vai além de. Transcender é ultrapassar; elevar-se acima de; ampliar os limites da existência possível.

Quanto à *natureza da relação médico-paciente*, TORO (1991: 158) afirma que as “terapias” podem ser agressivas, distanciadoras, aproximativas, de comunicação, de contato e de acariciamento. Segue as definições do autor:

- Agressivas: *o terapeuta agride de fato o paciente com o propósito de curá-lo. São exemplos: Eletrochoque, Lobotomia, Lavagem Cerebral e Insulinoterapia.* (1991: 159)

- Distanciadoras: *relação assimétrica entre terapeuta e paciente. O terapeuta mantém discreta distância com o paciente. São exemplos: Psicanálise, Hipnoterapia e Yogaterapia.* (1991: 159)

- Aproximativas: *relação dialógica entre terapeuta e paciente. Exemplos: Análise Existencial e Gestalt-terapia.* (1991: 159)

- De comunicação: *comunicação verbal e ou compromisso corporal do paciente. Exemplos; Antiginástica, Ludoterapia, Expressão Corporal e “Psicodança”⁴.* (1991: 161)

- De contato: *simetria da relação terapeuta-paciente com contato corporal. Exemplos: Bionergética, Massagens e Psicodrama.* (1991: 162)

- De acariciamento: *a relação terapeuta-paciente muda para uma relação amigo-amigo. A ação terapêutica é exercida pelo grupo, brindando continente. O contato adquire a qualidade de carícia ou colo afetivo. Exemplos: Biodanza, Bioenergética e Somaterapia.* (1991: 164)

Após este levantamento, TORO afirma ser a Biodanza:

uma psicoterapia de grupo, de estrutura semi-aberta, de composição heterogênea, científica, de caráter ortodoxo, integral, corporal, imanente, transcendente e de contato. (1991: 158-159)

Compartilho da seleção de critérios realizada por TORO para definir Biodanza como Psicoterapia, entretanto, penso que apenas fazer essa afirmação não nos permite visualizar a complexidade que essa implica na prática, como será demonstrado no próximo capítulo.

⁴ O surgimento dos primeiros conceitos de “teoria da vivência e protovivência” datados de 1976 levaram TORO a substituir em 1978 o termo original Psicodança por Biodanza, e ainda, a ampliação de uma visão antropocêntrica para uma visão biocêntrica do ser. (GÓIS, 1991: 6). Isso demonstra que em seus primórdios, a Biodanza esteve integrada a Psicologia, sem, no entanto, manter essa integração ao longo dos anos.

TERCEIRA ESTAÇÃO

ALIANDO TEORIA E PRÁTICA

Minha experiência enquanto facilitadora do grupo regular, formado para o estágio supervisionado, com o qual permaneço até os dias atuais, me permitiu fazer um detalhamento de cada um dos critérios descritos no capítulo anterior, expressando meu posicionamento e questionamentos acerca dos mesmos.

- GRUPO

Entendo por grupo, a reunião de três ou mais pessoas, que se encontram para fazer algo em comum, ocupam um tempo e um espaço, comunicam entre si, interagem e exercem influência mútua. Penso que o número de pessoas em cada tipo de grupo depende do objetivo deste.

TORO ao considerar a Biodanza uma Psicoterapia de grupo, não especificou o número mínimo ou máximo de participantes numa sessão, o que me fez levantar algumas questões:

- Pode-se entender que é possível aplicar a Biodanza para qualquer número de pessoas?
- Há um limite de pessoas para a formação de um grupo regular⁵?
- O número de participantes interfere na metodologia a ser aplicada?
- A “intensidade do vínculo”, consigo, com o outro e com a totalidade; o “nível de entrega” nas vivências; o compromisso e a qualidade dos encontros são afetados e diferenciados pelo número de participantes?

Na tentativa de responder essas questões e refletir acerca da interferência do número de participantes em uma sessão de Biodanza, proponho o seguinte quadro:

Classificação dos grupos	Número de participantes
Muito Pequeno	de 3 a 6
Pequeno	de 6 a 10
Médio	de 10 a 20

⁵ A Biodanza adota o termo *grupo regular* referindo-se ao grupo que se encontra semanalmente e segue com aprofundamento nas vivências.

Grande	de 20 a 30
Muito Grande	acima de 30

Figura 1: Classificação de um grupo regular de acordo com o número de seus participantes

De acordo com a classificação proposta, considerarei cada uma delas, buscando compreender quais as influências dos tamanhos de um grupo de Biodanza e suas conseqüências.

A) Sobre o grupo Muito Pequeno, de 3 a 6 participantes, observo alguns pontos que podem dificultar sua condução, por exemplo:

- A presença de todos os participantes torna-se vital para a existência do grupo, o que implica dizer que a ausência de dois ou mais numa mesma sessão, compromete o seu funcionamento.
- A execução de vivências que necessitam um número maior de pessoas, tais como: túnel de carícias, rodas concêntricas de olhar, transe em suspensão, dentre outras, torna-se praticamente inviável.
- Algumas músicas podem ser consideradas longas durante a realização de determinadas vivências.
- A potencialização de algumas emoções é dificultada, como por exemplo, a alegria, que pouco provavelmente se propaga em grupo Muito Pequeno. O que se observa geralmente, é que ocorre um sentimento de desânimo, com tendência a ser um grupo sem vitalidade.

Penso que é possível conduzir grupos desse tamanho, desde que, seja esporadicamente, ou, por um curto período de tempo, ou ainda, com um objetivo específico, visto que as situações expostas acima, limitam e comprometem o trabalho desses grupos, que possivelmente não sobrevivam por muito tempo. Por isso, o facilitador deve estar atento a esses fatos, explorar sua criatividade e procurar alternativas para aumentá-lo, o que poderá ocorrer por meio de grupos de iniciação ou da junção com grupos já existentes, sem perder de vista a progressividade de ambos.

B) No grupo Pequeno, de 6 a 10 participantes, já existe uma possibilidade de condução e manutenção do grupo regular. Porém, corre-se o risco do grupo viciar em si mesmo, se fechar rapidamente e perder o belo da Biodanza que é a possibilidade de lidar com o novo e com o lado imprevisível da vida, na medida em que dançamos com pessoas diferentes. Por esses motivos, é importante o grupo se reciclar e estar aberto a receber novos componentes. Aqui também, o indicado é aumentar o grupo.

C) Os grupos de tamanho Médio, com 10 a 20 participantes, são frequentemente mais alegres, com a vitalidade mais acentuada. Qualquer vivência pode ser proposta, a ausência de alguns participantes não altera de forma significativa o funcionamento da sessão, do mesmo modo que a escolha das músicas não fica comprometida pela sua duração. Favorece a amizade e o estabelecimento de um nível de confiança e suporte uns para os outros. Fica um grupo gostoso, aconchegante, que nos faz sentir falta das vivências e dos encontros. O efeito disso se estende, atingindo as demais relações e ampliando a capacidade de efetuar encontros sinceros e renovadores para além do grupo regular.

Além disso, possibilita ao facilitador perceber mais as necessidades e limitações de cada participante, trabalhando-as mais intensamente no grupo. Penso que esse seja o número de participantes adequado para que ocorra a condução do processo psicoterapêutico via Biodanza.

D) Nos grupos Grandes, com 20 a 30 participantes, e/ou Muito Grande, acima de 30, todas as vivências podem ser propostas, a ausência de participantes não interfere na condução da sessão. Frequentemente são grupos mais alegres, onde qualquer tipo de emoção circula e pode atingir a todos. Em contrapartida, pode ocorrer uma dispersão e uma maior rotatividade entre os participantes. As fragilidades e dificuldades dos participantes podem ser ocultadas ou até mesmo não percebidas pelo facilitador. Penso que aprofundar nas vivências e obter resultados psicoterapêuticos significativos nesses grupos possa ser mais difícil, tornando-se assim um trabalho mais lúdico.

Após essas reflexões e considerações, penso que o fator determinante para definir o número de participantes em um grupo de Biodanza é o objetivo a que se destina a sessão. Por exemplo, em situações onde não haverá uma continuidade no trabalho, este

número poderá ser ilimitado, como é o caso de “aulas de abertura ou encerramento de congressos”, “aulão”, “aulas em empresas e aulas de divulgação”. Nesses casos, a “aula” não é uma “sessão”⁶.

- ESTRUTURA DO GRUPO (homogêneo, heterogêneo, fechado, semi-aberto e aberto)

Ao refletir sobre a estrutura do grupo, é notório sua composição heterogênea, visto que, independente dos objetivos que unem as pessoas, existe uma singularidade e uma diversidade em cada ser humano que os tornam diferentes.

Na Biodanza temos grupos heterogêneos com interesses específicos, por exemplo: crianças, adolescentes, adultos, gestantes, terceira idade, além de grupos para portadores de alguma deficiência física, como o Mal de Parkinson, L.E.R, Paraplegia e outros.

No que diz respeito ao fato do grupo ser fechado, aberto ou semi-aberto, TORO afirma que um grupo de Biodanza é semi-aberto; como pode ser visto nas seguintes citações:

Em Biodanza não se empregam as técnicas de psicodinâmicas de grupo das outras terapias: grupo fechado, conhecimento recíproco dos problemas de cada um, discussão e elaboração dessa problemática a nível grupal. O enfoque da Biodanza é radicalmente distinto. O grupo não trabalha com confissão pública. (1991:596)

Em muitas terapias se usa o grupo fechado, até ao ponto que se quiser entrar um novo integrante, fazem reunião para discutir sua participação. Em Biodanza se trata de superar a inibição frente ao estranho. Nosso interesse é fazer grupos abertos ou semi abertos. (1991: 597)

Diante tais afirmações, pergunto:

- Alguém pode entrar ou sair do grupo há qualquer momento?
- Em Biodanza não se discute em quais momentos um grupo deve receber um novo integrante e qual deve ser seu “nível” de conhecimento/vivência, sobre a mesma?
- O que está sendo entendido por grupo “aberto” e “semi-aberto”?
- A Biodanza não tem grupo “fechado”?

⁶ Toro utiliza os termos *aula* e *sessão* com o mesmo significado. Ver Tomo II, pág 598. A indefinição quanto a ser uma “aula ou sessão de Biodanza” se encontra na própria falta de definição do seu lugar. Utilizo o termo sessão referindo-me aos encontros de um grupo regular, que requer continuidade.

No que diz respeito à entrada de novas pessoas no grupo, existem alguns aspectos que devem ser observados. Um grupo precisa estar disposto a receber uma pessoa nova, principalmente quando esta nunca fez Biodanza. Existem diferenças entre uma pessoa que conhece a Biodanza e se integra ao grupo, de outra que vai a uma sessão pela primeira vez. Estes fatores merecem especial atenção, pois é necessário ter progressividade, tanto para quem chega quanto para o grupo que já está formado. Quando se têm novatos, a sessão precisa ser basicamente preparada para esses, priorizando as vivências básicas, entretanto, não se pode interromper o crescimento e aprofundamento do restante do grupo em função dos mesmos. Por essas razões, vejo a necessidade de se conversar sobre a entrada de um novo participante, tendo em vista que este representa um novo universo, e quando entra ou sai um membro do grupo, decididamente ele não é o mesmo.

Quanto à saída das pessoas de um grupo de Biodanza não há restrições, visto que, não se tem um período de tempo definido para realização desse trabalho. Cada pessoa tem o seu próprio tempo de permanência no grupo, e isto é determinado por suas escolhas, ninguém é obrigado a se manter no mesmo. Essa característica, faz com que um grupo de Biodanza seja constantemente aberto para a *saída* de seus integrantes.

Penso que um grupo de Biodanza, independente do seu estágio, seja ele iniciante, intermediário ou avançado, passa por diferentes momentos, estando ora aberto, ora semi-aberto e ora “fechado”(mesmo que temporariamente). O que caracteriza cada um desses momentos é sua condição de estar *recebendo ou não pessoas novas*, fato esse que marca as diferentes fases de crescimento do grupo, como pode ser vista a seguir:

No período de formação de um grupo, ele encontra-se aberto, e é caracterizado por receber pessoas que desconhecem a Biodanza. Na maioria das vezes, este momento é chamado por “grupo de iniciantes”. A formação de um grupo ocorre de várias maneiras, às vezes, um grupo fica por um período com “sessões abertas” e vai se formando aos poucos. Outras é feita uma “iniciação” com um número maior de pessoas, formando o grupo praticamente de uma vez só. Raramente é realizada uma “iniciação” onde todos decidam continuar no grupo. Quando esta fase se prolonga muito, pode gerar desinteresse naqueles que estão investindo no grupo, pois o trabalho parece não fluir e corre-se o risco de sessões monótonas ou repetitivas. Talvez por isto, um grupo não

sobreviva se permanecer constantemente aberto, o que na prática, pode ser sentido como um “sempre recomeçar”.

Quando o grupo ultrapassa a fase de formação e deixa de receber novatos, forma um núcleo afetivo que permite o aprofundando nas vivências, é normalmente denominado “grupo intermediário”. Estou chamando de grupo intermediário aquele que está se definindo enquanto grupo, que já passou pelas vivências básicas e adquiriu uma “estrutura” ou um “amadurecimento” para aquelas que exijam maior comprometimento com o outro e maior disponibilidade para o contato. À medida que este grupo desenvolve-se, é possível seguir com um aprofundamento ainda maior nas vivências, o que não quer dizer que estas serão mais difíceis ou especiais, mas se caracterizam pelo aumento gradativo do nível de entrega em suas realizações. Nesse caso, pode-se dizer que o grupo está *fechado*.

Outro fator que pode determinar o fechamento do grupo é o número de participantes que a sala comporta para que todos se sintam confortável e tenham espaço suficiente para dançar.

“Grupo fechado” não é um termo encontrado nos escritos de TORO, estou introduzindo-o por ser um termo muito utilizado pela “comunidade de Biodanza” de que participo, e ainda, por tratar de um momento marcante para o desenvolvimento do grupo. Entretanto, o próprio movimento e pulsação da vida, faz com que nada seja estático, por isso, mudanças são inevitáveis. Provavelmente, este grupo que estou chamando fechado, poderá por diversas razões se dispor a abrir ao novo, tornando-se novamente um “grupo aberto ou semi-aberto”.

O termo semi-aberto soa-me como algo indefinido. Metaforicamente falando, diante de uma porta entreaberta é necessário bater para entrar? Dizer que um grupo é semi-aberto significa que ele está aberto para alguns e para outros não? Existem ou não restrições para entrada das pessoas nos grupos de Biodanza? Cada caso é um caso? Existem critérios, implícitos ou explícitos que orientam os procedimentos para receber os novatos? Há alguma relação da fase do grupo (iniciante, intermediário e avançado) com o nível de experiências que uma pessoa tenha na Biodanza? O que faz com que um grupo permaneça em aberto, semi-aberto ou fechado?

Em síntese, independente da fase que o grupo esteja, o importante é que seu ritmo seja respeitado e que a entrada ou saída de um membro não prejudique sua união, confiança e intimidade.

- CIENTÍFICA

A Biodanza é situada como *científica* por possuir fundamentos científicos, baseados na Biologia - ciência da vida; na Etologia- ciência dos costumes; na Antropologia - estudo do homem, sua origem, evolução e caracteres.

“Biodanza é um sistema coerente de ações baseadas nas ciências do homem: Antropologia, Etologia, Biologia, Medicina, Psicologia e Sociologia. Não deriva de nenhum sistema ideológico, religioso ou psicológico especial. Baseia-se na observação, na descrição e na experimentação. Utiliza as técnicas tradicionais de investigação científica.” (TORO, 1991:20)

- ORTODOXA E INTEGRAL

Seu caráter *ortodoxo e integral* pode ser analisado relembrando a classificação apresentada no capítulo anterior, ortodoxa está relacionada com o tipo de terapia que obedece estritamente a um modelo terapêutico; e integral quando se busca uma terapia apropriada a cada cliente.

A ortodoxia para a Biodanza está sedimentada na fidelidade ao seu modelo teórico, na atenção necessária ao preparar uma sessão, obedecendo a sua curva através da sequência das vivências propostas e de suas respectivas músicas, e ainda, o fato de não se permitir a “invenção de vivências” e/ou utilização de músicas que não constam no catálogo ou que tenham sido submetidas a uma criteriosa análise sobre sua ação no organismo.

Como *integral* entendo aquilo que é ou está inteiro, que é total e completo, que forma uma unidade. Na Biodanza podemos destacar a condição de ser integral em seu objetivo máximo que é a integração do sentir, pensar e agir e na preocupação que temos em aproximar o ser da natureza cósmica e transcendente. Ao considerar o homem como um ser holóide, já o vimos como ser total, onde tudo e todos se interagem.

Para a Biodanza é o todo, o grupo como uma entidade que interessa. Uma sessão é preparada levando-se em consideração o todo que o grupo representa, não priorizando

ou focalizando apenas um de seus membros e seus problemas ou dificuldades, esses são considerados em relação ao contexto do grupo.

- CORPORAL

Ao se tratar a Biodanza como *terapia corporal* encontramos em sua definição o tripé formado pelos elementos música-emoção-movimento e curiosamente não encontramos o elemento corpo, apesar deste ser o viés para que tudo aconteça, o ser é muito mais do que o seu corpo representa. A meu ver, Biodanza é a psicoterapia pelo movimento, onde conhecemos nossas emoções através da música que acessa nossa identidade em sua totalidade.

Nas “terapias corporais”, a intervenção atua diretamente sobre o corpo, e na Biodanza, a intervenção quando ocorre, incide no movimento, e advém das observações que o facilitador faz sobre esse, propondo outras vivências no intuito de promover mudanças no movimento. Essas observações devem ser espontâneas e não intencional, pensada a priori ou advinda de uma leitura corporal.

O facilitador não faz leitura corporal, não julga, não avalia e nem analisa os movimentos, ele facilita, cria um continente afetivo pela presença autêntica de todo grupo, para que o participante possa viver e expressar com sinceridade e franqueza todos os seus sentimentos. Esta autenticidade gera segurança em si mesmo, auto-estima e reciprocidade (cuidado consigo e com o outro).

Além do movimento, a Biodanza tem outro recurso, a “intimidade verbal”, momento em que o participante faz o relato do que vivenciou na sessão anterior. Nesse momento não há interpretação, o grupo todo é ouvinte, com uma escuta amorosa e atenciosa. Quando uma pessoa está falando, está sendo vista, ouvida e aceita pelo grupo e por ela mesma, está tendo uma oportunidade de se conhecer, perceber seus sentimentos e pensamentos e adquirir maneiras próprias de lidar com eles. À medida que aumenta o nível da entrega nas vivências, ocorre uma otimização do relato, a linguagem do grupo se modifica, as falas são mais íntimas e possuem maior expressão do sentimento.

Sendo assim, penso que, classificar a Biodanza somente como *psicoterapia corporal* é estar desconsiderando a importância do relato de vivência e da intimidade verbal. Entendo que são recursos da Biodanza, tanto a dança, o movimento pleno de sentido, quanto a palavra, e seguindo os critérios anteriormente analisados, a classificaria como *psicoterapia mista*.

- IMANENTE E TRANSCENDENTE

A Biodanza é *imanente e transcendente*, pois facilita o despertar, no ser, de sua essência, sua criança divina. Atua de forma que o indivíduo entre em profundo contato consigo mesmo, reconhecendo seus valores, seus potenciais e suas fragilidades, possibilitando-o a ultrapassar seus próprios limites.

- CONTATO

Em relação ao *contato*, TORO classifica, partindo da natureza da relação “médico/paciente”, “terapeuta/paciente” ou “terapeuta/cliente”. Em Biodanza, essa é substituída pela relação psicoterapêutica presente nas pessoas do facilitador/participante e participante/participante, considerando uma relação ativa entre eles.

Na Biodanza, o facilitador mantém uma relação simétrica, aberta e afetiva com os participantes de seu grupo, não detém o saber do outro, e nem é mais importante, *ele é uma pessoa entre outras e que também busca sua integração e desenvolvimento... Cada um participa de sua própria cura e ao mesmo tempo contribui para cura do outro. Cada participante se torna um terapeuta, um agente de saúde.* (TORO,1991: 53).

É função do facilitador ser um participante ativo do grupo, o que é decisivo para o crescimento deste. O facilitador precisa estar inteiro no grupo, o que o diferencia dos demais, é o conhecimento das técnicas da Biodanza para dar a largada no processo de autoconhecimento dos participantes e também dele mesmo. Por isso, penso que é muito importante o facilitador inverter seu papel e ser também um participante de Biodanza em outro grupo, conduzido por outro facilitador, isso colabora ainda mais para que esteja atento ao seu processo de crescimento e para que desempenhe com inteireza seu papel de facilitador.

MONTAGU (1988), um dos estudiosos sobre o contato e sua função, afirma que tocar é uma outra linguagem do nosso corpo, *a comunicação que transmitimos por meio do toque constitui o mais poderoso meio de criar relacionamentos humanos, como fundamento da experiência*. A linguagem do toque é uma linguagem com maior eficácia que a oral, porque o corpo não mente. Pensamentos e sentimentos são muitas vezes comunicados de forma não verbal, pelos movimentos e gestos.

De acordo com o autor, o tato é o primeiro sentido a surgir no organismo, e é a matriz dos outros, sendo que a pele tem a mesma formação embriológica do Sistema Nervoso Central, *é a inteligência do corpo voltada para fora*. O primeiro contato do corpo com o meio externo, se dá pela pele, esta é o *continente da nossa identidade*, por esse motivo, é o tato que nos confere a sensação da realidade e o nosso limite corporal.

MONTAGU demonstra em seus dizeres que as carícias diminuem as tensões e aumentam a auto-estima, proporcionando à pessoa que a recebe, auto-valorização e aquisição de segurança. A carícia está ligada à expressão do afeto mediante um contato afetivo. Um gesto de carinho, uma palavra doce, um olhar afetuoso são também carícias, transcendendo o conceito da carícia corporal. Toda carícia é contato, mas nem todo contato é carícia. O contato quando é carícia possui um grau maior de integração, sendo necessário à sobrevivência dos seres vivos e ao funcionamento harmônico do organismo. Sua falta pode provocar desvios de comportamento; baixa resistência ao stress; danos motores e afetivos; dificuldades de linguagem e atraso no desenvolvimento intelectual. Vários distúrbios dermatológicos, tais como: psoríases, rosáceas, alopecia, e vitiligo, podem ser uma reação a falta de contato emocional.

Em Biodanza, o toque (contato/carícia) vai do indiferenciado ao diferenciado, evoluindo progressivamente e em reciprocidade. À medida que o grupo se aprofunda, a progressividade se torna responsabilidade de cada um. O facilitador estará auxiliando cada vez mais os participantes a adquirirem coragem para buscar as carícias que desejam, e ainda, informar quando não as desejam, respeitando dessa forma sua liberdade de expressão e de escolha e ao mesmo tempo permitindo que o outro também o faça.

Em Biodanza o desenvolvimento não se dá a nível cognitivo, ele se dá a nível vivencial e é facilitado pelas carícias. Quando as pessoas se aproximam, ocorre entre elas um campo de ressonância desencadeando algum tipo de resposta física profunda, isto é, o organismo como um todo se modifica.

A Biodanza propõe uma nova maneira de sentir a vida, buscando caminhos que levam ao prazer, ao desfrute inato à espécie. É um trabalho de sensibilização à vida, um reconhecimento do organismo que nos envia sinais, mas que quase sempre os ignoramos. Há uma linguagem sinestésica que não sabemos mais ouvir. O sono, o cansaço, a necessidade de cuidado, são mensagens muitas vezes deixadas em razão de outros projetos. Precisamos reaprender escutar nosso corpo e não ignorar seus sinais.

O contato corporal está presente em todas as sessões de Biodanza, e tem função psicoterapêutica, por este motivo, a Biodanza se caracteriza como uma psicoterapia de contato.

CHEGADA UM CONVITE A NOVAS INTERLOCUÇÕES

Retornando a questão norteadora desse estudo, a saber: qual o lugar da Biodanza no processo de desenvolvimento global dos seus participantes? Ele é pedagógico, terapêutico, psicoterapêutico ou pode contemplar as três possibilidades?

Para compreender melhor essas questões parti do princípio que os lugares pedagógicos e terapêuticos da Biodanza estão consolidados em seu modelo teórico, bem como frente a sua comunidade. Os dizeres de SANTOS (1996) exemplificam essa afirmativa:

A Biodanza se situa na área da reeducação afetiva onde o encontro desempenha função de dar elementos para a cura de enfermidades da civilização - o homem retorna aos instintos, à emoção e sentimentos integrados à ação, alcançando a ampliação da consciência. Reeduca-se a pessoa para evitar-se o paciente. Ou trata-se o paciente para recuperar a pessoa em plenitude.(101-102)

Compartilho da importância desses lugares ocupados pela Biodanza, entretanto, percebo que seu “lugar psicoterapêutico” ainda não foi devidamente pesquisado, analisado e discutido.

TORO em seu texto “Biodanza e as Psicoterapias” realiza uma análise comparativa entre essas abordagens, considerando seus fundamentos, objetivos, instrumentos, formas de tratamento e áreas de aplicação, concluindo que ambas são distintas, sendo que para ele:

*A **Biodanza** possui um enfoque essencialmente **pedagógico**: o desenvolvimento das potencialidades humanas. Baseia-se no estudo do homem como unidade biológica e social. Não interessa os problemas pessoais. Não utiliza os métodos de diagnóstico da psicoterapia e nem categorias nosológicas. Utiliza sistemas de controle evolutivo das potencialidades. Trabalha com técnicas de integração baseadas na estrutura música-movimento-vivência. Seu fundamento é Bios = Vida.” (TORO, 1991: 169-170)*

Por sua vez:

A Psicoterapia possui um enfoque essencialmente terapêutico. Parte da enfermidade (conflito). Baseia-se no estudo da personalidade. Utiliza métodos de diagnóstico e categorias nosológicas. Faz conscientes os conflitos inconscientes. Estuda a evolução clínica da enfermidade. Faz interpretações e elaborações verbais dos dados (análise). Sua etimologia é a psychké = alma.”
(TORO, 1991: 169-170)

Entretanto, nesse mesmo texto, TORO utiliza o termo “Biodanza Clínica” como uma *especialidade dos psicólogos e psiquiatras que utilizaria os instrumentos próprios da Biodanza, sem mesclar os procedimentos das demais psicoterapias, para se ter uma eficácia em cada quadro clínico”*. (1991:170)

É exatamente nessa afirmação de TORO que encontro sustentação na argumentação ora apresentada por mim para discutir seu lugar psicoterapêutico.

Os estudos de ROCHA E COSTA (1997: 8-10) inserem a Biodanza no contexto atual das Psicoterapias, que cada vez mais vêm se constituindo por meio do paradigma sistêmico. Segundo elas a Biodanza possui uma base filosófica comum às teorias da Carl Rogers, Terapia Centrada no Cliente, e Frederick Perls, a Gestalt terapia, apresenta suas afinidades de conceitos e de técnicas, ressaltando o valor da Biodanza como uma técnica integradora de corpo-cérebro-mente-emoção.

A meu ver a Biodanza considera o homem em sua completude e tem como objetivo principal a integração de seus três centros - sentimento, pensamento e ação - ultrapassa a fronteira do biológico, pedagógico e terapêutico, alcançando também o psicológico. Essa amplitude pode ser observada por meio dos resultados provenientes da prática regular de vivências da Biodanza, que são: o autoconhecimento, o desenvolvimento de potencialidades, a tomada de consciência e questionamento dos problemas e dificuldades, a capacidade de provocar mudanças e o reforço da auto-estima.

Ao propor sua prática embasada nas cinco linhas de vivência: vitalidade, sexualidade, criatividade, afetividade e transcendência; facilita o enfrentamento de situações novas e fortalece a capacidade de lidar com as já existentes.

Esses argumentos confirmam o lugar psicoterapêutico da Biodanza, que somente se configurará tendo como pré-requisito a formação acadêmica do facilitador em Psicologia e/ou Psiquiatria. Essa formação autoriza-o a utilizar os mesmos recursos e a ortodoxia da Biodanza com fins psicoterapêuticos.

A Biodanza psicoterapêutica exigirá do facilitador uma atenção e acompanhamento mais personalizado de cada participante, que deverá ocorrer na própria sessão, seja no momento da intimidade verbal ou na dança. O facilitador percebendo as dificuldades ou as demandas emergentes, sejam elas individuais ou do grupo, poderá intervir com vivências propostas no ato da observação ou nas próximas sessões.

Para que isso ocorra, será necessária a existência e continuidade do trabalho realizado em grupo regular, onde todos estejam realmente dispostos a crescer e participar desse processo. Nesse sentido, proponho a formação de grupos com número limitado de participantes, variando entre 10 a 20 pessoas.

Minha experiência como facilitadora tem me proporcionado momentos de reflexão e de atuação psicoterapêutica junto aos participantes do grupo que conduzo. Isso pode ser observado nos relatos de vivência, gostaria de citar aqui apenas alguns exemplos, recolhidos aleatoriamente, em diversas sessões a título de ilustração.

Depoimento 1

*“Sempre tive dificuldades de dizer não para as pessoas por medo de desagradá-las e de perder o amor delas. A Biodanza me fez enxergar que posso dizer não, respeitando a minha individualidade, sem magoar os outros”
(Mulher, 29 anos)*

Depoimento 2

“Já fiz diversos tipos de terapia e nenhum deles com enfoque no corporal, a Biodanza tá sendo uma oportunidade de trabalhar questões afetivas via expressão corporal, tá me ajudando muito.” (Homem, 33 anos)

Depoimento 3

“Há três anos faço terapia com um psicólogo, na Biodanza já tenho seis meses, acho muito interessante cruzar as duas, pois muitas coisas que vivencio aqui são conteúdo da minha sessão de terapia, eu até mudei o dia da minha terapia para depois da Biodanza.” (Mulher, 36 anos)

Depoimento 4

“Foi na Biodanza que pude perceber que estou viva, sendo capaz de amar e ser amada, de desejar e ser desejada, estou gostando disso e também estou gostando mais de mim agora.” (Mulher, 38 anos)

Depoimento 5

“Minha mãe morreu de parto quando eu nasci e eu sempre carreguei muita culpa disso, na semana passada quando fui carregado no colo por você (um outro homem) foi muito bom, muito bom mesmo, porque eu vi que eu tive um pai que me amava...” (Homem, 38 anos)

* * *

Qual é o lugar da Biodanza no seu processo de crescimento?

* * *

Para TORO, *“só o futuro dirá se é válido este esforço de integração entre Biodanza e psicoterapia”* (1991: 170).

O futuro é agora, não podemos mais adiar essa discussão...

BIBLIOGRAFIA

BROWN, Dennis e PEDDER Jonathan. Introdução à Psicoterapia: um esboço dos princípios e da prática da psicodinâmica. Rio de Janeiro: 1981.

CABRAL, Álvaro e NICK Eva, Dicionário técnico de Psicologia, São Paulo: Cultrix, 1989.

COLETIVO DE AUTORES, Brach at ali. Metodologia do ensino de Educação Física. São Paulo: Cortez, 1992, p. 24-25

FERREIRA, Aurélio Buarque de Holanda. Minidicionário da língua portuguesa, Rio de Janeiro: Nova Fronteira, 1977.

GÓIS, César Wagner de Lima, Histórico. In: Coletânea de textos, V. 1 e 2. Fortaleza: ALAB, 1ª edição, 1991, p.6

KATHEEN, Keating, A Terapia do Abraço 2. São Paulo: Pensamento, 10º edição, 1997.

MONTAGU, Ashley. Tocar: O significado humano da pele. São Paulo: Summus, 1988.

NEIL, Jonh R. e KNISKERN, David P. Da psique ao sistema: a evolução da terapia de Carl Whitaker. Porto Alegre: Artes Médicas, 1990.

O'HALON, Hudson Willian e DAVIS, Michele Weiner. Em busca de soluções. São Paulo: Editorial Psi II, 1994.

ROCHA, Maria Auxiliadora e COSTA, Sheila Maria. Novos ritos de passagem: Biodanza com adolescentes na modalidade de Terapia Breve. Belo Horizonte: EMB, 1997 (mimeo)

SOPEMA, Ramon. Dicionário ilustrado Sopema de la lengua española. Barcelona: Editorial Ramon Sopema S.A, 1987, P. 590, 968.

SANTOS, Maria Lúcia Pessoa. Metodologia em Biodanza: primeiros passos. Belo Horizonte, 1996

SOPEMA, Ramon. Dicionário ilustrado Sopema de la lengua española. Barcelona: Editorial Ramos Sopema S.A, 1987, P. 590, 968

TORO, Rolando Araneda. Coletânea de textos, V.1 e 2. Fortaleza: ALAB, 1ª edição, 1991

VIOTTI, Liliana e CARVALHO Gerson, A empresa no tempo do amor - Biodanza nas organizações, Belo Horizonte: Fênix, 1997