

A expressão do movimento e os benefícios da construção de uma educação somática com crianças: uma leitura da psicologia junguiana

Marcela Mendes NUNES¹

Marina Marques CONDE¹

¹Consultório particular de Psicologia, São Paulo/SP, Brasil.

Resumo

Considerando as práticas de ensino atuais, voltadas principalmente para o desenvolvimento intelectual das crianças, negligenciando o conhecimento corporal, espontâneo e instintivo, o presente artigo objetivou compreender os benefícios da educação somática na infância, através do olhar simbólico da psicologia analítica para o movimento. Realizou-se uma revisão de literatura, com métodos explícitos e sistematizados de busca, apreciação crítica e síntese da informação selecionada, sobre os principais estudos que tratam da educação somática, movimento e dança. Os dados analisados mostram que a educação somática traz benefícios para a tomada de consciência corporal, a articulação e a exploração do movimento e também para a expressão interna das crianças. Existe um maior domínio corporal e um maior conhecimento de si mesmo e do outro, o que contribui para o desenvolvimento emocional, físico e social, além de possibilitar que o indivíduo investigue toda sua potencialidade e espontaneidade, promovendo o processo de individuação. Por se tratar de pesquisa qualitativa, os resultados encontrados não se prestam a generalizações. Nesse sentido, sugere-se novas pesquisas a respeito do tema.

Descritores

Consciência corporal, psicologia junguiana, educação infantil.

Conflito de interesses:

As autoras declaram não haver nenhum interesse profissional ou pessoal que possa gerar conflito de interesses em relação a este manuscrito.



Recebido: 17 mar 2021; 1ª revisão: 07 maio 2021; Aprovado: 25 jul 2021; Aprovado para publicação: 25 out 2021

The expression of movement and the benefits of building a somatic education with children: a reading of Jungian psychology

Abstract

Considering the current educational practices, oriented to the intellectual development of children, neglecting spontaneous and instinctive body awareness, this article aimed to understand the benefits of somatic education for children, through the symbolic gaze of the analytic psychology towards to movement. It was realized a literature review, with explicit and systematized research methods, critical appreciation and synthesis of selected information, on the main studies on somatic education, movement and dance. Data analysed show that somatic education brings benefits for the acquisition of body awareness, articulation and exploration of movement and also for the inner expression of children. There is a greater mastery of the body and a greater knowledge of themselves and of others, which contributes to emotional, physical and social development, and also it enables the individuals to investigate all their potential and spontaneity, fostering the individuation process. As it is a qualitative research, the results found do not lend themselves to generalizations. In this sense, new research is suggested on this matter.

Descriptors

Body awareness, Jungian psychology, early childhood education.

La expresión del movimiento y los beneficios de construir una educación somática con los niños: una lectura de la psicología junguiana

Resumen

Considerando las prácticas docentes actuales, principalmente orientadas al desarrollo intelectual y racional de los niños, descuidando los conocimientos corporales, espontáneos e instintivos, este artículo tiene como objetivo comprender los beneficios de la educación somática en la infancia, con una mirada simbólica de la psicología analítica para el movimiento. Se realizó una revisión sistemática, con métodos explícitos y sistemáticos de búsqueda, valoración crítica y síntesis de la información seleccionada, sobre los principales estudios en educación somática, movimiento y danza. El análisis de datos sugiere que la educación somática proporciona beneficios para aumentar la conciencia corporal, articular y explorar el movimiento y la

posibilidad de expresión interna en los niños. Existe un mayor dominio corporal y un mayor conocimiento de uno mismo y del otro, lo que contribuye al desarrollo emocional, físico y social. Además de permitir al individuo investigar todo su potencial y espontaneidad, favoreciendo el proceso de individuación. Al tratarse de una investigación cualitativa, los resultados encontrados no son aptos para la generalización. En este sentido, se sugiere una mayor investigación sobre el tema.

Descritores

Conciencia corporal, psicología junguiana; crianza del niño.

Introdução

As formas de expressão por meio do movimento e dos símbolos que ele traz sempre nos chamou a atenção. Como bailarinas, ao unir nossa vivência com a dança à prática clínica com crianças, nos indagamos sobre os benefícios de se trabalhar a expressão e a consciência corporal delas e, assim, explorar, desde cedo, seu potencial criativo, buscando um desenvolvimento físico e psíquico saudável.

Segundo Lambert (2016), a mobilidade se completa na interação com o espaço, com o outro, na criação de redes com o coletivo. Conectar-se via movimento é a expressão primeira de nosso vínculo com o mundo, com o outro e com quem somos.

Para Simonetti (2004), muitas vezes o indivíduo apenas se recorda que tem um corpo quando adocece e, na maioria dos casos, esse corpo adoecido é tratado como “algo que está fora de mim”, como se não lhe pertencesse. Marcellino (2006) destaca que vivenciamos pouco nossos corpos em movimento, conscientes dos significados que cada gesto cotidiano pode trazer.

As observações empíricas e a literatura nos apontam que, em nossa sociedade ocidental, há uma supervalorização do intelecto em detrimento da constituição psíquica corporal de nós mesmos. Muitas vezes, o corpo é visto apenas como uma ferramenta que está ali, *a priori*, para nos conduzir, satisfazer e contribuir produtivamente. Esquecemo-nos de que o corpo fala, sente e carrega memória.

O objetivo do presente artigo foi o de compreender a expressão do movimento e os benefícios que a construção de uma educação somática com crianças trazem para o seu desenvolvimento, a partir da psicologia junguiana de Carl Gustav Jung (1927/2004; 1928/1988; 1929/1988; 1938/2013; 1957/1988). A pesquisa baseou-se na abordagem da psicologia analítica, na educação somática de Jussara Miller (2012) e na arte do movimento de Laban, descrita nos livros “Domínio do movimento” (1978) e “Dança educativa moderna” (1990) e no movimento autêntico de Whitehouse, descrito nas obras “Jung and dance therapy” (1999) e “Physical movement and personality” (1963/1999).

Metodologia

Trata-se de um trabalho com base em pesquisa qualitativa, seguindo o entendimento de Minayo (2012), para quem esse é o método que melhor aprofunda o entendimento das relações humanas que não podem ser quantificadas em números e equações, entendendo assim a particularidade e o significado mais profundo das ações humanas.

De acordo com Brum *et al.* (2015), um dos instrumentos da pesquisa qualitativa é a revisão narrativa, que possui caráter amplo e se propõe a descrever o desenvolvimento do tema escolhido, com base teórica. Na revisão narrativa, realiza-se uma análise e interpretação da produção científica existente e busca-se identificar lacunas de conhecimento para contribuir com a realização de novas pesquisas (Brum *et al.*, 2015).

Isso posto, esta pesquisa qualitativa teve como base uma revisão narrativa, realizada entre os meses de setembro e outubro de 2020, junto às bases de dados eletrônicas *Scientific Electronic Library Online* (SciELO) e Google Acadêmico, com a utilização das palavras-chave “educação somática”, “psicologia junguiana” e “educação infantil”.

Para a seleção dos estudos foram estabelecidos os seguintes critérios de inclusão: (i) deveriam abordar questões referentes às práticas da educação somática, exercícios de dança e movimento com crianças e (ii) deveriam ter sido publicados entre 1980 e 2020.

Após a leitura exploratória dos artigos, foram selecionados quatro artigos “bases”: Farah (2016), Lambert (2016), Wahba e Schmitt (2013) e Arce e Dácio (2007).

Além desses artigos, também foram utilizados como base para este estudo os livros de Miller (2012), Almeida (2016) e Jung (1928/1988), não descartando a relevância e a importância de outras obras aqui citadas.

A educação somática no desenvolvimento do si-mesmo da criança

Entende-se a educação somática como um campo interdisciplinar que se interessa pela consciência do corpo e seu movimento e que se propõe a uma descoberta pessoal do indivíduo de seus próprios movimentos, de suas próprias sensações. Miller (2012) pontua que a inserção da educação somática desde a infância, pela dança e exploração do movimento, revela à criança a possibilidade de reconhecimento e integração da mente e corpo. De acordo com Byington (1996), a dança é essencial para o desenvolvimento humano que inclui o corpo, a natureza, a sociedade, as imagens, ideias e emoções.

Silva (2016) defende que, ao dançar, a criança evolui em seu domínio corporal, desenvolvendo e aprimorando suas possibilidades de

movimentação, descobrindo novos espaços, novas formas que seu corpo pode alcançar, superando suas limitações e condições para enfrentar desafios. Ao se movimentarem, as crianças não apenas desenvolvem habilidades motoras, elas também expandem o conhecimento sobre si mesmas e sobre os colegas, o que contribui para sua evolução emocional, física e social.

A psicologia analítica oferece subsídios necessários para compreender o desenvolvimento corporal como processo inerente à constituição do sujeito e do si-mesmo. Segundo Jung (1938/2013), o inconsciente age de maneira compensatória ou complementar em relação à consciência. Alguns recursos disponíveis como análise de sonhos, imaginação ativa, pintura, técnicas corporais e expressivas facilitam o acesso a conteúdos inconscientes e contribuem para o processo de integração e de conscientização sobre os símbolos que emergem. Jung (1927/2004) sempre ressaltou em sua obra o valor de trabalhar aspectos psíquicos que perpassam as habilidades além da racionalidade. Para ele “não devemos nos identificar com a própria razão, pois o homem não é apenas racional, não pode e nunca vai sê-lo” (pp. 111).

A educação somática não privilegia o falar sobre os símbolos, depois de vê-los expostos. Trata-se de uma prática que permite mergulhar neles corporalmente, por meio da concretude dos elementos materiais, o que invoca o sentido de autoria do paciente no processo terapêutico, dando-lhe mais autonomia para lidar com o inconsciente.

Dessa maneira, articular o corpo com suas imagens simbólicas e com a educação somática, desde a infância, pode contribuir para o desenvolvimento das instâncias corporais e emocionais de forma integrada. O reconhecimento do que vem do inconsciente reverbera na consciência e se reflete no próprio corpo. Explorar esse movimento propicia um olhar para as potencialidades da criança, assim como estimula as funções da consciência e o processo de individuação.

De acordo com Jung (1938/2013), “As crianças têm uma psicologia singular. Assim como o seu corpo, durante toda a vida embrionária, é parte do corpo materno, também sua mente, por muitos anos, constitui a atmosfera psíquica dos pais” (Jung, 1938/2013, p. 84, §143). Para que a criança consiga perceber a sua própria dimensão corporal, Winnicott (1999) e Ramos (2006) destacam que é necessário firmar uma relação suficientemente boa com a mãe a fim de que ocorra o desenvolvimento do processo simbólico do si-mesmo. Além disso, para esse processo se realizar de maneira efetiva, a mãe deve, gradualmente, falhar de forma que a criança consiga suportar a sua ausência. Como aponta Jung (1938/2013), os pais podem cometer erros, desde que reconheçam tais erros para que não se interrompa o desenvolvimento da vida. Assim, a criança vai, aos poucos, criando os subsídios necessários para reconhecer o seu próprio corpo, não mais relacionado a seus pais exclusivamente.

Uma das possíveis formas de a criança acolher o seu corpo é pela educação somática. Para Hanna (1972), a educação somática auxilia na autorregulação dos aspectos emocionais, físicos e psíquicos do ser humano. Essa técnica faz

um trabalho perceptivo do corpo e se relaciona ativa e conscientemente com o mesmo.

Para Miller (2012), trabalhar com a educação somática, na ação investigativa do movimento em relação ao próprio corpo, permite a percepção aguçada do momento presente, a atenção ao outro e ao todo no ambiente e no espaço, em uma rede de percepções. Trata-se do indivíduo investigar, em toda a sua potencialidade, o corpo em relação e o corpo em criação, processo que induz a uma expansão da expressão corporal e também da consciência corporal.

Segundo Fortin (1999), quando se vive um processo de educação somática, o indivíduo transforma-se a si mesmo e também a percepção que tem de si próprio. Na experiência do movimento, o corpo é sentido, conscientizado.

Wahba e Schimdtt (2013) pontuam que no modelo de educação atual, as atividades práticas de ensino estão voltadas, quase que exclusivamente, para o desenvolvimento intelectual e racional dos alunos. No mesmo sentido, Marques (1997) e Byington (1996) destacam que se enaltece e prioriza-se muito mais o conhecimento mental, intelectual, descritivo e linear, em detrimento do conhecimento intuitivo, corporal, espontâneo e instintivo que é igualmente importante para a formação dos sujeitos. Como acrescenta Byington (1988), ao desmerecer a importância do corpo e da sua expressão, a educação é empobrecida e as crianças ficam sem o referencial do sentir com a própria pele e com as próprias experiências, aspectos que também são fundamentais para a sua constituição psíquica.

Atualmente, é ainda mais necessário que se valorize esse corpo em ação porque, como destaca Marques (1997), quando está em movimento, o corpo assume papel fundamental e a dança, enquanto forma de conhecimento, torna-se praticamente indispensável para vivermos presentes, críticos e participantes na sociedade.

Para Jung (1938/2013), os conteúdos do inconsciente interferem nas nossas ações e, com isso, símbolos são formados na psique. Em uma visão amplificada, tais símbolos são um dos elementos fundamentais na análise junguiana. A valoração e o significado dos símbolos, dados pelo sujeito que os produz, podem ser chaves reguladoras e transformadoras da psique. Whitehouse (1963/1999), analista junguiana, professora de dança e propulsora do trabalho *Movement in deepth* (Movimento em profundidade), pontua que o movimento é autêntico, resultante de um impulso interno, carregado de significados e símbolos. Para ela,

O corpo é a **característica** física da personalidade e o movimento é a personalidade que se faz visível. **As distorções, tensões e restrições são distorções da personalidade em algum momento da condição da psique.** A descoberta da factual existência física é o começo do processo que pode ser chamado reconhecimento psicossomático [...]. Mas nós não estamos acostumados com a ideia de que a experiência consciente do movimento físico produz mudanças na

psique. O despertar da consciência, de como se move, de que maneira **se move** (lenta ou rápida, pesada ou leve, restritamente ou facilmente) leva-nos a uma percepção que se transfere ao reconhecimento do caráter, mas também, do uso diário e habitual do corpo (Whitehouse, 1963/1999, p. 52, destaques do autor).

Nessa perspectiva, é possível perceber que corpo e psique podem ser entendidos de forma sincrônica e plural, visando à totalidade da integração do sujeito. Para Farah (2016), a experiência corporal vivida **em/no movimento** pode trazer simultaneamente uma tomada de consciência do corpo-psique.

Assim, inserir esse processo logo na infância, pela educação somática, pela dança ou, até mesmo, por meio de exercícios, pode auxiliar a criança a reconhecer o corpo em todas as suas dimensões – física e/ou psicológica. Considera-se, dessa forma, relevante aprofundar os estudos sobre esse tema.

Com base na psicologia, e em especial na psicologia analítica, busca-se, com a discussão desse tema, contribuir para um olhar atento às potencialidades da criança, estimulando a integração das funções do inconsciente com às da consciência para o processo de individuação.

Discussão

Muito se fala do corpo e pouco se pensa no corpo. As escolas, com seus métodos de educação, sobrecarregam as crianças com atividades e lições de casa, e não abrem um espaço para que elas possam se expressar, gastar energia, explorar seus corpos, se movimentar e descobrir o mundo.

De acordo com Almeida (2016), o corpo é um meio de interação e exploração dos objetos, do entorno, do outro e de si, ainda mais considerando que é pelo movimento que as crianças interagem com o mundo e com as pessoas. É pelo movimento que elas se expressam, se comunicam, experimentam, descobrem e criam. Dessa maneira, o corpo não pode ser abandonado à passividade.

As atividades físicas e a dança permitem um território fértil e abrangente de investigação e aplicação prática, no processo de aprendizado da criança de reconhecimento e pertencimento do seu próprio corpo.

O processo de psicoterapia junguiana infantil

Para Jung (1938/2013), analisar crianças é um empreendimento muito especial. A alma inconsciente da criança possui uma extensão incalculável e, da mesma forma, uma idade incalculável. Jung refere-se à psique da criança:

O estado inconsciente de si mesmo, que se estende pelos dois ou três primeiros anos de vida, pode ser comparado ao estado psíquico animal. É o estado em que o indivíduo se acha como inteiramente fundido com as condições do meio ambiente. Do mesmo modo que a criança, durante a fase embrionária, quase não passa de uma parte do corpo materno, do qual depende completamente, assim também de modo semelhante a psique da primeira infância, até certo ponto, é apenas parte da psique materna e, logo depois, também da psique paterna, em consequência da atuação comum dos pais (Jung, 1938/2013, p. 62).

Jung (1938/2013) destaca ainda que a escola e os ambientes de convívio social da criança são a primeira parte do mundo real com as quais elas estabelecem contato e formam vínculos fora do ambiente de casa. É importante que esses espaços consigam auxiliar as crianças a tornarem-se conscientes de si próprias.

Feldman (2018) enfatiza a importância das dimensões estéticas, corporais e espirituais como meios de fornecer significado e valor para as nossas vidas. O autor analisa como essas dimensões emergem do potencial arquetípico, a partir da mobilização do início das experiências interpessoais e intersubjetivas experienciadas na vida do bebê-criança, por meio dos contatos olho no olho, face a face e pele com pele. Punnett (2018) ressalta que a experiência lúdica e expressiva da criança a conecta com a energia do numinoso, do si-mesmo, e destaca ainda o quão importante é sintonizar essa experiência corporal a fim de criar imagens simbólicas.

A importância da corporeidade na análise

Miller (2012), Almeida (2016), Punnett (2018), Laban (1978), Whitehouse (1999) discorrem, em seus estudos e práticas como psicólogos, educadores e dançarinos, sobre a vantagem de se trabalhar a expressão corporal de forma criativa e lúdica, a fim de contribuir com o desenvolvimento psíquico das crianças. Para Miller (2012), preservar a espontaneidade do movimento estimula a incorporação da dinâmica de investigação e o desenvolvimento do sentido de cooperação e integração com o outro, com o meio e consigo mesmo.

Laban (1978) criou a chamada “Arte do Movimento”, na qual identifica seis qualidades do movimento: leveza, resistência, subitaneidade, sustentação, foco e difusão. Além disso, o autor relaciona quatro componentes ou fatores do movimento: fluência, espaço, peso e tempo. Para Laban (1978), o movimento permite o conhecimento profundo das articulações, sensações e

possibilidades de se movimentar, em direção a um corpo mais expressivo, criativo e comunicativo. A fim de que tais instâncias se articulem de forma natural e espontânea, incentiva-se a criação de uma dança pessoal por meio de improvisações temáticas. Tais vivências permitem que a criança e também o adolescente possam expressar seu “eu”, explorar noções rítmicas e espaciais, possibilitam ainda a criação de gestos próprios na dança, sem padrões de movimento.

Miller (2012) trabalha com o conceito e a aplicação da educação somática junto às crianças. Para a autora, embasada na técnica de Klaus Vianna (2005), o lúdico e a preservação do movimento espontâneo auxiliam no desenvolvimento da coordenação motora, na socialização, no pensamento, no autoconhecimento e no raciocínio.

Para Whitehouse (1999), é no explorar das possibilidades do movimento que o ser humano se integra em sua totalidade. Fortin (1999) destaca que a relação no trabalho somático com crianças permite que se desenvolva a consciência corporal de um corpo que está, todos os dias, se modificando e se transformando, justamente por se encontrar na fase do desenvolvimento biopsicossocial. Além disso, articular e explorar o movimento improvisado e espontâneo possibilita a expressão e a manifestação internas da criança, ao passo em que se aprimora a técnica que auxilia a dominar habilidades corporais.

Como as crianças estão em processo de formação, é necessário um cuidado apurado devido a fatores como a espontaneidade do movimento, que deve ser preservada e estimulada com embasamento. Deve-se ter atenção com o corpo e com suas articulações e cautela em relação à linguagem e à abordagem (Miller, 2012).

No mesmo sentido, Vianna (2005) destaca que a criança é um ser sensível, em constituição, e que é preciso incentivar a sua curiosidade, instigar sua imaginação e responder às suas perguntas. Também é importante ter cuidado com o tom de voz e sempre lhes explicar o que está acontecendo, para que o processo corra de maneira fluída, estimulante e saudável. Caso contrário, pode se reprimir, enrijecer, limitar e categorizar as crianças, seu desenvolvimento, seus corpos e sua capacidade imaginativa.

O desenvolvimento da criança

A alma é um todo, onde tudo depende de tudo. Na infraestrutura física e psíquica da constituição da personalidade já existe uma realidade preexistente das personalidades do pai e da mãe daquela pessoa. A primeira e mais profunda das relações na vida de cada indivíduo contempla a vinculação entre mãe e filho (Jung, 1938/2013).

Para Neumann (1995), o arquétipo da grande mãe pode ser visto como um dos primordiais na constituição psíquica de cada um. Na fase progressiva de desenvolvimento egóico, no estágio *uroboros* ou, para Byington (1988), posição indiferenciada, a criança pequena depende da mãe/cuidador para

alimentá-la, cuidá-la e ampará-la, por ainda não ser capaz de conseguir realizar tais funções sozinha. É, portanto, um período de maturação que enfatiza a natureza indefesa do ser humano e o lado protetor a ser desenvolvido pela mãe/cuidador.

Quando o ego está sob o domínio do arquétipo da grande mãe e do inconsciente, ele é tomado por duas experiências de mãe: bondosa e devoradora. A dualidade deusa mãe e criança divina é a imagem simbólica que representa esse estágio. Tanto a mãe/cuidador quanto a criança precisam vivenciar esse recorte para o desenvolvimento e estruturação da consciência, porque é a partir dessa relação que a simbiose se distinguirá (Neumann, 1995).

Conforme a consciência infantil experiencia o vínculo proveniente dessa relação com a mãe/cuidador, gradualmente, cria-se um sistema independente, reconhecendo e discriminando seu ego como distinto e diferenciado. Ou seja, ao passo que cresce, amadurece e se desenvolve, se o indivíduo não está em estado primitivo de consciência, ele consegue, automaticamente, instituir uma maior consciência sobre si e se desligar da mãe/cuidador (Neumann, 1995; Jung 1938/2013).

A criança precisa, aos poucos, desvincular-se de sua imagem corporal estritamente ligada à figura dos pais. Com os primeiros contatos fora de casa, a criança desenvolve outros referenciais em seu potencial criativo. Segundo Arce e Dácio (2007),

A criatividade é a expressão de um potencial humano de realização, que se manifesta através das atividades humanas e gera produtos na ocorrência de seu processo. Devemos acrescentar que através da atividade criativa, os seres humanos alcançam uma consciência sobre suas potencialidades, desvendam a condição genuína de sua liberdade pessoal e edificam sua autonomia, uma vez que através da criatividade, o homem existe e evolui, se expressa e modela parcelas de realidade do universo das infinitas possibilidades humanas (Arce & Dácio, 2007, p. 11).

Entrar em contato com a sua criatividade e a sua maneira de se expressar no mundo, com orientações técnicas que incentivem um desenvolvimento saudável da psique, possibilita que a criança diferencie seu corpo do meio que a cerca e até consiga diferenciar situações que são desagradáveis para si (Furth, 2004).

Segundo Laban (1990), a dança, quando voltada para a educação, tem como objetivo principal preservar a espontaneidade do movimento, enfatizar a expressividade e integrar o conhecimento intelectual à habilidade criativa. O que se procura não é a perfeição, a criação ou a execução de danças sensacionais, mas sim, o efeito benéfico que a atividade criativa da dança tem sobre a pessoa.

O processo de individuação

Considerando os benefícios gerados pela educação somática e pela tomada de consciência corporal, é possível relacioná-las como ferramentas importantes no processo de individuação descrito por Jung (1957/1988). Para ele, a individuação é a tendência do indivíduo de se aproximar de sua essência, do seu *Self*, que é o centro organizador da psique. O *Self* faz o processo de integração dos conteúdos inconscientes à consciência, com o objetivo de aproximar o indivíduo daquilo que realmente é, afastando-o do que gostaria de ser ou mesmo do que acredita ser.

O processo de individuação também pode ser considerado um fortalecimento do complexo egóico, ou seja, um fortalecimento da identidade do sujeito (Silva, 2009). Portanto, para Jung (1957/1988), ao formar seus próprios conceitos e viver de acordo com eles, o indivíduo nega muito da ordem vigente e dos caminhos preconcebidos e aceitos pela comunidade.

Apesar de se tratar de um processo íntimo e subjetivo, a individuação não pode ser realizada em isolamento. O contato com o outro torna-se essencial, visto que a identificação acontece pela diferenciação. Jung (1957/1988) contrapõe individuação e massificação: é preciso buscar a consciência e produzir seus próprios valores. Para isso, é necessário criatividade, consciência de si mesmo e troca com o outro, somente assim, segundo Jung, atinge-se a totalidade.

A educação somática visa à transformação de desequilíbrios mecânicos, fisiológicos, neurológicos, cognitivos e afetivos de uma pessoa, através do movimento do corpo, possibilitando assim a descoberta pessoal de seus próprios movimentos e sensações. Ela permite que o indivíduo investigue toda sua potencialidade, a consciência de si mesmo, sua criatividade e espontaneidade. Entrar em contato com essa transformação desde a infância, facilita o processo de individuação, desenvolvido ao longo da vida.

Jung (1957/1988) construiu uma teoria de funcionamento da psique e, a partir dela, propôs a intervenção terapêutica por meio da arte, que ele chamou de "imaginação ativa": uma interação com os conteúdos inconscientes, através de sua personificação. Busca-se compreender o inconsciente a partir do sentimento, do embate e do confronto com os problemas. A dança, por exemplo, pode ser um recurso terapêutico que aproxima o sujeito do corpo e do movimento. Ela é capaz de tratar tanto de processos corporais quanto de processos psíquicos. A dança reafirma a condição corpórea-matriz e a necessidade de um movimento contínuo (Farah, 2016).

O dançar terapêutico

Jung construiu sua teoria da psicologia analítica considerando a arte um instrumento terapêutico capaz de acessar o inconsciente de cada indivíduo, resgatando assim suas potencialidades e dando formas simbólicas às imagens que surgem nesse processo (Farah, 2016).

Para Jung (1938/2013), as possíveis formas de adentrar no mundo dos símbolos e significados de cada indivíduo é olhando com cuidado para o inconsciente. De acordo com Jung, ao ampliar sonhos ou trabalhar com contos de fadas, mitos, desenhos e pinturas, por exemplo, mergulha-se no universo valioso de cada ser, naquilo que cada sujeito carrega de mais especial consigo.

A imaginação ativa, como descrita por Zimmermann (2020), é um espaço vivencial e uma realidade simbólica que permite a conexão entre o mundo externo e a psique interior – uma união fértil que poderá trazer ampliações de vida, exploração de criatividade e uma realidade que é transcendente. Para Hannah (1981), a imaginação é um método de busca do desconhecido e de encontro com o *Self* em uma experiência interna.

Whitehouse (1999) propôs sua intervenção terapêutica pela dança por meio das vivências de imaginação ativa. Para ela, como o movimento parte de um impulso interno que é concretizado pela consciência e pelo corpo, ele possibilita a compreensão de conteúdos psíquicos que são trazidos pela pessoa, que pode expressar suas polaridades e potencial criativo, por exemplo. Vale destacar dois trabalhos da autora, “*Movement in depth*” e “*Authentic Movement*”, que fazem uso da dança como processo terapêutico. Foi através desses conceitos que Whitehouse (1963/1999) percebeu que as noções do corpo e do movimento estão relacionadas à integração do consciente e do inconsciente e ao resultado que provém dessa função transcendente: a imaginação ativa.

Farah (2016) destaca que a passagem da dança artística para a dança terapêutica se deu a partir da ideia de que a experiência expressiva do sujeito dançante não seria dirigida a um fim artístico ou ao público, mas para si mesmo. Assim, é importante considerar o processo, os efeitos do movimento criativo e a expressão psicomotora. A sustentação está na relação corpo e mente.

O trabalho de Rudolf Laban também apresenta relevante impacto no delineamento do dançar terapêutico. Laban (1978) utilizava formas geométricas, espaço, tempo e fluxo para compreender o movimento e fazer sua análise. Com as formas geométricas, ele propôs uma escala dimensional de altura, comprimento e largura e a exploração dos níveis alto, médio e baixo para a construção do movimento. Dessa maneira, as criações advindas da expressão via dança buscam originalidade, conhecimento do espaço, consciência do corpo, autenticidade e improviso. Para Laban, a qualidade do movimentar-se está relacionada à indicativa dos estados emocionais interiores.

Conectando o processo de análise e de psicoterapia junguiana com a arte do movimento de Laban (1978), como apontam Brito, Germano e Severo Júnior (2021), na relação entre terapeuta e paciente não há instrução sobre qual movimento realizar nas sessões. Existe a teoria e a técnica como bases fundamentais e estruturantes, contudo, psicólogo e paciente encontram ritmo próprio, compreendendo o movimento espontâneo de cada um. O paciente

traz e apresenta conteúdos simbólicos que devem ser apreendidos e ampliados pelo psicólogo/analista, exatamente como a qualidade do movimento sinalizada pelos quatro fatores básicos de Laban (1978): espaço, tempo, peso e fluxo, a fim de mergulhar no mundo interno.

De acordo com Fux (1988), quando o corpo se move e se expressa, está dizendo “a verdade”. Para a autora, o corpo não pode mentir. A linguagem não-verbal carrega consigo uma enorme riqueza e denota estados interiores, o mundo interno. Na expressão dos pacientes, sensibilizando o que constitui o íntimo, psicólogo, analista e psiquiatra conseguem conhecê-los para além das palavras.

Para Kast (2012), é fácil perder o vínculo entre a natureza interior e exterior diante da pressão do tempo, “O convívio com sentimentos que estabelecem um contato conosco mesmos, com o corpo, com a psique, com os próximos e também com o mundo em geral precisa de tempo” (Kast, 2012, p. 11).

O trabalho com o movimento autêntico, a arte do movimento e a educação somática podem auxiliar nesse processo de unificação e diferenciação entre o que é interno e o que é externo, bem como podem expressar como o tempo de cada um é único. Tempo fala de ritmo e o ritmo está na respiração, na circulação, na maneira como falamos, amamos, comemos, dormimos, ouvimos e nos comunicamos. Cada movimento executado tem a ver com o nosso ritmo e com o ritmo do mundo que nos cerca. Tudo pode ser um caminho de interpretação e conhecimento, especialmente para psicólogos, uma vez que, através da expressão do corpo e dos ritmos produzidos em nível pessoal e coletivo pode-se empreender o desconhecido e valioso poder do não-verbal. Expressando-se livremente, o corpo não pode mentir (Fux, 1988).

As vantagens de se trabalhar com um olhar voltado para o corporal são múltiplas. A criança é simbolicamente representada por conflitos e necessidades emocionais não reconhecidas e não satisfeitas dentro do meio em que ela vive e, analisando o sujeito como um todo (corpo, mente, sentimentos, pensamentos, espírito), entende-se o que concerne à sua individualidade.

Ao demonstrar para a criança que seu corpo deve ser respeitado, reconhecido e validado, não o tratando como um tabu, é possível criar mecanismos para que o indivíduo em desenvolvimento possa acessar suas potencialidades desde cedo. Através da educação somática e da consciência corporal bem integrada, por meio do movimento autêntico, com um profissional capacitado para exercer tal maestria, a criança pode reconhecer os seus limites, o limite dos outros para consigo, criar consciência da sua própria história e diferenciar-se do meio.

Atividades para construção de uma educação somática com crianças

De acordo com o que foi discutido e apresentado, selecionou-se três atividades para exemplificar e ampliar o tema da construção de uma

educação somática com crianças através da dança, expressão do movimento e exploração do corpo.

As atividades propostas foram pensadas para as crianças se movimentarem em conjunto, pois é através do contato com o outro que o ser humano consegue ampliar sua gama de pensamentos, sentimentos e sensações, bem como ampliar a consciência sobre sua existência (Trindade, 2016). Para Jung (1938/2013), o processo de individuação, de concretizar o potencial de **vir a ser**, não se realiza sozinho, é necessária a participação do outro para que seja possível reconhecer-se na sua singularidade.

Atividade: movimento e expressão

Atividade proposta por Trindade (2016) e indicada para crianças maiores de três anos, que tem por objetivo estimular as crianças com um mesmo objeto (pano), pelo potencial de integração que ele proporciona.

Essa atividade pode ser realizada com as crianças em pé ou sentadas, a fim de desenvolver uma melhor postura e coordenação motora. Segurando juntas o pano, as crianças têm que se atentar aos pés, joelhos, organização do tronco, ombros encaixados e cotovelos flexionados. Com o auxílio do mediador, localizam seu corpo no espaço, individual e coletivo, com a presença dos colegas.

Para Trindade (2016), assim como o português e a matemática, o movimento é fundamental para a formação de crianças e adolescentes. Abarca múltiplos aspectos do desenvolvimento humano, como a sociabilidade, a coordenação motora, o raciocínio, a expressão, a linguagem, as emoções, o reconhecimento do corpo, o ritmo e a estética.

Atividade: estudo dos pontos de apoio no chão

Para Miller (2012), explorar o apoio no chão auxilia as crianças a buscarem estrutura e a movimentarem as articulações. A estrutura corporal e o apoio possibilitam não apenas a preservação da coluna vertebral, como também, simbolicamente, a estruturação de emoções.

A autora destaca que certos objetos são facilitadores para trabalhar com as limitações dos movimentos das articulações. Atividades de pintura, como usar o giz para contornar o corpo da criança no chão ou pintar os pontos de apoio dos pés, podem fornecer dinâmicas de equilíbrio.

Atividade: círculos no ar – a palavra, o corpo

Fux (1988) realizava essa atividade, desenhando círculos no ar e pedindo às crianças que também os fossem desenhando no corpo. Emitindo o som “oh” pela boca, ela conduzia as crianças para que ressoassem no corpo todas as partes dele que são redondas. A produção de sons estimula o corpo a se movimentar, tanto de crianças que ouvem como daquelas com deficiência auditiva.

Atividades que envolvem o som, a palavra e a música ajudam as crianças com deficiência auditiva ou não a se colocarem em movimento e se conectarem com o aqui e o agora.

Considerações finais

A partir da pesquisa realizada foi possível refletir sobre as práticas de ensino atuais, voltadas principalmente para o desenvolvimento intelectual das crianças e que deixam em segundo plano o conhecimento corporal, espontâneo e instintivo, empobrecendo o processo de aprendizagem. Há um desmerecimento da importância do corpo e da sua expressão, tão importantes para a constituição psíquica.

A educação somática propõe a descoberta pessoal de seus próprios movimentos e sensações, através da consciência do corpo e do seu movimento e proporciona a integração mente-corpo. Esse processo de movimentos transforma o indivíduo e possibilita uma maior percepção de si mesmo, pois seu corpo é sentido e conscientizado.

Ao refletir sobre o trabalho da educação somática com crianças, é possível perceber os benefícios da tomada de consciência corporal, da articulação e exploração do movimento improvisado e da possibilidade de expressão e manifestação internas. O corpo é um meio de interação e exploração do entorno, do outro e de si mesmo, é através dele que as crianças interagem com o mundo, se expressam, se comunicam e criam. Ao dançar, a criança evolui seu domínio corporal, desenvolvendo e aprimorando suas possibilidades de movimentação. Ela expande seu conhecimento sobre si mesma e sobre os colegas, o que contribui para seu desenvolvimento emocional, físico e social.

É possível defender que a educação somática, por possibilitar que o indivíduo investigue toda sua potencialidade e espontaneidade, facilita, promove e amplia a possibilidade do processo de individuação descrito por Jung (1928/1988), com o envolvimento da consciência corporal em todas suas etapas. Além de possibilitar curas, tanto em processos corporais quanto processos psíquicos, a educação somática auxilia na compreensão do inconsciente a partir do sentimento, do embate e do confronto com os problemas.

Por fim, cabe ressaltar que os resultados obtidos nesta pesquisa, de caráter qualitativo, não se prestam a generalizações. Nesse sentido, sugere-se o desenvolvimento de outras pesquisas a respeito deste relevante tema.

Referências

Almeida, F. S. (2016). *Que dança é essa?: uma proposta para a educação infantil*. São Paulo: Summus.

- Arce, C., & Dácio, G. M. (2007). A dança criativa e o potencial criativo: dançando, criando e desenvolvendo. *Revista Eletrônica Aboré*, 2007(3). Recuperado em 8 outubro de 2020, de <http://www.saosebastiao.sp.gov.br/ef/pages/linguagem/expressividade/danca/Leituras/A%20dan%C3%A7a%20criativa%20e%20o%20potencial%20criativo.pdf>
- Brito, R. M. M., Germano, I. M. P., & Severo Junior, R. (2021). Dança e movimento como processos terapêuticos: contextualização históricas e comparação entre diferentes vertentes. *História, Ciências, Saúde Manguinhos*, 28(1), 147-165. <https://doi.org/10.1590/S0104-59702021000100008>.
- Brum, C. N., Zuge, S. S., Rangel, F. F., Freitas, H. M. B., & Pieszak, G. M. (2015). Revisão narrativa de literatura: aspectos conceituais e metodológicos na construção do conhecimento da enfermagem. In M. R. Lacerda, & R. G. S. Consrenaro, (Orgs.), *Metodologias da pesquisa para a enfermagem e saúde: da teoria à prática*. Porto Alegre: Moriá.
- Byington, C. (1988). *Dimensões simbólicas da personalidade*. São Paulo: Ática.
- Byington, C. (1996). *Pedagogia simbólica*. Rio de Janeiro: Rosa dos Ventos.
- Farah, M. H. (2016). A imaginação ativa junguiana na dança de Whitehouse: noções de corpo e movimento. *Psicologia USP*, 27(3), 542-552. <https://doi.org/10.1590/0103-656420150121>.
- Feldman, B. (2018). The aesthetic and spiritual life of the infant: towards a Jungian view of infant development. In Punnet, A., *Jungian child analysis*. Skiatook, OK: Fisher King Enterprises. eBook.
- Fortin, S. (1999). Educação somática: novo ingrediente da formação prática em dança. *Cadernos do Gipe-CIT*, (2), 40-55.
- Furth, G. M. (2004). *O mundo secreto dos desenhos: uma abordagem junguiana da cura pela arte*. São Paulo: Paulus.
- Fux, M. (1988). *Dança-terapia*. São Paulo: Summus.
- Hanna, T. (1972). *Corpos em revolta: a evolução-revolução do homem do século XX em direção à cultura somática do século XXI*. Rio de Janeiro: Mundo Musical.
- Hannah, B. (1981). *Encounters with the soul: active imagination as developed by C.G. Jung*. Boston: Sigo Press.
- Jung, C. G. (1988). A dinâmica do inconsciente. In *A vida simbólica: escritos diversos* (OC, Vol. XVIII/2, E. Orth, trad., pp. 31-90). Petrópolis, RJ: Vozes. (Trabalho original publicado em 1957).
- Jung, C. G. (1988). A importância do inconsciente para a educação individual. In *O desenvolvimento da personalidade* (OC, Vol. XVII, pp. 161-177). Petrópolis, RJ: Vozes. (Trabalho original publicado em 1928).
- Jung, C. G. (1988). Os objetivos da psicoterapia. In *A prática da psicoterapia* (OC, Vol. XVI, pp. 48-65). Petrópolis, RJ: Vozes. (Trabalho original publicado em 1929).

- Jung, C. G. (2004). Os arquétipos do inconsciente coletivo. In *Psicologia do inconsciente* (OC, Vol. VII/1, pp. 102-125). Petrópolis, RJ: Vozes. (Trabalho original publicado em 1927).
- Jung, C. G. (2013). Instinto e inconsciente. In *A natureza da psique* (M. R. Rocha, trad., 10a ed., OC, Vol. VIII/2, pp. 72-82). Petrópolis, RJ: Vozes. (Trabalho original publicado em 1938).
- Kast, V. (2016) Introdução: a perda do aconchego, amadurecimento precisa de tempo. In *A alma precisa de tempo* (M. A. Hediger, trad., pp. 7-12) Petrópolis, RJ: Vozes.
- Laban, R. (1978). *Domínio do movimento* (5a ed.) São Paulo: Summus.
- Laban, R. (1990). *Dança educativa moderna*. São Paulo: Ícone.
- Lambert, M. M. (2016). Irmgard Bartenieff: uma herança de conectividade. *Conceição/Conception*, 5(2), pp. 49-63. <https://doi.org/10.20396/conce.v5i2.8648043>.
- Marcellino, V. C. (2006). *O self dança: uma proposta de individuação hipertextual*. Dissertação, Instituto de Artes, Universidade de Campinas, Campinas.
- Marques, I. A. (1997). Dançando na escola. *Motriz*, 3(1), pp. 20-28. Recuperado em 8 de dezembro de 2020, de <http://www.rc.unesp.br/ib/efisica/motriz/03n1/artigo3.pdf>
- Miller, J. (2012). *Qual é o corpo que dança?: dança e educação somática para adultos e crianças*. São Paulo: Summus.
- Minayo, M. C. S. (2012). Análise qualitativa: teoria, passos e fidedignidade. *Ciência e Saúde Coletiva*, 17(3), 621-626. <https://doi.org/10.1590/S1413-81232012000300007>.
- Neumann, E. (1995). *A criança*. São Paulo: Cultrix.
- Ramos, D. (2006). *A psique e o corpo: uma compreensão simbólica da doença*. São Paulo: Summus.
- Silva, L. B. (2009). Tornando-se Jane: a individuação retratada em filme. *Fractal, Revista de Psicologia*, 21(3) 531-538.
- Silva, L. G. (2016). *Dança e infância: contribuições para o conhecimento do corpo*. Trabalho de conclusão de curso. Centro de Ciências Humanas, Letras e Artes, Universidade Federal do Rio Grande do Norte, [Natal].
- Simonetti, A. (2004). *Manual de psicologia hospitalar*. São Paulo: Casa do psicólogo.
- Trindade, A. (2016). O movimento no espaço. In *Mapas do corpo: educação somática de crianças e adolescentes* (pp. 205-222). São Paulo: Summus.
- Vianna, K. (2005). *A dança*. São Paulo: Summus.
- Wahba, L. L., & Schmitt, P. L. (2013). A criança e a dança: observação clínica em grupo sobre o processo de individuação. *Boletim Academia Paulista de Psicologia*, 3(85), 85, 427-445. Recuperado em 23 de novembro de 2020, de <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/bapp/v33n85/a14.pdf>

- Whitehouse, M. C. G. (1999). Jung and dance therapy. In Pallaro, P., Lovell, S., Mars, D., Dibbell-Hope, S., Avstreich, Z. A. K., Chodorow J., Ehrenreich H. J., . . . Musicant S., *Authentic movement: essays by Mary Starks Whitehouse, Janet Adler and Joan Chodorow* (pp. 73-101). London: Jessica Kingsley Publishers.
- Whitehouse, M. S. (1999). Physical movement and personality. In Pallaro, P. (Ed.), *Authentic movement: a collection of essays by Mary Starks Whitehouse, Janet Adler and Joan Chodorow* (pp. 51-57). London: Jessica Kingsley Publishers. (Trabalho original publicado em 1963).
- Winnicott, D. (1999). *Os bebês e suas mães* (J. L. Camargo, trad., M. H. S. Patto, rev. técnica, 2a ed.). São Paulo: Martins Fontes.
- Zimmerman, E. (2020). *Imaginação ativa*. [s.l.]: Expressividade e Análise Junguiana.

Minicurriculo: Marcela Mendes Nunes – Especialista em Psicologia Hospitalar pela Faculdade de Ciências Médicas da Santa Casa de São Paulo (FCMSCSP); graduada em Psicologia pela Universidade Presbiteriana Mackenzie (UPM-SP). Formada em Ballet Clássico e Contemporâneo pela Academia Contra Passo. Psicóloga clínica, com abordagem da psicologia junguiana. Integrante do Núcleo de Mitologia da Sociedade Brasileira de Psicologia Analítica. São Paulo/SP, Brasil. *E-mail:* marcelamendesnunes1@gmail.com; Marina Marques Conde - Mestranda em Psicologia Clínica pelo Núcleo de Estudos Junguianos da Pontifícia Universidade Católica de São Paulo (PUC-SP); graduada em Psicologia pela Universidade Presbiteriana Mackenzie (UPM-SP). Formada em Ballet Clássico pela Danzaria Estúdio de Dança. Psicóloga clínica, com abordagem da psicologia junguiana. São Paulo/SP, Brasil. *E-mail:* marinamconde@yahoo.com.br