

A PSICOLOGIA ORGANÍSMICA, A PSICOLOGIA JUNGUIANA
E A UTILIZAÇÃO DE DESENHOS:
UMA REFLEXÃO PARA A EDUCAÇÃO FÍSICA

LÚCIA HELENA HEBLING ALMEIDA

Dissertação apresentada ao Instituto de Biociências do Campus de Rio Claro, Universidade Estadual Paulista, como parte dos requisitos para obtenção do título de Mestre em Ciências da Motricidade (Área de concentração: Motricidade Humana).

RIO CLARO
Estado de São Paulo- Brasil
março/1999

A PSICOLOGIA ORGANÍSMICA, A PSICOLOGIA JUNGUIANA
E A UTILIZAÇÃO DE DESENHOS:
UMA REFLEXÃO PARA A EDUCAÇÃO FÍSICA

LÚCIA HELENA HEBLING ALMEIDA

Orientador: Prof. Dr. Luiz Alberto Lorenzetto

Dissertação apresentada ao
Instituto de Biociências do Campus de
Rio Claro, Universidade Estadual
Paulista, como parte dos requisitos
para obtenção do título de Mestre
em Ciências da Motricidade (Área
de concentração: Motricidade Humana).

RIO CLARO
Estado de São Paulo - Brasil
março/1999

A meus pais, **Aldair e Flávio Celso**,

que possibilitaram a minha vinda a este mundo para que meu aprendizado pudesse ser realizado.

Ao **Dr. Petho Sandor** (*in memoriam*)

que sempre disse a seus alunos: "Faça e depois me conte"!

Saudades...

A todos os meus pacientes, na pessoa de K. : Crescemos juntos!...

A todas as pessoas que passam por nossas vidas, que ajudam a promover os nossos encontros e desencontros, sejam eles internos ou externos...

AGRADECIMENTOS

Nenhum homem poderá revelar-vos nada senão o que está meio adormecido na aurora do vosso entendimento. O mestre que caminha à sombra do templo, não dá de sua sabedoria, mas sim de sua fé e de sua ternura. Se ele for verdadeiramente sábio, não vos convidará a entrar na mansão de seu saber, mas antes vos conduzirá ao limiar de vossa própria mente.

(Gibran Kalil Gibran, *O Profeta*. Rio de Janeiro: Raval, 1971)

Na formação, informação e realização de nossos trabalhos, compartilhamos aprendizados, vivências, emoções e sonhos com muitas pessoas. Manifesto aqui o meu carinho e gratidão:

a Marlene Ribeiro Abba, com quem iniciei meus estudos e a terapia em Jung;

a Márcia Bittencourt Guimarães, professora atenta às nossas profundas vivências;

ao Janos Andreas Geocze, professor de técnicas corporais, e que discorre muito sobre a intuição;

a Leda Perillo Seixas, professora que mostrou que o inconsciente e a alma é muito maior do que podemos supor;

ao Fernando Nobre Cortese, professor e terapeuta, com quem aprendi a trilhar o meu caminho, a ousar e a confiar no que eu já sabia;

ao Augusto Sergio Barbosa Reis, professor que alertou que a saúde e a doença envolvem mistérios e meandros muito além do que imaginamos;

a Ana Maria Galvão Rios, por suas intervenções e supervisões precisas, por seu carinho e doce olhar para com a vida e para com as pessoas;

a Maria Luíza Andrade Simões, terapeuta que lembra a todo momento sobre a Sabedoria na vida, sobre o observar o que a Vida quer de cada pessoa;

aos colegas do "Instituto Sedes Sapientiae" - São Paulo, por tantas experiências ricas e oportunas;

aos meus pacientes aqui representados por K., pela maravilhosa troca de aprendizagem e afeto;

a Leila M. Bastos de Albuquerque, professora que amplia a visão da história da Ciência;

ao Afonso Antônio Machado, professor que fala sobre os jogos da Educação Física e os jogos da vida;

a Cátia Maria Volp, professora, que amplia a visão de motricidade e permite a dança das emoções;

a Dejanira de Franceschi de Ângelis, professora, amiga, que ensina sobre a microbiologia e o macro afeto, com sua simplicidade e generosidade;

ao Joel Sales Gíglio, professor e incentivador de idéias e ideais novos;

ao Luiz Alberto Lorenzetto, professor, amigo, que amplia grandiosamente a visão de educação e de mundo;

a Maria Augusta Hermengarda Wurthmann Ribeiro pelas correções de português e auxílio na redação do texto;

a Maria Lúcia Prado Almeida Martinez e a Míriam Hebling Almeida pelo precioso auxílio nas traduções de inglês;

a Ana Elisabete Carvalho, pela digitação e correção gráfica deste trabalho.

RESUMO

Este trabalho é resultado da minha experiência e reflexão como psicóloga, tanto na área de trabalho em clínica, como na área escolar, onde com crianças e adolescentes, eu utilizo o desenho como um recurso de fácil aplicação e de custo reduzido.

Além do desenho, também tenho utilizado no atendimento dos pacientes, diferentes técnicas de trabalho corporal e de relaxamento, baseando-me na Psicologia Organísmica de SANDOR (1974).

Comecei então a relacionar essas técnicas de trabalho corporal e de relaxamento, e o uso de desenhos, pedindo aos pacientes que desenhassem como percebiam o seu corpo antes e depois da vivência das mesmas. Algumas pessoas desenhavam temas variados, mas a grande maioria desenha o seu próprio corpo, a imagem que tem de si mesmo antes e depois das técnicas de trabalho corporal.

Baseando-me no enfoque da pesquisa qualitativa nas Ciências Humanas, que se utiliza muito da descrição de casos, é que proponho esse estudo de caso a partir dos desenhos feitos por K. em algumas das sessões, após o trabalho corporal.

O objetivo deste trabalho é verificar se algumas das técnicas de relaxamento, desenvolvidas por SANDOR (1974), modificam a imagem corporal e a consciência de si mesmo, utilizando-se a análise de desenhos.

Foi-se constatando uma modificação da imagem corporal expressa por meio dos desenhos, através das diferenças que ocorreram entre eles, comparando-se a seqüência dos desenhos, e foi feita também uma interpretação simbólica dos mesmos.

Observou-se que o esquema corporal pode ser resgatado, trazendo uma consciência corporal, e conseqüentemente uma modificação da imagem corporal.

Considero portanto que o objetivo deste estudo foi plenamente alcançado, e acredito, então, que a exemplificação através da análise desse caso, torna-se de grande valia e utilidade tanto para a área de saúde mental como também para a área da Educação Física.

ALMEIDA, L.H.H. *The organismic psychology, the junguian Psychology and the use of drawings: a reflexion for Physical education professionals*. Rio Claro, 1999, 134 p. Dissertação (Mestrado em Ciências da Motricidade) - Instituto de Biociências, Campus de Rio Claro, 1999. Universidade Estadual Paulista "Júlio de Mesquita Filho".

ABSTRACT

This work results from my experience and reflexion as a psychologist in both clinical and school work, where I as an easy and unexpensive resource. Apart from drawing, I have also been applying several different techniques of relaxation, based on SANDOR's Organismic Psychology. I started to apply these techniques of relaxation, alongside the use of drawings: ask the patients to draw the way they perceived their bodies before and after relaxation. Some people will draw different things, but most of them will draw their own bodies, the way they see themselves before and after relaxation. Based on qualitative research on Human Science, which makes use of description of cases, I propose this analysis of this case starting from K.'s drawings made during some sessions after relaxation. The objective of this work is to check whether some of the relaxation techniques developed by SANDOR (1974) modify the corporal image and self consciousness, making use of analysis of drawings. Based on the drawings, a change in corporal image has been noticed, comparing the differences that arose from one drawing to another, after comparing the sequence of the drawings. A symbolic interpretation has also been given to them. It has been observed that the corporal schema can be recovered, arising corporal consciousness and, consequently a change in corporal image. I consider the objective of this work to have been completely achieved and I also believe that the exemplification through the analysis of this case is of great importance and usefulness, not only to the area of mental health, but also to the area of physical education.

SUMÁRIO

	página
CAPÍTULO I	
INTRODUÇÃO.....	01
O Problema.	04
Justificativa..	05
Objetivo do Estudo.....	06
CAPÍTULO II	
REFERENCIAL TEÓRICO.....	07
A Ciência Evolução e Cosmologia.....	07
Jung - Uma Visão da Ciência do Homem e do Mundo.....	15
A Psicologia, A Educação Física e A Interdisciplinaridade.....	23
O Corpo, A Corporeidade, As Ciências da Motricidade Humana.....	29
A Imagem Corporal e O Trabalho Corporal.....	32
A Psicologia Junguiana e O Processo de Individuação.....	39
O Corpo em Jung.....	42
O Corpo e O Processo de Individuação.....	45
O Uso de Desenhos, A Psicologia Profunda e O Trabalho Corporal.....	50
CAPÍTULO III	
METODOLOGIA.....	62
Características da Pesquisa.....	63
Sujeito.....	65
Coleta dos Dados.....	65
Interpretação dos Dados.....	66
Procedimento.....	66
Resultados.....	68
CAPÍTULO IV	
CONCLUSÕES.....	90
REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	101

LISTA DE ANEXOS

ANEXO I	Massagem com bolinha de tênis.....	108
ANEXO II	Método de Michaux.....	109
ANEXO III	Calatonia nos pés.....	116
ANEXO IV	Vibrações sobre a coluna.....	122

CAPÍTULO I

INTRODUÇÃO

Os Terapeutas eram, sobretudo, hermeneutas, habilitados na arte da interpretação do Livro das Escrituras, da Natureza e do Coração, dos sonhos e dos eventos da existência. (Leloup, Jean Yves. *Cuidar do Ser*. Petrópolis: Vozes, 1996)

Este trabalho é resultado da minha experiência e reflexão como psicóloga, tanto na área de trabalho em clínica, como na área escolar. No atendimento na área escolar, a aplicação de recursos e de aprofundamento em cada atendimento torna-se mais limitada, em função da necessidade de prestar atendimento a um número maior de

crianças e adolescentes. Isso faz emergir a utilização de um recurso de fácil aplicação e de custo reduzido.

Dentro do universo escolar, com o meu trabalho direto com as crianças e com as professoras (especialmente as de artes), fui constatando o quanto as crianças e os adolescentes (para não falar dos adultos), revelam o seu aspecto emocional , o quanto expressam seus sentimentos com o uso de papel e lápis de cor, ou papel e giz de cera, ou, ainda, tintas diversas, massas e argila. Tudo parece tomar a forma e a cor que descortinam o que aquela pessoa vivencia naquele momento.

Assim sendo, passei a utilizar freqüentemente o desenho como um recurso de intervenção na área escolar. Comecei a ler, a pesquisar sobre o assunto, e, na minha prática de atendimento em clínica, fui também utilizando muito o desenho como recurso de atendimento terapêutico.

Uma paciente me levou ainda mais longe, a repensar e a aplicar o uso do desenho, não só como um recurso de psicodiagnóstico, onde é tão conhecido e divulgado, mas também como um recurso de intervenção terapêutica, como uma proposta de um desvendar para além das palavras.

Além do desenho, também tenho utilizado diferentes técnicas de trabalho corporal e de relaxamento, baseando-me na Psicologia Organísmica de SANDOR (1974). Todas estas técnicas são utilizadas como recurso terapêutico em diferentes casos, com resultados plenamente satisfatórios.

Comecei então a relacionar essas técnicas e o uso de desenhos, pedindo que os pacientes desenhassem como percebiam o seu corpo antes e depois, após a vivência das mesmas. Algumas pessoas desenhavam temas variados, mas a grande maioria desenha o seu próprio corpo, a imagem que tem de si mesmo antes e depois das técnicas de trabalho corporal.

Eu observava diferentes aspectos deste tema quando a vida, que sempre nos aponta as *sincronicidades*, me presenteou com um lindo caso.

JUNG (1991) define a *sincronicidade* como um fenômeno acausal que tem uma íntima relação entre um evento interior, subjetivo, e um exterior, objetivo, que acontecem ao mesmo tempo. Como exemplo, o meu interesse sobre o assunto e o aparecimento de um caso que me possibilitou fazer mais profundamente as observações,

levantar as hipóteses, traçar o meu objetivo, enfim, que me levou a este estudo.

Acredito, então, que a revisão e a exploração de aspectos teóricos sobre o assunto, bem como a exemplificação através da análise desse caso, tornam-se de grande valia e utilidade tanto para a área de saúde mental como também para a área da Educação Física.

O Problema

O fato de eu utilizar o trabalho corporal e os desenhos, no consultório, fez com que eu constatasse uma modificação na imagem corporal, observada e expressada através dos desenhos feitos logo após a vivência de uma técnica de relaxamento, não importando neste momento qual a técnica. Portanto, fui levantando a hipótese de que, a vivência de um trabalho corporal, de uma técnica de relaxamento, pode trazer uma maior consciência corporal.

Eu começava, então, outros questionamentos relacionados com estas hipóteses: se a imagem corporal se modifica à medida que a consciência corporal vai sendo experimentada, através de toques e técnicas de relaxamento; e, mais: se a consciência corporal

possibilitaria ao indivíduo uma maior consciência de si mesmo, e conseqüentemente um aprofundamento do conhecimento de si mesmo.

Justificativa

O corpo e a vivência corporal não são alvos de observação em nosso dia-a-dia. Questionamos, pensamos, corremos com nossas tarefas diárias, e não nos apercebemos de nosso corpo.

Quando o corpo reclama a sua vitalidade, quando adoecemos, nos cansamos, é que costumamos nos lembrar dele.

Socialmente, no senso comum, o corpo costuma ser lembrado por questões estéticas, mas isso não significa que é melhor vivido e percebido. Aliás, estamos vivendo uma massificação do corpo, um culto à escultura esbelta e magra, em detrimento da saúde mental e física, a fim de agradar um mercado ideológico e cultural.

Na Educação Física, o corpo é enfocado, muitas vezes, considerando-se uma melhor performance motora, um melhor rendimento em jogos e competições. É, porém, em função disso, algumas vezes sacrificado, pois o atleta tem que "dar tudo" numa competição, e, embora o corpo seja

grandemente utilizado, é muitas vezes esquecido, pois não se tem respeito e consciência no seu manejo.

Na Educação Física, a consciência corporal e as técnicas de relaxamento são muito pouco utilizadas. Um trabalho que mostre a importância disso poderá representar um avanço para a área da Motricidade Humana.

Objetivo do Estudo

Diante das considerações feitas acima e do pressuposto básico deste projeto, o objetivo deste trabalho é verificar se algumas das técnicas de relaxamento, desenvolvidas por SANDOR (1974), que o autor denominava "Psicologia Organísmica" e/ou trabalho corporal, modificam a imagem corporal e a consciência de si mesmo, utilizando-se a análise de desenhos. O termo "Psicologia Organísmica" será melhor desenvolvido e devidamente explicado no decorrer deste trabalho.

CAPÍTULO II

REFERENCIAL TEÓRICO

A Ciência: Evolução e Cosmvisão

Paradoxalmente a pós-moderna visão holística da realidade encontra-se, também, na base da tradição ocidental, greco-judaico-cristã. Do lado grego os pré-socráticos, videntes do *Logos*, de forma transdisciplinar abordavam o conceito de *physis*, que abrangia a totalidade de tudo o que é... apaixonados pela busca da essência, falam-nos de uma contemplação da Unidade, respaldada na comunhão da ciência com a arte, a filosofia e a mística.
(Leloup, Jean Yves. *Cuidar do Ser*. Petrópolis: Vozes, 1996)

Acredito ser interessante uma "viagem" histórica sobre alguns aspectos na evolução da concepção de ciência, para percebermos a visão de mundo que se está abrangendo, o

que isso implica cada momento. Chegaremos até a atualidade, em busca de uma nova ciência, de novos paradigmas e de qual visão de mundo norteia tudo isso. Nesse trajeto enfatizarei a concepção que me orientará na explanação da minha dissertação de mestrado, dentro da área da motricidade humana.

No século XVI a visão de ciência prendia o homem ao conhecido, ao que já existia. Diante de uma sociedade que primava pelo senso comum começou a emergir a necessidade de uma nova compreensão do mundo e do homem que o habitava, de uma forma mais exata, mais positiva, matemática, o que deu origem à chamada Revolução Científica.

HARMAN (1983) afirma que, no final do século XVII, o homem perde o seu lugar no centro do universo, a astrologia, a bruxaria e a magia deixam de ser consideradas, e entra em evidência uma visão mecanicista do mundo, na qual a matéria é vista como inerte e sem atividade. O autor enfatiza a idéia de que: *"Na cultura européia a ciência simbolizava a racionalidade, aperfeiçoamento, progresso e a promoção do bem estar humano"* (p. 33).

No século XVIII com o advento do Iluminismo, a razão passa a ser um atributo universal, possibilitando ao indivíduo discernir a realidade de uma maneira mais lógica. É quando o pensar racional e dedutivo se expande no mundo.

Durante o século XIX, a ciência alcançou o seu grande poder e "*status*" com o advento do Positivismo, levando a um grande desenvolvimento técnico e tecnológico por intermédio das invenções, produzindo resultados técnicos e práticos. Tal fato dificultou qualquer outro meio de conhecer e refletir sobre o mundo e a ciência, que não fosse a racionalidade científica. Desconsidera-se portanto a vontade subjetiva e a subjetividade dos seres humanos, e os paradigmas da Física foram estabelecidos como um novo padrão de ciência, conforme RAVETZ (1979). Este autor aponta o fato de no nosso século, com o advento da Segunda Guerra mundial, iniciou-se então o questionamento sobre a "neutralidade científica", o pesquisar deixa de ser neutro, admite-se as interferências do pesquisador na pesquisa; e, a ciência, em função de se colocar a serviço da tecnologia seja ela comercial e vulgar, ou militar e sinistra, perde a sua imagem de "inocente". Observou-se que a ciência, por ser dependente da estrutura social era uma produção social.

Embora houvesse esse atrelamento, a ciência ainda se apresentava com um conjunto de características que

fazia com que as pessoas mantivessem uma fé indiscutível nos seus procedimentos, visto ela ter como objetivo ampliar conhecimentos. Esses conhecimentos eram apoiados em hipóteses comprovadas, dentro de uma congruência lógica e uma sistematização teórica.

NAGEL (1975) e MERTON (1970), dentro de uma visão tradicional de ciência, viam o acúmulo do conhecimento como algo linear, contínuo.

KUHN (1978) faz uma crítica a essa visão continuísta da ciência, propondo uma nova interpretação, rompendo com o positivismo e apoiando-se na Física.

KUHN (1978) afirma que o fato de uma teoria científica ter sido descartada, porque se tornou obsoleta, não a torna acientífica simplesmente, mas faz com que, historicamente, surja uma "nova imagem da ciência".

Essa imagem nova , o autor denomina Ciência Normal. É uma pesquisa que se baseia em realizações científicas passadas que obtiveram partidários, que portanto pautavam-se em paradigmas com leis, teorias, aplicações, instrumentação, regras e padrões aceitos pela comunidade científica.

No início do desenvolvimento de uma teoria científica, é comum haver diferentes descrições e interpretações para um mesmo fenômeno, e estas vão desaparecendo à medida que um novo paradigma vai sendo

proposto e aceito. Este paradigma precisa ser melhor que outros, muito embora não precise conseguir explicar todos os fatos. Quando um indivíduo ou grupo sintetiza algo sobre um determinado assunto, e este é aceito por uma maioria, temos um paradigma, que se mantém até que uma nova geração de paradigmas ocorra, quando então as correntes de pensamento mais antigas começam, gradualmente, a desaparecer, pois deverá haver uma nova conversão de adeptos ao novo paradigma.

Percebemos um avanço e uma abertura no pensamento de KUHN, mas a ciência, dentro desta visão, ainda descarta os casos extraordinários que não se encaixam dentro de um paradigma. Este fato tem levado a uma drástica restrição da visão da ciência e dos cientistas, forçando os a aprofundar-se demasiadamente em detalhes, perdendo a visão do todo, ou deixando de considerar algo que poderia ser importante.

E como trabalhar com uma visão de ciência na qual os casos extraordinários não são vistos e analisados

objetivamente? Uma ciência que se prende a padrões quantitativos, e, conforme constatamos dentro da história da ciência, diversos problemas que aparecem justificando um acaso, esses muitas vezes não são considerados?

Ou, melhor ainda, será que esta visão de ciência, que exclui esses processos, pode ser analisada como uma única opção de caminho, e o que não se encaixa dentro dessa opção, deve continuar a não ser observada?

É claro que não! A análise atual dos fatos exige uma nova postura da ciência. Nesta nova postura e na discussão de diversos autores, é que me apoiarei.

FEYERABEND (1977) é um autor que se opõe à ciência da ordem e da lei, dizendo que a realidade científica é complexa, apresenta surpresas, imprevistos, mudanças, desafios, e mostra que o processo de conhecer é um processo muito maior do que o das regras da ciência. Diz que as violações às regras da ciência são necessárias para o seu progresso, e propõe uma metodologia anárquica, que rejeita os padrões universais, as tradições rígidas e a ciência contemporânea. Aponta, este autor, o fato do ser humano ser muito mais rico que a racionalidade científica, rejeita padrões universais e tradições rígidas, e diz que devemos considerar complexidades e imprevisibilidades, pois uma metodologia ingênua e simplista não é suficiente para

explicar esse "labirinto de interações" que ocorre em torno da ciência. Para que exista uma maior liberdade e para que a ciência e a pesquisa sejam gratificantes, só existe um princípio defendido em todas as circunstâncias e estágios do desenvolvimento humano. É o princípio: "tudo vale".

Esse princípio, *tudo vale* na ciência, implica uma **nova visão de homem, de mundo, na interação destes e no trabalho que é fruto desta visão. Essa nova visão, mais interativa, abrangente, ampla, é oposta à ciência mecanicista e fragmentada.**

A experiência interior, a auto-imagem, os processos emocionais são conceitos vividos e expressados com o corpo, com as emoções presentes nesse corpo, o que abrange tanto a Psicologia como a Educação Física. Portanto, estas ciências (entre tantas outras) que trabalham essencialmente com o ser humano, com aspectos subjetivos, não deveriam analisar o que se refere às pessoas de maneira reduzida e simplista.

Como apresenta-nos MORIN & KERN (1994):

Cada ser humano é um cosmos, cada indivíduo é uma efervescência de personalidades virtuais, cada psiquismo secreta uma proliferação de fantasmas, sonhos, idéias. Cada um vive, do nascimento à morte, uma insondável tragédia, decomposta em gritos de sofrimento, de gozo, de risos, lágrimas, cansaços, grandeza e miséria. Cada um traz em si tesouros, carências, brechas, abismos. Cada um traz em si a possibilidade do amor e do devotamento, do ódio e do ressentimento, da vingança, e do perdão. Reconhecer isso é

também reconhecer a identidade humana. ... A identidade do homem, ou seja, sua unidade/diversidade complexa, foi oculta e traída, no próprio coração da era planetária, pelo desenvolvimento especializado /compartmentado das ciências. (p.22-3)

Porém, falar de experiência interior, visão não fragmentada, não seria "mistificar" a ciência?

Uma jornalista americana propõe algumas reflexões interessantes sobre este tema. Ela nos diz que:

A ciência é um empirismo exterior, o misticismo um empirismo interior. ... Para místicos como Hermes Trimegisto do Egito, Parmênides, Pitágoras, Platão, Spinoza e virtualmente todos os sábios orientais, a busca do ser exterior, se prende a do interior. (Weber, 1992, p. 25)

Com isso percebemos que há uma relação entre o microcosmo e o macrocosmo, a natureza e o homem, o observador e o observado. As mesmas leis da natureza estão presentes no interior do homem, o que muda é a "leitura" que se faz disso.

WEBER (1992), falando dos cientistas pós-mecânica quântica, aponta que a semelhança entre eles e os místicos é a de que estes cientistas aceitam a ciência hermética, em certa medida, numa "roupagem moderna". Discorrendo sobre diferenças entre a ciência e o misticismo, aponta, como a mais grave, a de que a ciência faz uma análise detalhada e fragmentada da natureza,

perdendo o sentido do todo, e/ou outras vezes, deixando até de considerar um significado mais profundo dos próprios detalhes que possam ocorrer. A autora rejeita a imagem estereotipada do cientista como uma pessoa necessariamente distante e alheia ao problema dos valores humanos. Afirma ainda que a boa intenção de um cientista é uma poderosa contribuição para a busca de nós mesmos.

A Ciência, como um todo, deve refletir sobre isso, se posicionar, e promover essa busca, visto que a Ciência pode ser considerada como a que auxilia no processo de conhecimento e engrandecimento humanos.

Jung - Uma Visão da Ciência, do Homem e do Mundo

JUNG é um autor que critica a ciência da causalidade, da estatística. JUNG (1991) mostra que limitar o conhecimento à realidade material faz com que um pedaço excessivamente grande da realidade total seja substituído por uma espécie de zona de penumbra, que podemos chamar de "*irreal ou supra-real*". Mostra-nos o quanto o pensamento é real, mas não é palpável, assim como tantas outras coisas, conceitos e fenômenos; menciona que o

conceito de realidade precisa ser revisto, pois quase nunca a nossa consciência tem uma relação direta com qualquer objeto material; e cita que algo que seja difícil de lidarmos, de compreendermos, não significa que não exista.

Lembra nos, JUNG (1991), que os fatores psíquicos inconscientes regem a humanidade e seu destino, tanto para o bem quanto para o mal; que a consciência vem do inconsciente e que sempre que a nossa consciência ocidental considerar apenas a realidade derivada de causas materiais, cometerá um grave erro, pois "*nós somos subjugados por um mundo que foi criado por nossa psique*" (p. 401).

Conforme o mesmo autor, a única realidade que experimentamos diretamente é a realidade psíquica, que se encontra entre as "*essências desconhecidas do espírito e da matéria*" (JUNG, 1991, p. 401).

JUNG (1991) também propõe um outro princípio para a análise dos fatos, um princípio de conexões acausais, que já mencionei, e que ele chamou de sincronicidade.

Para chegar a tal princípio, ele observou que embora a Ciência tenha como meta uma apreensão da totalidade, isso é difícil de ser alcançado, pois esta Ciência se prende muito à experimentação e à estatística, o que exclui questões perturbadoras e respostas mais profundas, tiradas de uma intimidade com as possibilidades,

e mais, as próprias possibilidades são muitas vezes restringidas a uma situação de laboratório artificialmente criada para que uma determinada resposta a uma determinada questão possa emergir, mesmo que se crie o risco de ser uma resposta equivocada.

JUNG (1991) constata então a necessidade de um método de investigação que "*imponha um mínimo de condições possíveis, ou, se possível, nenhuma condição, e assim deixe a natureza responder em sua plenitude*" (p. 468).

Desta maneira percebemos um paralelo entre JUNG (1991), FEYERABEND (1977) e MORIN & KERN (1994).

A Física moderna tornou relativas as leis naturais, pois as leis naturais são "verdades estatísticas", e os acontecimentos podem estar relacionados com um outro princípio diferente da ligação causal.

Antes da Ciência tornar-se dependente em relação às causas dos acontecimentos e desviar-se da busca de uma correlação entre os acontecimentos e o significado deles para o homem, acreditava-se que

O homem é no corpo e no espírito, o "pequeno Deus no mundo", o microcosmo. Por isto o homem é como Deus, também o centro dos acontecimentos, e todas as coisas estão orientadas para ele. Mirandola (apud

Jung,

1991, p. 499)

A totalidade é constituída pelo homem interior e pelo exterior, e um princípio que leva isso em consideração

não pode ser um princípio baseado numa relação causal. De acordo com JUNG (1991), a psique não possui uma localização espacial, ou, se possui, é psiquicamente relativa, e isso também se dá com relação ao tempo. E "*a constatação deste fato tem conseqüências de longo alcance*". (p.534)

Portanto, o surgimento simultâneo de dois acontecimentos ligados pela significação, sem que haja uma ligação causal, é o que JUNG (1991) denomina sincronicidade, isto é, quando "*um conteúdo inesperado, que está ligado direta ou indiretamente a um acontecimento objetivo exterior, coincide com o estado psíquico ordinário*" (p. 462-63).

Na visão deste autor, a Física e a Psicologia se complementam, pois ambas concebem as mudanças perceptíveis "*como um fenômeno energético*" (p. 237). O que precede isso é uma idéia intuitiva, a partir da qual foi desenvolvido o conceito de energia física, e que é uma noção muito arcaica ou primitiva do "extraordinariamente poderoso", que é o conceito de *mana* dos melanésios, indonésios, e dos povos da África oriental, cujo eco encontramos na palavra latina *numem*. *Mana* pode ser traduzido como Deus e *numem* como espírito. Há na sincronicidade um caráter numinoso, ou seja, espiritual.

Segundo JUNG (1991), o inconsciente, muitas vezes, sabe mais que a consciência, e isso explica muitos fenômenos pré-monitórios, pré-sentidos. Esse conhecimento não é ligado ao eu, que é o centro da consciência, mas é um conhecimento ligado ao inconsciente, subsistente em si mesmo, e o que este autor chama de "*conhecimento absoluto*":

Existe a alma do mundo, uma espécie de vida única que enche todas as coisas, penetra todas as coisas, liga e mantém unidas todas as coisas, fazendo com que a máquina do mundo inteiro seja uma só.
NETTESHEIM (apud JUNG, 1991, p. 501)

E o mesmo autor (1991) conclui sobre o pensamento acima citado:

... Por isto aquelas coisas, nas quais este espírito é particularmente poderoso, têm uma tendência a "gerar outras semelhantes a si", ou, em outras palavras: têm a tendência a produzir correspondências ou coincidências significativas. (p. 501)

O homem deixou de estar atento aos significados na vida, colocou a razão como uma deusa, e não só perdeu o divino dentro de si, como ainda transferiu esse caráter divino a tudo o que a Ciência afirma.

Segundo JAFFÉ (1993), a Ciência:

Embora seja apenas um instrumento, a ciência nestes dois últimos séculos tem funcionado como uma divindade (um valor supremo), exigindo, como fazem todas as divindades, adoração a seu serviço. **Estamos agora prestes a emergir de uma subserviência inconsciente e consciente a uma ciência propensa a formulações estatísticas, reduzindo com isso a nada, uma qualidade essencial em cada indivíduo: sua singularidade.** (o grifo é meu) Mesmo em sua manifestação mecanicista primária, a ciência reconhecidamente se coloca como um

baluarte da razão numa era de desorientação. Não obstante, devemos nos acautelar com relação a uma ciência cuja tendência materialista / positivista chegou a significar a negação da grandeza do indivíduo. (p. 85)

Temos que ter em mente que quando trabalhamos com um indivíduo, com seu corpo, estamos trabalhando com tudo isto, tudo isto nos envolve, e a nós se apresenta como algo muito maior do que realmente podemos compreender, analisar, explicar, mas nunca podemos negar.

JUNG (1991) propunha em 1930 - 1940, algo que vem a ser falado, analisado, discutido, nos anos 90, à beira de um novo milênio, a chamada visão holística: "*Uma abordagem muito mais satisfatória seria considerar o homem como um todo, em vez de considerar suas várias partes*" (p. 350).

Para melhor apreendermos a importância da teoria de JUNG para a Ciência de hoje, citaremos CLARKE (1993). Esse autor relata que o posicionamento científico de JUNG está muito próximo das reflexões e conceitos das ciências de nossa época. JUNG foi amigo de Albert Einstein e Wolfgang Pauli (que colaborou no desenvolvimento da teoria do quantum) e era admirador de Karl Popper. Com isso JUNG estava atento às revoluções da Física e "*às implicações que elas encerravam para nossa compreensão da própria natureza e do método das ciências*". (p. 32)

Portanto, podemos perceber a sintonia de JUNG com as metodologias do século XX, que contribuíram profundamente para a alteração de nossa concepção de ciência, pois este autor já recebia influências de pensadores como Karl Popper, Michael Polanyi e Thomas Kuhn e antecipava atitudes novas em relação à ciência.

JUNG, na totalidade de suas obras, considera que as ciências e os seus métodos de observação deveriam levar em conta a perspectiva histórica, e também a individualidade do pesquisador envolvido no que buscasse entender. Lembrava a todo momento que a nossa visão de mundo é permeada e limitada por nossos cinco sentidos, mas abria "brechas", para que buscássemos ousar e viver coisas que nem sempre compreenderíamos racionalmente. Jung buscava profundamente os significados da psique, apoiando-se num enfoque fenomenológico, visto que acreditava que a individualidade das pessoas, o ser único, não podia ser classificada de maneira geral, compreendida de maneira quantificada e dentro de padrões estatísticos. Na afirmação de KANT de que o mundo não pode ser conhecido como realmente é, pois o nosso "conhecimento" e observações acerca do mundo são limitados pelo como e o quê os nossos cinco sentidos podem apreender, é que se baseava JUNG. Esse autor chegou a declarar que "*epistemologicamente, apoio-me em KANT*" (apud CLARKE, 1993, p. 50).

Ao buscar ver as coisas como um todo e com significado JUNG se baseia também na hermenêutica:

A essência da hermenêutica, uma arte amplamente praticada em tempos antigos, consiste em adicionar novas analogias à que já foi fornecida pelo símbolo: em primeiro lugar, analogias subjetivas produzidas ao acaso pelo paciente, em seguida analogias objetivas fornecidas pelo analista com base em seu conhecimento geral. Esse procedimento amplia e enriquece o símbolo inicial. (apud Clarke, 1993, p. 71)

JUNG considera a psique humana um organismo vivo que mantém profundas ligações tanto com a natureza, quanto com a raça humana e sua história. A psique, para JUNG, é muito maior que o ego e a vontade, e o processo de individuação (termo junguiano que explicaremos em capítulo à parte) propõe uma volta do homem à sua ligação com a natureza, já que o autor tem como referência uma visão holística. JUNG diz que muitas coisas o completam: *"plantas, animais, nuvens, o dia e a noite, e o eterno no homem"* (apud CLARKE, 1993, p. 231). E refere-se ainda: *"Quanto mais incerto me sinto sobre mim mesmo, mais cresce em mim um sentimento de parentesco com todas as coisas"* (apud CLARKE, 1993, p. 231).

De acordo com JUNG (1991), a Psicologia é uma ciência prática em que a ajuda ao outro é a sua maior intenção. O conhecimento em si não é a sua principal meta, o que a diferencia da ciência acadêmica. Segundo esse

autor, cada indivíduo é formado por uma nova e única combinação de elementos psíquicos, portanto cada caso e cada pesquisa devem ser individuais.

A Psicologia, a Educação Física e a Interdisciplinaridade

A Psicologia atua dentro da Educação Física mais voltada ao esporte, como um auxílio à reflexão sobre o que acontece numa competição, com os atletas, visando um aperfeiçoamento da *performance* motora.

GOBBI (1991) discorrendo especificamente sobre a pesquisa no esporte sugere que os cursos de pós-graduação devem estimular o ingresso e a pesquisa de profissionais de outras áreas interessados na *performance* motora, tanto nas dissertações e teses, quanto em congressos, simpósios e mesas redondas, para que haja uma integração de conhecimentos e uma maior discussão.

Na Educação Física, diversas pesquisas são direcionadas sobre como aumentar ou diminuir os efeitos fisiológicos naturais, sobre como provocar a estimulação artificial de músculos para um melhor desenvolvimento e desempenho, pois o corpo é somente um instrumento que leva

a vencer, mesmo que isso acarrete, posteriormente, conseqüências trágicas, como propensões a ataques cardíacos, rompimentos de músculos, ligamentos e tendões.

Existe dentro da Educação Física uma linha mais humanista, que condena a competição e a explosão excessiva, que se preocupa mais com os sentimentos dos atletas, que considera as diferenças individuais físicas e psíquicas existentes entre homens e mulheres, dentro de uma abordagem mais voltada para a educação, segundo CALHOUN (1987).

Na maioria das vezes, a Psicologia, dentro da Educação Física, é voltada para o esporte dentro de uma pesquisa que visa ao combate de "stress" e ansiedade em jogos e competições conforme CRATTY (1984); ou ainda medo do fracasso, bem como problemas de entrosamento na equipe de jogadores, que impedem melhores desempenhos, de acordo com THOMAS (1983).

Existem ainda investigações científicas acerca dos efeitos psicológicos de um treinamento, em termos de saúde mental, o comportamento humano no esporte, aspectos de personalidade e interação social, de acordo com PAULINETTI & MACHADO (1997).

Outra abordagem é a área de aprendizado e controle motor, alinhada com a cognição, percepção, psicologia experimental, *performance* motora e processos neuropsicológicos, como atenção, eficácia, eficiência, imaginação e as relações entre esses aspectos (KENDALL & HOLLON, 1979).

GILL (1986) faz uma análise entre personalidade, diferenças individuais, ansiedade, agressividade e motivação, pois estes fatores apresentam uma interdependência. Assim, características pessoais favorecem e influenciam algumas situações em grupo como, por exemplo, a da liderança e fatores em situações específicas como, por exemplo, um final de campeonato, afetam diferentes pessoas de diferentes maneiras. Algumas pessoas podem tornar-se mais agressivas ou mais motivadas, ou ainda não suportar a pressão do grupo e entrar num quadro mais grave de ansiedade e/ou frustração; ou, ao contrário, uma pessoa pode passar a considerar-se a maior numa equipe, por influência da mídia, e com isso gerar problemas grupais, e mesmo individuais, como uma auto-estima exarcebada, que comumente chamamos de inflação do ego.

A Psicologia entra, muitas vezes, no desporto com um papel de minimização de "*sequelas psicológicas e psicopatológicas decorrentes da confrontação do indivíduo com prática desportiva*" como por exemplo "*distúrbios de*

ajustamento, perturbações somatoformes, do humor e da ansiedade", conforme GONÇALVES (APUD CRUZ 1997, p. 78).

Percebemos que com tal enfoque e utilização, tanto a Psicologia, quanto a Educação Física, estão ainda valorizando a mente em detrimento do corpo.

RINTALA (1991) esclarece essas questões de uma maneira muito bonita:

... o dualismo mente-corpo tem contribuído para a desvalorização do físico por causa da sua separação assumida e da inferioridade do mental ou intelectual, relegando a educação física a uma posição subordinada dentro da educação como um todo... parecemos estar aceitando o "status" do corpo na hierarquia como sendo inferior ao "status" da mente ... Na Educação Física nós normalmente enfocamos o movimento humano para uma virtual **exclusão da compreensão dos humanos se movendo**. (o grifo é meu!) (p. 268-70)

Essa é uma questão extremamente importante; não se compreende o movimento, não se apreende sua expressão, não se sente esse corpo! Há uma preocupação unicamente com critérios de desempenho e produtividade, ignorando-se a totalidade do homem, e isso gera uma Educação Física alienada, que acentua a visão dicotômica de corpo e espírito do homem contemporâneo.

GONÇALVES (1994) alerta também sobre este posicionamento:

Rejeitamos, assim, toda a prática pedagógica de cunho behaviorista, que visualiza o corpo como um feixe de reações a estímulos do meio, des-
vinculado de uma subjetividade que o envolve como uma presença e determina seu modo de ser

no mundo ... Consideramos a imagem corporal em seu sentido ontológico, como o "corpo próprio", como a expressão da unidade corpo-espírito e da relação do homem com o mundo ... A percepção da totalidade Eu-mundo impregna cada etapa do movimento, e dela depende a harmonia da ação motora ... A Educação Física trabalha com o movimento corporal. Ela trabalha portanto, com o homem em sua totalidade ... O sentido do movimento é, assim, ao mesmo tempo, subjetivo e objetivo. (p. 111-75)

Parece que uma visão alternativa e não dualista do ser humano, é o ponto de partida à compreensão do ser humano em movimento. O ser humano existe no seu mundo como um corpo, através dele a pessoa existe, confere significado e se expressa na vida.

Sobre o conceito de interdisciplinaridade, e sua utilização nas ciências do esporte, BRACHT (1993) afirma que **a superação desse dualismo depende cada vez mais dos pesquisadores da área** (o grifo é meu!). LOVISOLO (1995) apresenta a educação física como interventora dentro de uma proposta de mediação, com uma abordagem "integrativa, holística, superadora dos pontos de vista parciais".

PELEGRINI & ALBUQUERQUE (1994) afirmam que "A Educação Física, preocupada em garantir o seu lugar no ensino superior, nem sempre se apercebe das frestas abertas pelos novos paradigmas" (p. 110).

As autoras observam, no entanto, que algumas áreas de especialização na Educação Física começam a ficar mais atentas, percebem o fator de complexidade existente no

ser humano, e o quanto esse ser humano é um campo fértil para pesquisa e implementação de uma "nova ciência". Com isso temos aí uma "brecha" para o desenvolvimento de pesquisas menos preocupadas com números e acertos, que é a pesquisa quantitativa, e uma ênfase em aprofundamento de casos, na qualidade, ou seja, a pesquisa qualitativa.

Essa proposta menos mecanicista e mais qualitativa, com uma compreensão do homem e uma forma de atuação mais integradora, é encontrada na psicologia junguiana, também chamada psicologia profunda.

A Psicologia profunda faz uma opção por um método dialético, que se baseia em confrontos e averiguações mútuas, do terapeuta e do paciente. Isso é possível na medida que se permite ao outro apresentar-se como é, inteiramente, sem julgá-lo, sem colocá-lo dentro de um esquema pressuposto, sem que haja uma relação de autoridade e superioridade por parte do terapeuta. Permitir que o ser humano expresse sua individualidade, possibilitar ao ser humano a experiência única de buscar suas emoções, percebê-las e vivenciá-las no seu corpo, é a proposta da Psicologia Junguiana - coligada a técnicas corporais de relaxamento dentro da Psicologia Organísmica de SANDOR (1974).

Possibilitar ao ser humano uma vivência única de seu corpo, além das massificações, dos treinos, dos

desempenhos máximos - não deveria abranger a Educação Física tal proposta?

Obviamente já existem práticas mais humanísticas e totalizadas na Educação Física, porém o que venho propor é uma prática que poderia ser experimentada em aulas de vivências corporais e técnicas de relaxamento, o que levaria os educadores físicos a uma nova visão e internalização de seu corpo, além de estarem habilitados posteriormente a desenvolverem tais técnicas com seus alunos. Isso promoveria um crescimento e uma gratificação enorme nas pessoas, pois elas deixariam de obter uma Educação Física limitada somente a treinos, jogos, competições e desempenho muscular, e passariam a sentir e observar mais o próprio corpo.

O Corpo, a Corporeidade, as Ciências da Motricidade Humana

SANTIN (1992) discorre sobre o conceito de corporeidade a partir da idéia de que, embora pareça simples, não o é, porque o termo corporeidade não é algo concreto mas profundamente abstrato. Afirma ainda que o conhecimento racional e científico do corpo não significa ou corresponde à "corporeidade vivida no cotidiano das pessoas". O autor sabiamente nos mostra que antes de

desenvolver o pensamento lógico-racional, e da existência das ciências experimentais, o homem experimentava o seu corpo. E que, a partir de sua própria experiência com o corpo, o indivíduo constrói a sua imagem corporal.

Parece que à medida que o homem foi desenvolvendo o seu intelecto, ele esqueceu-se de seu corpo, e muitos só lembram-se dele quando adoecem.

As idéias de SANTIN (1992) fazem uma ponte com as de RINTALA (1991), descritas anteriormente. SANTIN (1992) tece uma crítica à Educação Física dizendo que esta se preocupa mais com a consciência e a razão, do que com a "história dos corpos", o que acaba criando uma "inferioridade corpórea", em detrimento da valorização do mundo racional. E pergunta de que forma a corporeidade poderia contribuir e "cultivar corpos humanos?" Encerra com um alerta de que a questão da corporeidade deveria nortear a Educação Física.

Seguindo esta linha de raciocínio, SANTIN (1992) demonstra o quanto as ciências modernas fortaleceram a racionalidade, preocupando-se com o fato físico, com o mensurável, e a ciência com isso se "esqueceu" de que o mundo, não se reduz a fatos físicos, pois existe uma infinidade de fenômenos que ultrapassam a esfera da física. O autor mostra que embora o corpo seja continuamente avaliado em seus aspectos quantitativos, isso é apenas uma

constatação e não uma maneira de pensar, no sentido de reflexão. Isto é no mínimo uma maneira reducionista de avaliar o corpo.

MORAIS (1992) segue uma mesma linha de raciocínio e discorre ainda, poeticamente, sobre desdobramentos e aplicações da filosofia do corpo, problema e mistério. Reproduziremos aqui um longo trecho desta sua obra, pela beleza presente em seu discurso:

Problema é algo que me corta o passo e me desafia em minha condição de sujeito cognoscente; problema é algo passível de equacionamento e, mesmo, eventual solução. Em suma, eu posso fazer de um problema uma presa do meu conhecimento. Já o mistério não me corta o passo; ele me envolve porque sou vivente, carregando em mim o mistério da centelha vital que escapa aos mais argutos médicos e fisiologistas. Do mistério eu sou presa. Se posso equacionar e resolver o problema, quanto ao mistério me é dado, no máximo, ter dele uma certa intuição contemplativa. Contemplando-o eu o intuo como uma certeza tremenda; mas ao mesmo tempo, como uma absoluta impossibilidade cognitiva (pois, ao contrário, já não seria mistério). ... A sabedoria das articulações ósseas e das disposições musculares faz-nos encontrar uma inteligência que caracteriza cada pequena ou grande parte do corpo que estudemos ... Nossos corpos são, antes de tudo, o nosso primeiro e mais fundamental mistério. A cada dia somos convocados às alegrias da corporeidade e, ao mesmo tempo, à sua aterradora efemeridade; o mais competente fisiologista saberá explicar-nos aspectos sutis do funcionamento de órgãos, aparelhos e sistemas do corpo; mas não há cientista, seguro do que faz, que ouse uma explicação sobre a própria centelha vital: o que nos mantém vivos? O que alimenta esse impulso primeiro? Somos e não temos um corpo. ... E o corpo apresenta claramente uma consciência e uma sabedoria que não precisam de raciocínios ... Toda atitude do ser humano é atitude corporal. (p.73-85)

SANTIN (1992), apoiando-se na Física Quântica, afirma que a vida é uma só e não pode ser destruída já que tudo "se resume em energia", e, aquilo a que chamamos de natural ou sobrenatural são planos de vibrações e dimensões, alguns possíveis de serem percebidos por nossos parcos sentidos. Apesar disto, o nosso corpo é o centro de convergência, compreensão e apreensão do mundo .

BARBOTIN discorre sobre esta questão:

O meu corpo é o ponto de referência em relação ao qual cada coisa toma seu lugar e torna-se situada ... Graças a meu corpo localizado, atraio para mim todos os pontos do espaço: concentro-os, recapitulo-os, interiorizo-os. Em compensação, tomando impulso dessa posição me projeto em direção a todos os pontos do meu horizonte. Graças a esse ritmo o universo inteiro reside em mim, enquanto eu habito todo o universo. (apud SANTIN, 1992, p. 85)

A Imagem Corporal e o Trabalho Corporal

Diversos autores discorrem sobre o corpo, a imagem corporal e a formação de identidade. ERIKSON (1974) considera que o desenvolvimento de zonas libidinais e o tônus corporal contribuem no desenvolvimento da identidade da criança.

SCHILDER (1981) chama de imagem corporal, o esquema do corpo tridimensional que todos têm de si mesmos. De acordo com este autor a "*personalidade é um sistema de ações e tendências para a ação. Temos que esperar*

emoções fortes referentes ao nosso próprio corpo" (p. 15). O autor enfatiza também que todas as ações que dependem de um conhecimento do próprio corpo serão imperfeitas e incompletas se o próprio conhecimento de nosso corpo assim o for. Ressalta ainda que o conhecimento do próprio corpo é extremamente necessário, que a imagem corporal tem um papel importante em cada movimento, e que há movimentos que são expressões de emoções. SCHILDER (1981) lembra que esse "modelo postural do corpo" envolve um tempo de maturação, que por sua vez tem estreita ligação e dependência das experiências vividas, de treinamentos, e de atitudes emocionais, que se dá num contato contínuo com o exterior. Este autor observa ainda que, em casos de somatizações, os órgãos envolvidos relacionam-se com o conflito, e que uma doença modifica a percepção, a postura e a libido do corpo.

Além de SCHILDER (1981) outros autores não mais dicotomizam a relação corpo/mente, e verificam a importância da estimulação tátil para o desenvolvimento.

DYCHTWARD (1984) alerta para a questão de que o nosso "*corpomente*" é fruto de experiências emocionais, psicológicas e psicossomatizações ao longo de nossa vida, pois o nosso jeito de sentir e agir no mundo afetam, modelam e estruturam o nosso corpo.

Assim, este autor observa que uma pessoa rígida em seus padrões e comportamentos, vai apresentar essa

rigidez em seu corpo, como por exemplo, ombros e pescoço sempre tensos.

FELDENKRAIS (1979), usando a manipulação não verbal e a "consciência pelo movimento", relata o atendimento de um caso específico em que a consciência corporal tornou-se fundamental no processo terapêutico. De acordo com este autor, ao mudarmos nossa auto-imagem, mudamos a nossa própria maneira de agir, pois há uma modificação nas nossas motivações e isto mobiliza as partes do corpo que estão relacionadas com as motivações.

Podemos constatar isso em pessoas que não gostam do seu próprio corpo, que não têm uma auto-imagem satisfatória, que às vezes se deprimem, e acabam adquirindo uma postura cifótica, além de muitas vezes se fecharem no contato com as pessoas. À medida que a auto imagem se torna positiva, essas pessoas tendem a se abrir mais para os relacionamentos e perdem ou diminuem em muito a sua postura cifótica.

MONTAGU (1988) afirma que é pela pele que se desenvolve a consciência corporal, ressaltando que "*a estimulação tátil parece ser uma experiência fundamentalmente necessária ao desenvolvimento comportamental saudável do indivíduo*" (p. 254). A autora observa também que os distúrbios psicossomáticos estão associados a uma carência de momentos de

maternalidade, e estes, por sua vez, aparecem com mais probabilidade em pessoas que sofrem desta carência.

McNEELY (1989) apresenta um interessante resumo histórico da somatoterapia, e fala da integração da somatoterapia e psicologia profunda. A autora coloca que a somatoterapia promove a descoberta de conteúdos de um complexo, ajuda na remoção destes, e ainda favorece o desenvolvimento de potencialidades não desenvolvidas, por serem inconscientes.

Constatamos a veracidade de tal fato quando, ao tocarmos determinada parte do corpo de um paciente, que tem uma tonalidade afetiva para ele, este se lembra de um sonho importante para o seu desenvolvimento emocional, ou de um fato ocorrido há muito tempo atrás, às vezes, há anos. Traumas e complexos até então não conscientes, com a soltura e integração deste corpo, alcançam uma leveza maior na sua atuação frente à vida. O paciente resgata o amor pelo seu corpo, o seu amor-próprio, e a sua atitude frente à vida se modifica.

SANDOR (1974) também escreve sobre a interação da psicologia profunda e diferentes trabalhos corporais, incluindo os relaxamentos. O autor relata que "*a psicologia profunda está praticamente imbuída pela idéia e atuação dos opostos de tensão e distensão*", e de acordo com

a teoria JUNGUIANA, a consciência se desenvolve mediante o aparecimento de opostos. Ressalta ele:

...Tensão e dis-tensão representam polaridades que se estendem desde a categoria biológica até a anímica - espiritual. Manifestam-se na contração muscular, na vontade, mas igualmente também na cosmovisão ideológica. Aquilo, que como intercâmbio rítmico, na escala fisiológica produz homeostase, na escala psíquica aparece já como uma tarefa ou incumbência de síntese que servirá como ponto de partida para uma nova fase de esforço integrador. (p.10)

A integração que ocorre da síntese dos opostos, pode ser verificada tanto no corpo, num melhor alinhamento e menor tensão deste, tendo como conseqüência uma diminuição de somatizações, como numa melhor integração psíquica, pois o indivíduo menos tenso, mais equilibrado, vai expressar isso em sua psique, em suas emoções, nos seus relacionamentos, no seu dia-a-dia.

SANDOR não tinha exatamente uma proposta única de trabalho corporal ou Método Corporal; verbalmente e informalmente em suas aulas referia-se ao seu método de trabalho como "Psicologia Organísmica", mas nada deixou escrito sobre isso. Em consideração a sua pessoa e a sua proposta de trabalho é que empregamos esse termo, a que ele tanto se reportou.

SANDOR sempre ressaltou em suas aulas que as diferentes possibilidades terapêuticas de sua "Psicologia

Organísmica" poderiam ser aplicadas na medicina, na psicoterapia, na fisioterapia, na terapia ocupacional, na fonoaudiologia, na pedagogia, nas artes, nos esportes, e os alunos que freqüentavam suas aulas eram formados nas mais variadas áreas do conhecimento. O autor sempre recomendava que a escolha das técnicas psicoterapêuticas da "Psicologia Organísmica" deveria ser feita em função das características do paciente, suas queixas e sua situação geral, e que deveria ser conferido ao relaxamento uma posição de destaque.

SANDOR (1979) descreve a Cinesiologia como a ciência do movimento humano que estuda as reciprocidades entre o movimento e o seu sentido, a imagem corporal, a expressão estética, e a personalidade. Segundo este autor, não há parte do corpo que ao apresentar tensões psicogênicas não sirva como ponto de partida para intervenções prudentes, isto é, os ossos, as articulações, a pele, os músculos lisos com sua dupla inervação simpática-parassimpática, servem como base para o desenvolvimento de inúmeras técnicas corporais.

A "Psicologia Organísmica" promove um processo "regulação do tônus", um "ajuste espontâneo" do organismo, e possibilita um aflorar de conteúdos inconscientes de acordo com a necessidade do paciente.

GUIMARÃES (1990) também concorda com a importância do uso de técnicas e métodos de trabalho corporal na clínica psicológica, pois isto possibilita "*uma interação entre o aprendizado intelectual e vivencial no tratamento do paciente*" (p.4). A autora diz ainda que a abordagem corporal na psicoterapia leva a um "*criar em cima de si mesmo*", pois existe uma ponte, uma ligação, entre os processos físico-psicológicos.

Concordo com a autora, pois observo diariamente esta ligação entre o somato e o psíquico no contato com meus pacientes. Pessoas que sofrem com sintomas corporais, quando estes são expressões de uma personalidade não integrada, à medida que tornam o seu desenvolvimento mais pleno e adequado para si, tais sintomas desaparecem.

Eu também observo que pessoas que se anulam, que quase vegetam, que quase nada expressam, passam a sofrer de somatizações, que nada mais são que a expressão de sua inadequação; e, novamente, à medida que modificam essa questão, à medida que se integram, que percebem seus limites, que vivenciam novamente suas vibrações, pulsações e fluxos, as somatizações desaparecem.

Há um elo de ligação entre observar-se, crescer, entregar-se e integrar-se.

A Psicologia Junguiana e o Processo de Individuação

Individuação é um termo criado por Jung que significa a busca de uma realização plena de potencialidades inatas no ser humano; todo ser humano tem dentro de si essa possibilidade. Seria uma tendência instintiva para sua realização, que leva o indivíduo a diferenciar-se do coletivo.

JUNG (1991) escreve:

A Individuação, em geral, é o processo de formação e particularização do ser individual e, em especial, é o desenvolvimento do indivíduo psicológico como ser distinto do conjunto, da psicologia coletiva. É portanto um processo de diferenciação que objetiva o desenvolvimento da personalidade individual. (p. 426)

Para JUNG a meta do ser humano é a individuação, ou seja, tornar-se um ser não dividido durante o processo de seu desabrochar, do seu desenvolvimento interior, ou seja tornar-se aquilo que potencialmente veio para ser.

Discorre Jung (1991):

... Toda vida é a realização de um todo, i. e., do **self**, razão pela qual esta realização pode ser denominada individuação. Pois toda vida liga-se a portadores e realizadores individuais e é inconcebível sem eles. Cada portador recebe um destino e uma especificidade que lhe são próprios, e é somente sua realização que confere um sentido à existência. (p.330)

Podemos dizer que **self** é um conceito junguiano que se refere a Deus, e todo o desenvolvimento do homem seria dirigido pelo **self**, a partir do **self**, para o ego.

JUNG (1953) afirma que o **self** é uma idéia que exprime uma "essência incognoscível que não podemos entender como tal, já que, por definição, ela transcende nosso poder de compreensão", que também poderia ser chamado "Deus dentro de nós" (p. 399).

FRANZ aponta esse mesmo tema quando diz que simbolicamente o self é expresso em "*toda história da humanidade como divindade interior, ou a imagem de Deus*" (p. 223).

O papel do ego é o de estar atento, aos sonhos, intuições, percepções, somatizações, ao direcionamento de vida que o **self** aponta, e segui-lo. Todos os problemas, sejam eles somáticos ou psíquicos, decorrem de uma não integração com o **self**. O **self** aponta para o germe, para o potencial de realização que existe em todo ser, que é o de crescer e completar-se.

Uma outra autora junguiana, SILVEIRA (1981a), discorre também sobre essa idéia, e a completa dizendo que "*assim é para a semente do vegetal e para o embrião do animal. Assim é para o homem, quanto ao corpo e quanto à psique*" (o grifo é meu!).

Portanto, uma Ciência menos fragmentada, mais holística, que leve em consideração a singularidade do indivíduo, deve também considerar que a psique se expressa no corpo, e o corpo se expressa na psique. E ainda, que a expressão do corpo antecede a uma expressão psíquica. Cabe a nós colocarmo-nos disponíveis para um entendimento, e um atendimento que leve em consideração o corpo desse indivíduo, que pensa e sente, mas que nem sempre consegue expressar-se, adequadamente, por meio das palavras.

O Corpo em Jung

Descobrimos inúmeras considerações sobre o corpo e os dinamismos psicofísicos nas obras de JUNG. Colocarei, em evidência, alguns trechos de uma de suas obras:

A consciência é sobretudo o produto da percepção e orientação no mundo externo, que provavelmente se localiza no cérebro e sua origem seria ectodérmica. (p. 24) ... Essas localizações particulares desempenham um papel fundamental importantíssimo na chamada psicologia primitiva (que de primitiva não tem absolutamente nada). Se, por exemplo, estudarmos a Ioga Tântrica e a psicologia hindu, descobriremos o mais elaborado sistema de camadas de localizações psíquicas; uma espécie de graduação de consciência que vai desde a região do perineo até o topo da cabeça. Essas camadas ou centros são chamados chacras, encontrados não apenas nos ensinamentos de ioga, mas também nos velhos tratados alemães sobre alquimia, que logicamente, não se originam dos ensinamentos hindus. (p.26) ... A palavra "emocional" é invariavelmente aplicada quando surge uma condição caracterizada por enervação fisiológicas. Assim podemos medi-las até certo ponto, não em suas manifestações psicológicas, mas físicas. (p. 44) ... É curioso que a dor histérica não cause contração das pupilas nem se faça acompanhar de enervação neurológica, apesar de ser uma dor realmente intensa. A dor física, por outro lado apresenta estas duas características. (p. 46) ... Processos do corpo, processos mentais desenrolam-se simultaneamente e de maneira totalmente misteriosa para nós. É por causa de nossa cabeça lamentável que não podemos conceber corpo e psique como sendo uma única coisa. (p. 54) ... O máximo que se pode afirmar é a existência de certas condições fisiológicas que são claramente produzidas por doenças mentais, e outras que não são causadas, porém meramente acompanhadas de processos psíquicos. Corpo e psique são os dois aspectos do ser vivo. (p. 55) ... Percebemos apenas as imagens que nos são transmitidas indiretamente, através de um aparato nervoso complicado. Entre os terminais dos nervos dos órgãos dos sentidos e a imagem que aparece na consciência se intercala um processo inconsciente que transforma o fato psí-

quico da luz, por ex., em uma "luz"-imagem. ... Sem este complicado processo inconsciente de transformação, a consciência é incapaz de perceber qualquer coisa material. (JUNG, 1972, p.400)

É óbvio que fiz algumas citações extremamente longas, mas acho válido este procedimento porque considero JUNG como um teórico extremamente atento às questões referentes ao corpo, e considero portanto, a psicologia profunda como uma teoria que faz brilhantemente a ligação entre a psique e o corpo.

FARAH (1995) menciona a facilidade com que JUNG refere-se aos processos corporais, interliga-os à dinâmica da psique, e aponta que:

A maneira utilizada pelo próprio Jung para mencionar o dado corporal, já deixava em aberto, implicitamente, a possibilidade de vir a se desenvolver uma forma "junguiana" de abordagem do corpo, em Psicologia. (p. 26)

FARAH (1995) destaca ainda o quanto atualmente as pessoas estão mais atentas a seu corpo. A meu ver, muitas vezes, elas estão atentas de uma forma distorcida e simplificada, pensando não numa vivência adequada deste, mas de um culto exagerado às suas formas, em detrimento de uma boa saúde, pois recebem uma grande influência da mídia para isso. A autora apresenta o corpo como *"um canal viável para o restabelecimento do nosso contato com a própria natureza humana"* (p.34). Salienta ainda, em sua obra, citações de Neumann, firmando-se neste autor, sobre a

importância para o desenvolvimento humano de vivências corporais precoces, e o quanto a imagem corporal interfere na formação do ego, e de toda a personalidade.

RAMOS (1994), falando sobre as descobertas de Jung sobre os tipos psicológicos e suas manifestações físicas, refere-se ao fato de que a partir das constituições do corpo podemos inferir sobre a psique de um indivíduo, o que também constato durante o atendimento que presto às pessoas.

Também DURAN (1997) discute o tema do corpo na perspectiva da Psicologia Analítica de JUNG e da Psicologia Organísmica de SANDOR (1974), sobre a qual discorreremos na Metodologia.

Verificamos portanto diferentes autores que estabelecem uma relação entre a psicologia junguiana e o corpo. Estabeleceremos agora, além desta ligação, qual o discernimento que podemos obter da leitura do corpo em relação ao processo de individuação, e ao self.

O Corpo e o Processo de Individuação

Se considerarmos que o nosso corpo é a casa onde mora a nossa alma, nossa psique, a individuação assume também uma dimensão corpórea.

WAHBA (1982) nos explica isso. Diz a autora:

O corpo nos dá a manifestação da energia no seu plano material, sofrendo as perturbações e transformações que ocorrem na psique. Se falo de um ego inflado ou um ego alienado, ou de uma personalidade cujo centro está cada vez mais próximo do self, posso observar tal processo nos estados de "alienação" (apatia, desligamento, o corpo desvitalizado, energia disponível) ou "inflação" (atuação, liberação, manifestação caracterizada por alto grau de inconsciência) corporais, assim como observo um eixo corporal "centrado". (p.29)

Acredito que uma apropriação e vivência mais adequada do corpo, leva a uma definição e conscientização da imagem corporal, e isto é muito importante para o processo de formação de identidade e o tornar-se quem realmente se é, que é a proposta de individuação de JUNG.

Uma melhor expressão e soltura do corpo leva a uma maior expressão e soltura frente às pessoas, ou seja, estamos atuando em nível de modificação de atitudes, e de uma coerência maior na psique e no organismo da pessoa. Assim, está se permitindo o que WAHBA (1982) chama de manifestação da totalidade, e que esta "se expresse

corporalmente nos vários níveis psicofísicos do ser humano" (p.30).

A possibilidade de sentir melhor as sensações corpóreas modifica a imagem corporal, aumenta a consciência corporal. Há uma valorização deste corpo, muitas vezes esquecido. Há uma nova organização do próprio corpo, da energia psíquica, e uma nova identidade, um novo ego se estrutura a partir das novas dimensões corporais, observadas também pela psique.

JUNG, em seu "Seminário das Visões" (livro ainda não publicado em português, numa tradução para grupos de estudos feita por Petho Sandor), diz que para a psicologia do inconsciente, o corpo sempre significa a terra, pois é duro, denso, não pode ser removido, é um obstáculo absoluto. *"É o aqui e agora, porque quando alguém está realmente no aqui e agora, está no corpo"* (p. 472).

E qual a ligação que pode ser feita entre o corpo e o self? Diversos autores respondem a essa questão.

ANTUNES (1986) apresenta igualmente uma idéia do corpo como terra, como uma base que leva à diferenciação do Eu, e o existir do Eu no corpo, e o existir do corpo no Eu é que promove a integração mente-corpo. Essa autora refere-se a esse Eu, como um sinônimo, para o conceito de self.

Segundo SILVEIRA (1981a) o processo de individuação não tem um desenvolvimento linear, mas sim uma circunvolução, em torno do centro - self, onde a personalidade se completa.

O self é o centro da personalidade total, e o ego é o centro da consciência. Por isso dizemos que o caminho do homem é em direção ao seu self, estabelecendo o eixo ego-self - para usar uma terminologia de EDINGER (1990). O self, como engloba a totalidade da personalidade, engloba, portanto, o corpo. Há um direcionamento do self que se expressa no corpo, e com isso determinadas doenças orgânicas ou mesmo problemas mentais, muitas vezes surgem para mostrar um novo direcionamento, a necessidade de uma nova orientação na vida do indivíduo.

MINDELL (1989) usa o termo "corpo onírico" ao falar da interação psique-matéria e conta que seu interesse sobre o tema começou quando iniciou seus estudos em física teórica e a praticar a psicologia junguiana. Ele refere-se assim ao conceito de corpo-onírico:

O corpo onírico é chamado por muitos nomes, tais como Shakti (a deusa feminina), Kundalini (a serpente de energia), Mercúrio (substância imaginada pela alquimia chinesa) e Chi (uma energia sutil). O mais essencial, porém, é que o corpo onírico compõe-se de sensações corporais interiores e fantasias a elas vinculadas. Rituais orientais chamariam o corpo onírico de substância básica do corpo, substância atuante, que se transforma na experiência da imortalidade. (p.178)

O corpo onírico é o que vitaliza a matéria, o que anima, o que da alma, e segundo este autor, a doença pode ser considerada uma reação à ausência de autenticidade numa pessoa após o self ser tocado e atendido, pois aí o corpo se torna um "parceiro da consciência" . Esse autor lembra que HIPÓCRATES acreditava nas energias corporais - o *enormon* e a *physis*, e que estas eram consideradas como as forças responsáveis pelo vigor natural bruto do corpo e pela capacidade do corpo para curar-se a si mesmo; com a "evolução da medicina", os médicos passaram a ignorar os conceitos de energia de Hipócrates em detrimento de suas atitudes "científicas" e sua observação aguda sobre as doenças.

MINDELL (1989) também considera o conceito de sincronicidade o mais significativo dos conceitos mente-corpo de JUNG, e faz a ressalva de que embora esse conceito tenha sido usado por JUNG fundamentalmente no estudo de fenômenos parapsicológicos, outros autores junguianos "*aplicaram o conceito à relação entre doenças orgânicas e símbolos que aparecem de modo espontâneo*" (p.18).

Reafirmo ainda a opinião de MINDELL (1989) que pode ser constatada na prática clínica, de que o trabalho com o corpo onírico amplia e intensifica "*a interpretação dos sonhos e como esta pode enriquecer e esclarecer o significado dos problemas físicos*" (p.138).

MINDELL também verifica que

... o trabalho com o corpo onírico promove o processo de individuação que é uma unificação progressiva da personalidade. Individuação significa que os olhos, a cor da pele, os lábios, os movimentos da mão, a postura corporal, o tom da voz, as palavras e as fantasias manifestarão todas uma mesma informação: a personalidade real, o mito vivente. (p. 178)

A pessoa que não segue o seu caminho, o seu processo, não se individua, torna-se doente, e a doença pode assumir um sintoma físico - no corpo, ou mental - na psique.

Uma outra colocação para refletirmos sobre isso é apresentada por DETHLEFSEN E DAHLKE (1993):

... O corpo de um ser humano vivo deve seu funcionamento exatamente àquelas duas instâncias imateriais que denominamos consciência (alma) e vida (espírito). A consciência apresenta as informações que se manifestam no corpo e que se tornam visíveis. (p.14)

Numa linguagem da psicologia junguiana, uma doença serve para re-colocar a pessoa no seu eixo, na busca de sua totalidade. Constatamos isso, diariamente no nosso contato com pessoas que, depois de um "susto" físico-psíquico, re-orientam a maneira de enxergar e de viver suas vidas.

A doença ou outras manifestações somáticas não tão graves indicam que o indivíduo não está em ordem, não revela harmonia. Os sintomas servem, portanto, para nos indicar o que ainda falta em nosso caminho.

Aliás, como já dissemos anteriormente, a doença pode ser considerada não um desvio em nosso caminho, mas sim, deve tornar-se o caminho que nos levará à cura, a uma vida mais saudável e plena, isto é, mesmo uma doença pode levar uma pessoa a buscar a sua individuação.

O corpo, matéria realizada de uma Manifestação Superior, torna-se, então, um caminho para a vivência desta totalidade.

O Uso de Desenhos, a Psicologia Profunda e o Trabalho Corporal

Diversos autores discorrem sobre a importância da atividade criadora no desenvolvimento psicossocial de um indivíduo.

LOWENFELD & BRITTAIN (1970) apresentam uma profunda reflexão sobre toda a capacidade criadora e seu desenvolvimento e o que um indivíduo pode nos revelar enquanto exercita sua capacidade criadora. Eles afirmam que os desenhos sempre refletem o que o indivíduo sente, sua capacidade intelectual, seu desenvolvimento físico, sua acuidade perceptiva, o seu envolvimento criador, o seu gosto estético e até a sua evolução social. Tais autores verificaram também que as mudanças, à medida que o

indivíduo cresce e se desenvolve, são claramente visíveis em seus desenhos. Alertam ainda para o fato de que as atividades artísticas favorecem o desenvolvimento emocional do indivíduo, e, especificamente sobre a arte realizada por adolescentes. Declaram que esta é um meio e uma oportunidade dos jovens rebelarem-se, expressarem suas emoções e sentimentos, fazendo que os jovens exerçam uma função social importante, e ainda, que eles aprendam a expressar o amor, a beleza e a sensibilidade, além de poderem, com isso, observar-se a si próprios, a suas necessidades e emoções.

DUARTE JÚNIOR (1988) faz uma reflexão sobre as funções cognitivas ou pedagógicas da arte. O autor faz uma série de observações com relação ao uso de desenhos, tais como: (1) que com os desenhos acessamos a esfera dos sentimentos, podendo perceber coisas que não perceberíamos com o nosso "*pensamento discursivo*" e com nossa linguagem; (2) que se agiliza a imaginação, pois se rompe com o "*pensamento rotineiro*"; (3) que se desenvolve uma refinação dos sentimentos pela convivência com a arte; (4) que com a experiência estética ampliam-se as "*modalidades do sentir*"; (5) que com a arte se vivencia o que é impossível se vivenciar no dia-a-dia; (6) que o contato com a produção artística "*de seu tempo e de sua cultura*", faz que o indivíduo vivencie o "*sentimento de época comum a seus*

contemporâneos"; (7) que a arte é uma possibilidade de acesso à visão do homem, do mundo e de outras culturas; (8) que o trabalho com a arte envolve um "*desejo de transformação*".

Percebemos que o desenho proporciona ao indivíduo a expressão e integração de seus sentimentos e, por isso, ele vem sendo utilizado há muito tempo como uma técnica projetiva, ou seja, o indivíduo projeta sobre o papel aquilo que sente, seus conflitos, medos, angústias e a imagem que tem de si mesmo.

No entanto, o uso do desenho como instrumento tem sido focado grandemente como um recurso de diagnóstico psicológico, e isso é muito conhecido na área da psicologia, nas suas mais diferentes correntes e linhas de atendimento. Farei um relato de diferentes autores fazem uso dessa técnica projetiva, para fins de diagnóstico, embora o que proponho, seja mais amplo, visto que utilizei, e continuo utilizando, o desenho, não somente como um recurso diagnóstico, mas como um recurso e proposta de atendimento clínico.

O desenho da figura humana num enfoque projetivo foi amplamente divulgado pelo trabalho de MACHOVER (1949). A autora declara que é possível verificar a expressão do eu ou do corpo no ambiente de uma determinada pessoa por meio da observação do seu desenho,

porque o desenho expressa a imagem corporal que é um reflexo da imagem de si mesmo.

OLIVEIRA (1978) relata, numa abordagem psicanalítica, a utilização de desenhos com crianças. A autora enfatiza que a criança, com as suas representações simbólicas no desenho, mergulha no inconsciente, cujo afloramento permite a percepção de distúrbios, conflitos, neuroses e psicoses. A autora nos fala ainda de outros autores que trabalharam e estudaram os desenhos infantis. MORGENSTERN (apud OLIVEIRA 1978) cita que desenvolveu um trabalho no caso de um menino de nove anos e meio que tinha mutismo psicogênico e, no qual, a terapia, por meio da expressão com desenhos, teve êxito. Após este trabalho MORGENSTERN (apud OLIVEIRA 1978) apresenta diversos relatos de tratamentos psicoterápicos realizados com a utilização de desenhos. DOLTO (apud OLIVEIRA 1978) afirma que " *não existem acasos em um desenho, tudo nele é necessário*" (p.47). Também ANNA FREUD (apud OLIVEIRA 1978) utilizava o desenho em psicoterapia, pois considerava-o um precioso instrumento, um meio de comunicação, através do qual as crianças projetavam seus conflitos, fossem eles sintomas obsessivos, complexo de castração, ou dificuldades escolares.

OCAMPO (1981) apresenta, dentro de um enfoque psicanalítico, a análise de testes gráficos e suas interpretações diversas, como técnica projetiva.

CAMPOS (1986) apresenta um resumo histórico desta utilização, mostrando de forma resumida o fundamento da interpretação do desenho como técnica projetiva, afirmando que o desenho vem "*sendo considerado como a expressão do modo como a criança percebe e compreende o mundo*" (p.11-12). Ressalta ainda que, por meio de aspectos simbólicos do desenho, o inconsciente se manifesta. KOTKOV E GOODMAN (apud CAMPOS 1986) verificaram "*as premissas básicas da projeção da imagem do próprio corpo no desenho*" (p. 15-16). Uma coletânea de técnicas que utiliza diferentes formas de interpretação do desenho, é resumidamente apresentada pelas autoras CUNHA, FREITAS E RAYMUNDO (1989).

DI LEO (1987) faz me pensar sobre o simbolismo dos desenhos e pinturas de uma forma um tanto nostálgica e poética. Segundo este autor, há vinte ou trinta mil anos atrás, o homem já apresentava a necessidade de expressar-se graficamente (vide as pinturas nas cavernas de Altamira e Lascaux). Segundo este autor:

... Símbolos são os mais gerais e efetivos meios de comunicação. ... O conteúdo de um desenho diz algo sobre a pessoa, a natureza da pessoa, diz algo sobre o desenho. ... Nos desenhos, como nos sonhos, a repetição de um tema e seus símbolos é um fenômeno notável. (p.14)

O autor acima refere - se à teoria Junguiana, e diz que há, nos sonhos e pensamentos inconscientes, nos sentimentos e nas ações, diversas fontes de símbolos. Eles precisam ser interpretados no contexto da pessoa que sonha, atua ou desenha. Este autor está convicto de que o desenho reflete a personalidade de quem desenha, pois os desenhos expressam sua afetividade , e **o examinador deve ter uma metodologia analítica e intuitiva para analisá-lo** (o grifo é meu!). O autor verifica também que na adolescência são representados estados emocionais mais conscientes e que, nos desenhos de adolescentes e também de adultos, os detalhes têm alto significado simbólico. Discorre, ainda, sobre as desordens emocionais que os desenhos refletem, sobre a relação entre arte e doença mental apresentando casos de psicóticos e sobre o papel das artes na educação para a paz.

READ (1955) sustenta a tese de que a arte deve ser a base da educação, partindo da suposição de que a educação promove o crescimento do ser humano como indivíduo contribuindo para o desenvolvimento da percepção e sensação, facilitando a expressão dos sentimentos dentro de uma maneira comunicável, visto que, se não fosse assim, estes sentimentos, muito provavelmente, ficariam parcial ou totalmente inconscientes.

READ (1955) também reconhece quatro tipos de funções básicas nos indivíduos: pensamento, sentimento, sensação e intuição, baseando-se na tipologia de JUNG.

READ (1955) apoia-se também em BULLOUGH e reconhece quatro modos de atividades estéticas expressos em obras de arte, isto é, quatro processos perceptivos: objetivo, intrasubjetivo, associativo e de caráter.

READ (1955) observa ainda quatro grupos distintos na história da arte: a) realismo, naturalismo, impressionismo; b) superrealismo, futurismo; c) fauvismo, expressionismo; d) cubismo, construtivismo, funcionalismo; e as relações entre estes diferentes grupos. Discorre também sobre as etapas de desenvolvimento da arte nas crianças e adolescentes, sobre a possibilidade de, por meio dela, especialmente dos desenhos, observar, pela análise do simbolismo que apresenta, o crescimento dos processos psíquicos de um indivíduo. Isto é constatado por exemplo, no desenvolvimento de K. revelador da modificação da percepção e aceitação de seu corpo e seus conflitos de adolescente.

READ (1955) ressalta ainda que *"de todas essas classificações, a de JUNG é a que proporciona as melhores bases de trabalho"*, já que está apoiada nas funções da consciência, a saber, pensamento, sentimento, intuição, sensação ou percepção, as quais, por sua vez, levam a uma

classificação de tipos psicológicos, mas que não cabe aqui discutirmos (p. 121).

JUNG (s/d) afirma que com a criação de símbolos, o homem transforma aspectos inconscientes em objetos ou formas carregados de *"enorme importância psicológica e lhes dá expressão, tanto na religião quanto nas artes visuais"*. (p.232) A autora analisa o simbolismo nas artes plásticas desde a pré-história até a arte do século XX e ressalta que, tanto os artistas, como os alquimistas, nem sempre se deram conta de *"que estavam projetando parte da sua psique sobre a matéria ou sobre objetos inanimados,"* mas que isso, efetivamente, acontece (p. 254).

Diversos autores têm se interessado pela correlação existente entre a psicologia profunda, o trabalho corporal e o uso de desenhos.

SANTIS (1976) considera que a imagem do eu se constrói pela mediação do corpo, e reconhece, na abordagem corporal integrada aos conceitos de psicologia analítica, uma maneira de atuação facilitadora do processo formador da identidade e da imagem corporal. IENCARELLI (1980), trabalhando com relaxamento em adolescentes, mostra a necessidade de ajudá-los na revisão da imagem corporal pois, durante esta fase, ocorrem sentimentos de perda intensos e as mudanças corporais são percebidas de maneira

estranha. Constata que a imagem corporal interfere no processo formador de identidade. HASSE (1990) pesquisou sobre a importância da coluna vertebral na corporalidade em psicologia e as possibilidades de um trabalho corporal sobre ela dentro de uma psicoterapia de orientação junguiana. BONILHA (1974) pesquisou aspectos relativos à imagem corporal e à verificação destes aspectos pela utilização de desenhos da figura humana. FARAH (1995) faz igualmente uso de desenhos em sua prática de atendimento clínico e com seus alunos na universidade. Nesta obra a autora também refere-se ao conceito de Imagem Corporal, sua relação com a formação de identidade, analisa desenhos do próprio corpo realizados em grupo e individualmente, faz um histórico sobre o uso clínico dos desenhos, orientação quanto à sistematização dos dados coletados na observação de desenhos, e sobre o simbolismo expresso pelos desenhos.

MORAES (1979), utilizando-se da calatonia de SANDOR, no atendimento de um caso, constatou alteração da imagem corporal, que também pode ser observada no desenho da figura humana. WAHBA (1982) utilizou o desenho como um dos instrumentos de avaliação da modificação da imagem corporal e consciência de si mesmo pela vivência corporal. SEIXAS (1989) relata o atendimento de uma esquizofrênica na qual utilizou a abordagem junguiana

coligada a técnicas corporais, e que também, em dado momento, incluiu o desenho para perceber o andamento do caso pois percebeu neste um efeito benéfico, pois o desenho transforma um conteúdo ameaçador ao paciente, numa forma então visível, que se torna palpável e está limitada a um pedaço de papel.

SILVEIRA (1981b) nos apresenta um belíssimo relato de casos de pacientes considerados graves - esquizofrênicos e psicóticos confinados num determinado hospital psiquiátrico, cujo trabalho realizado num atelier de pintura estava sob sua responsabilidade. Para esta autora o mundo das imagens invade a alma da pessoa e a distancia de um conteúdo invasor do inconsciente. Considera a pintura uma ação, um método adequado de defesa contra a inundação dos conteúdos do inconsciente. Com este trabalho a autora percebia melhoras clínicas, uma melhora no relacionamento interpessoal de seus pacientes e no interesse pelos estudos.

O próprio JUNG utilizava recursos plásticos com seus pacientes. Ele solicitava que eles desenvolvessem livremente uma imagem de sonho ou imaginação ativa (uma técnica criada e desenvolvida por JUNG), e isso poderia ser expresso por dramatização, escrita, dança, pintura, desenho, modelagem. JUNG percebeu que conjugando a imagem à ação, podíamos observar o desdobramento de processos

inconscientes, isto é, observar como está ocorrendo o processo de individuação, que é o eixo de sua psicologia.

ZIMMERMANN (1992) utilizou um outro recurso corporal que denominou de dança meditativa e também associou esse recurso ao desenho livre em atendimentos. A autora constatou que a dança meditativa em associação com o desenho livre promove integração do Eu consciente com as camadas mais profundas da personalidade. A autora percebeu que com a interpretação simbólica dos desenhos, pode ser verificada uma conexão entre processos interiores, que até então eram inconscientes, e a integração desses processos.

Acredito que fica claro, portanto, o quanto os desenhos revelam o que se passa com uma pessoa e o quanto deve ser utilizado para uma melhor compreensão de seus conflitos e da imagem que o indivíduo tem de si mesmo, de seu corpo, e de seus sentimentos.

Acredito que o uso do desenho como um recurso em psicoterapia é fundamental, principalmente nos casos em que o discurso verbal inexistente, como é o caso de K., ou está comprometido, como é o caso de pacientes psicóticos. O desenho possibilita o atendimento, o tratamento, e a cura de uma maneira eficiente, com a leitura que fazemos dos simbolismos que surgem. De uma

maneira "mais tradicional" verbal e/ou medicamentosa, o tratamento e a cura seriam, muitas vezes, mais limitados.

É claro que existem outras possibilidades de expressão, como argila, gesso, material de sonhos, mas nos detemos nos desenhos por ser o material de nosso estudo.

CAPÍTULO III

METODOLOGIA

O que você escreve com tinta, com pequenas letras negras, pode perder-se inteiramente pela ação de uma única gota de água. Mas o que está escrito no seu coração estará aí por toda a eternidade.

(Tsangyang Gyatso. V.V.A.A. *Contos Populares do Tibete*. São Paulo: Princípio, 1988)

Para a compreensão de como a pesquisa será desenvolvida, descreverei, neste capítulo, as características da pesquisa, o sujeito envolvido, os procedimentos e a coleta de dados.

Características da Pesquisa

FARIA JÚNIOR (1992) apresenta diferentes enfoques e paradigmas dentro da pesquisa. O enfoque que nos interessa, é o do estudo de caso. O autor diz que:

O estudo de caso é considerado qualitativo quando se desenvolve numa situação natural, com rica descrição, segundo um plano aberto e flexível e focaliza a realidade de forma complexa e contextualizada. (p. 31)

Segundo MARTINS & BICUDO (1989), a pesquisa qualitativa em Psicologia tornou-se conhecida a partir do ano de 1967, em oposição ao modelo mecanicista, funcionalista, positivista, preocupado em quantificar, muito divulgado na época. Conforme tais autores, a pesquisa qualitativa:

... procura introduzir um rigor, que não o da precisão numérica aos fenômenos que não são passíveis de serem estudados quantitativamente, tais como, angústia, ansiedade, medo, alegria, cólera, amor, tristeza, solidão, etc. (p. 29)

Os autores ressaltam que na pesquisa qualitativa, nas Ciências Humanas, se utiliza muito da descrição de casos.

Segundo os autores, na pesquisa qualitativa o fenômeno é situado: isto é, há um sujeito que vivencia um fenômeno, uma consciência que experimenta o fenômeno. O

tema e a compreensão do que ocorre são estudados de uma maneira sistemática e na sua essência - *eidética* .

Nessa modalidade de estudo, *eidos* - essência, não existem pressupostos ou concepções pré-concebidas sobre o fenômeno investigado, pois as vivências e experiências vão se descortinando. Existe uma intersubjetividade e uma relação dialética entre o pesquisador e o sujeito pesquisado.

Ainda sob este enfoque, o trabalho com o fenômeno situado envolve a imaginação que é então compreendida como a "afirmação *ser-no-mundo*", que envolve uma unidade entre o sentimento e a cognição, possibilitando a auto-expressão e o envolvimento com a realidade.

Nesta visão, por meio da arte, a essência afetiva das coisas são representadas, pois o objeto estético exige que "*se concentre apenas nele. Permite que a coisa mesma que se representa se revele. Essa forma de verdade é denominada de espiritual*" (MARTINS & BICUDO, 1989, p. 85). Sendo assim, o pensamento é uma expressão de um "*desejar saber, querer conhecer, que acarreta em perplexidade e contemplação*" (MARTINS & BICUDO, 1989, p. 85).

MARTINS & BICUDO (1989) lembram ainda que o movimento de ruptura com o positivismo e com o mecanicismo gerará uma nova Psicologia.

Sujeito

K, uma adolescente à época com quinze anos, cursava o primeiro ano do Segundo Grau, foi trazida pelos pais para um diagnóstico psicológico, pois apresentava um comportamento muito agressivo com a família e um recolhimento social intenso. Já não tinha amigas / amigos, quase não falava, respondia às perguntas por meio de monossílabos, não saía mais de casa, ia mal na escola, apresentava-se com uma postura cifótica e muitas vezes não encarava as pessoas de frente, mantinha a cabeça baixa e vestia-se inteiramente de preto.

Coleta de dados

Os dados foram coletados a partir dos desenhos feitos por K., em algumas das sessões, após o trabalho corporal.

Interpretação dos Dados

Foi feita estabelecendo-se como critério a constatação da modificação da imagem corporal expressa por meio dos desenhos e a interpretação simbólica dos mesmos, mediante as diferenças que ocorreram comparando-se a seqüência dos desenhos.

Procedimento

Foi feita uma tentativa de diagnóstico usando o H.T.P. de Machover, cuja técnica consiste em pedir ao paciente que execute o desenho de uma casa, uma árvore e uma pessoa, sendo que cada desenho deve ser feito em uma folha sulfite em branco e o mesmo monocromado, mas K. negava-se a fazê-lo.

Perguntei se gostava de desenhar, respondeu que sim. Disse então que poderia desenhar do jeito dela. Pedi então que desenhasse, e ela assim o fez (Desenho I).



Percebendo que o "veículo" aberto por K. poderia ser utilizado como recurso de intervenção terapêutica, não me importei mais com a sua não verbalização e intuitivamente pedi que sempre desenhasse como sentia o seu corpo após o trabalho corporal. Denominarei "trabalho corporal" qualquer técnica da "Psicologia Organísmica" de SANDOR.

Comecei a executar o trabalho corporal em K., que comparecia às sessões regulares duas vezes na semana, com duração de cinqüenta minutos cada. Ela recebia a técnica de relaxamento por cerca de vinte e cinco minutos e, logo em seguida, eu pedia que desenhasse como sentia o seu corpo.

As técnicas de relaxação passiva utilizadas no decorrer deste caso, no qual a paciente recebia o trabalho corporal desenvolvido pela terapeuta, foram massagem suave pelo corpo todo em decúbito ventral e dorsal com bolinha de tênis e massagem suave no rosto e couro cabeludo ("cafuné") - anexo 1; Michaux - anexo 2; Calatonia nos pés numa sessão, e nas mãos em outra sessão alternadamente - anexo 3; e "vibrações" sobre a coluna - anexo 4.

De acordo com o que se observava no desenho executado numa sessão, eu executava mais intensamente determinado tipo de trabalho corporal, de relaxamento, nas sessões subsequentes. Por exemplo, fazia-se a calatonia e suspendia-se temporariamente o método de Michaux, e assim as sessões eram sempre variadas.

Resultados

Iniciei o trabalho corporal com a massagem suave pelo corpo todo em decúbito ventral e dorsal com bolinha de tênis e massagem suave no rosto e couro cabeludo ("cafuné") - anexo 1. Após a massagem, K. fez o seguinte desenho, dizendo que era isso o que sentia do seu corpo (Desenho II).

Desenho II



O rosto desenhado monocromado, pela metade, indica uma tendência a ter problemas de contato e dificuldades de interação social, visto que ele representa o traço social do indivíduo. (MACHOVER, 1949)

Observe-se que o desenho ilustra e favorece a compreensão da queixa trazida pelos pais de K., que a mesma apresenta atitudes mais reservadas, de uma pessoa mais fechada, com dificuldade de relacionamento social.

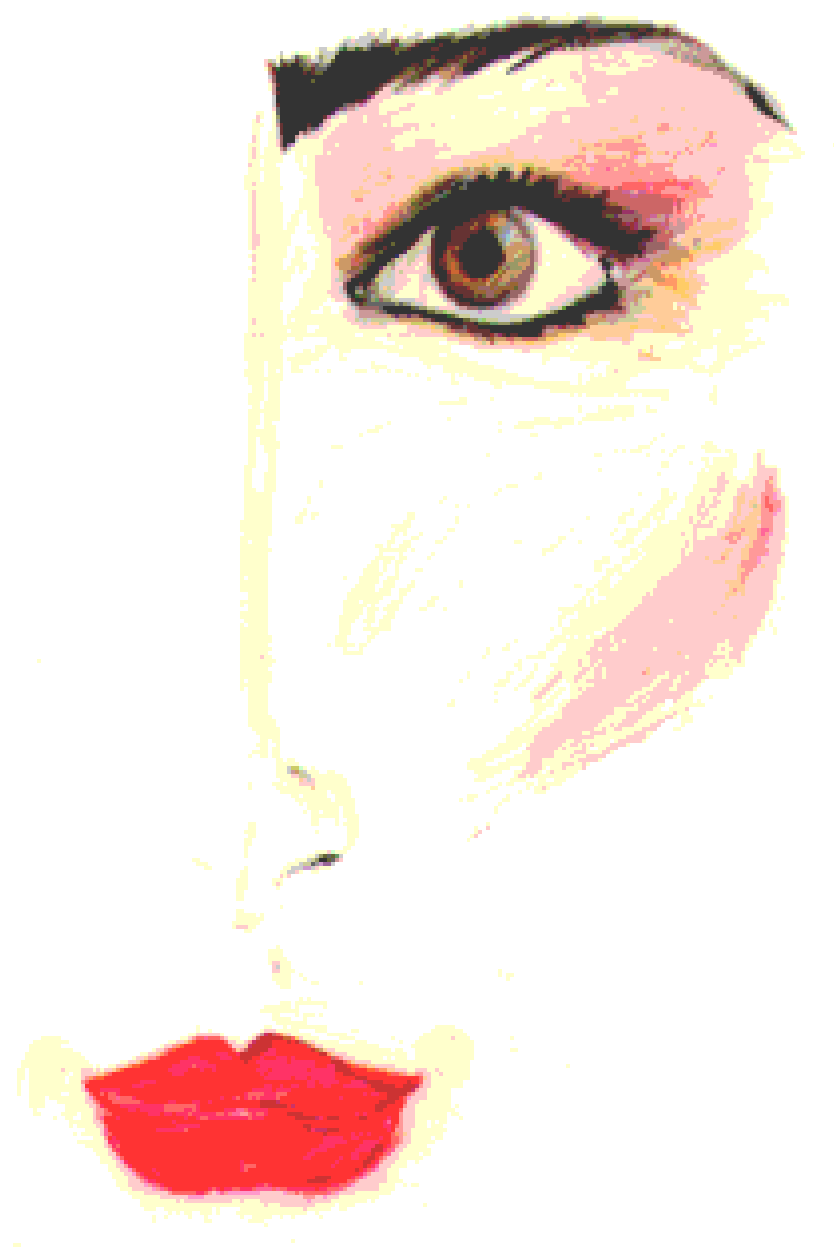
No desenho III, agora colorido, temos a boca inteira; e a boca, segundo CHEVALIER & GHEERBRANT (1989), é a

abertura por onde passa a respiração, o sopro, a palavra, o alimento, a boca é o símbolo da potência criativa e, particularmente, da insuflação da alma. Órgão da palavra, verbo, logos e da respiração, do sopro (espírito), ela simboliza também um degrau elevado de consciência, um poder organizatório por meio da razão. Mas esse aspecto positivo, como todo símbolo, comporta o inverso. A força capaz de construir, de animar, de ordenar, é igualmente capaz de destruir, de matar. Ela é mediação entre a palavra, onde se encontra um ser, e o mundo inferior ou o mundo superior, dentro dos quais ele pode arrastá-lo. Ela é representada na iconografia universal como a goela do monstro e como os lábios do anjo, como a porta dos infernos ou do paraíso. Depois da morte, os egípcios praticavam um rito chamado "abertura da boca". Este rito era destinado a tornar todos os órgãos do defunto aptos a cumprir sua função nova. A operação era feita sob os auspícios de Anúbis, e praticada na ida dos funerais, sobre um corpo cuidadosamente preparado. O sacerdote, especialmente qualificado, toca a face do de-

funto duas vezes com um pequeno anxó (chamado grande-de-magia) e uma vez com um cinzal ou pinças (chamados dois divinos), depois ele abre a boca com um buril na forma de coxa de boi e um dedo de ouro. Esta cerimônia assegura ao morto a faculdade de proferir a verdade, de se justificar diante do tribunal dos deuses e de receber a vida nova. O simbolismo da boca possui a mesma fonte que o fogo e apresenta igualmente o duplo aspecto do deus indiano da manifestação, Agni, criador e destruidor. A boca desenha também as duas curvas do "ovo primordial", aquela que corresponde ao mundo do alto com a parte superior do palato: aquela que corresponde ao mundo de baixo, com o maxilar inferior. Ela é, assim, o ponto de partida e de convergência das duas direções, ela simboliza a origem das oposições, dos contrários e das ambigüidades. (p. 133)

Sabemos que pela boca recebemos o alimento e, eventualmente, podemos respirar. Associa-se a ela a evocação da palavra, do verbo e do canto. Por meio dela o recém-nascido entra em contato com o mundo externo.

Desenho III



No Desenho IV o estilo da face se repete, o cabelo encobre o rosto, aparece o pescoço curto, os ombros geometrizados e o corpo, com parte dos braços e pernas.

O pescoço segundo ROCHETERIE:

"vivido" simboliza o ponto de junção que separa a cabeça (sede da consciência, do pensamento) do corpo (sede da inconsciência, do mundo irracional, do sentimento, dos instintos e do emotivo). O pescoço contém a garganta, que reage muito vivamente aos afetos e às angústias. (1991, p. 180)

De acordo com CHEVALIER & GHEERBRANT (1989), os ombros têm o significado de potência e força de realização. No Desenho IV, os ombros são notados, ainda, de uma maneira geométrica, quadrada, estilizada.

Os braços "simbolizam possibilidade de construir, de curar, de agir, de executar um trabalho, o poder de ... , a capacidade de ... , proteção e ajuda, o socorro, a defesa" (CHEVALIER & GHEERBRANT, 1989, p. 140).

As pernas, segundo CHEVALIER & GHEERBRANT (1989), "são o órgão da marcha; a perna é um símbolo do vínculo social. Ela permite as aproximações, favorece os contatos, suprime as distâncias" (p.710).

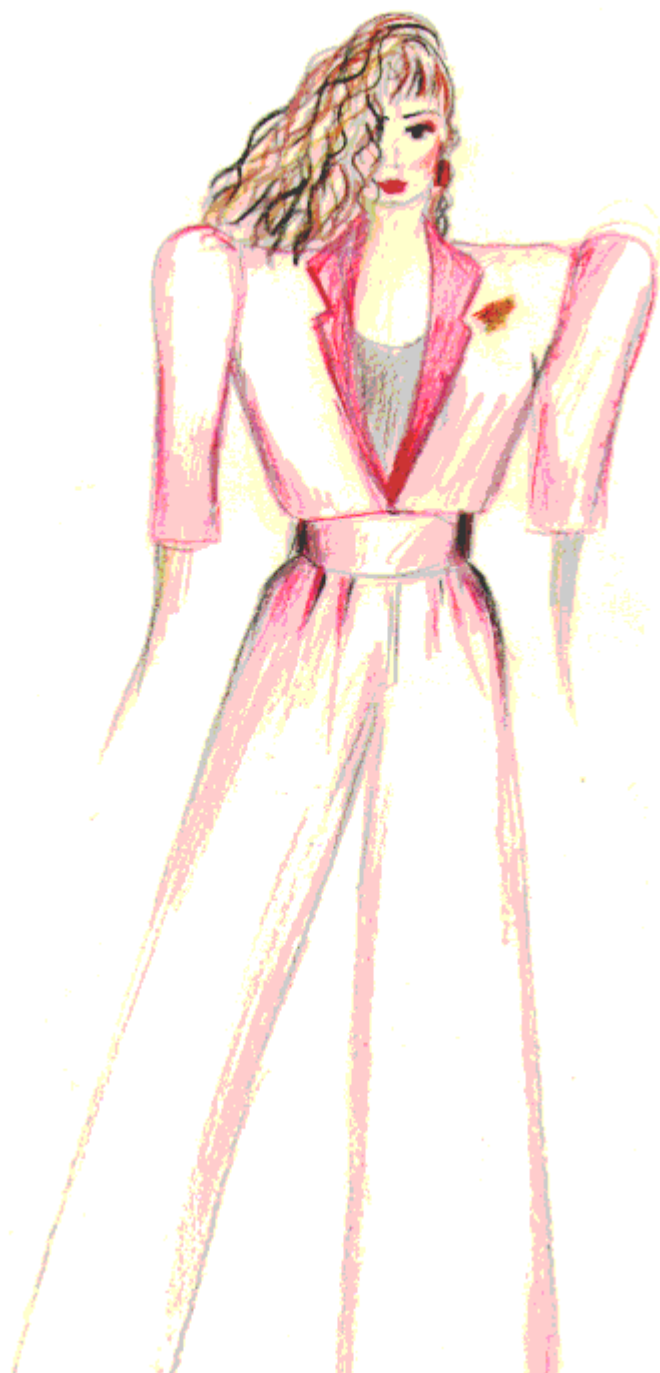
Desenho IV



No Desenho V, o rosto adquire uma expressão mais suave e alegre, as formas são mais arredondadas, especialmente os ombros, porém o corpo ainda apresenta uma desproporção. O peito começa a ser mostrado.

De acordo com SOUZENELLE (1994), a palavra *Sheklem*, em hebraico, quer dizer "ombro", "termo", "fim", e ainda é a palavra bíblica cujo significado é "levantar-se cedo". Os ombros indicam uma "nova aurora".

Desenho V



O Desenho VI revela um salto, uma expressão muito maior. O cabelo é leve e solto e o rosto se revela com graciosidade, o pescoço e os ombros são mais proporcionais, o peito aparece ainda mais e notamos a clavícula que, etimologicamente, significa "pequenas chaves".

Em hebraico, a palavra correspondente a pescoço é *Tsavar*, que compreende *Tsadé*, cujo significado é "o anzol divino que apanha o Homem para levá-lo à luz Aor". O homem de "dura cerviz" é aquele que não se deixa apanhar pelo *Tsadé* divino, que se recusa, pois, "a deixar-se jorrar na sua fonte Ayin, para ser curado Raph, e cujas asas de pássaro *Oph* não podem abrir-se" (SOUZENELLE, 1994, p. 244).

O peito segundo ROCHETERIE (1991), é a região onde se ativa o coração. Portanto evoca o sentimento, a afeição, o amor, e algumas das manifestações emocionais, que se expressam no corpo, tais como "batimentos do coração", "taquicardia", etc.

As clavículas, conforme CHEVALIER & GHEERBRANT (1989), são para os Dogons do Mali, a sede dos nutrientes humanos. Para esta tribo cada clavícula é um celeiro que contém oito sementes que estão associadas aos quatro elementos e aos quatro pontos cardeais, entre outras coisas. Acreditam na força vitalizadora deste osso, tanto que esmagam e misturam,

às sementes, as clavículas dos animais, para aumentar a colheita. (p. 260)

Desenho VI



Nos Desenhos VII e VIII, o cabelo deixa completamente o rosto.

Conforme CHEVALIER & GHEERBRANT (1989), o rosto:

do é a linguagem silenciosa. É a parte mais viva e mais sensível (sede dos órgãos dos sentidos), que, de bom ou de mau grado apresenta aos outros o "eu íntimo" parcialmente desnudado, infinitamente mais revelador que todo resto do corpo. O rosto simboliza a evolução do ser vivo a partir das trevas até a luminosidade. É a qualidade de sua irradiação que distinguirá o rosto demoníaco do angélico. Quando o rosto não exprime mais nenhuma vida interior, ele não é mais que uma prótese... uma máscara elástica. O rosto é o substituto do indivíduo por inteiro. (p. 790-91)

De acordo com CIRLOT (1984) o rosto:

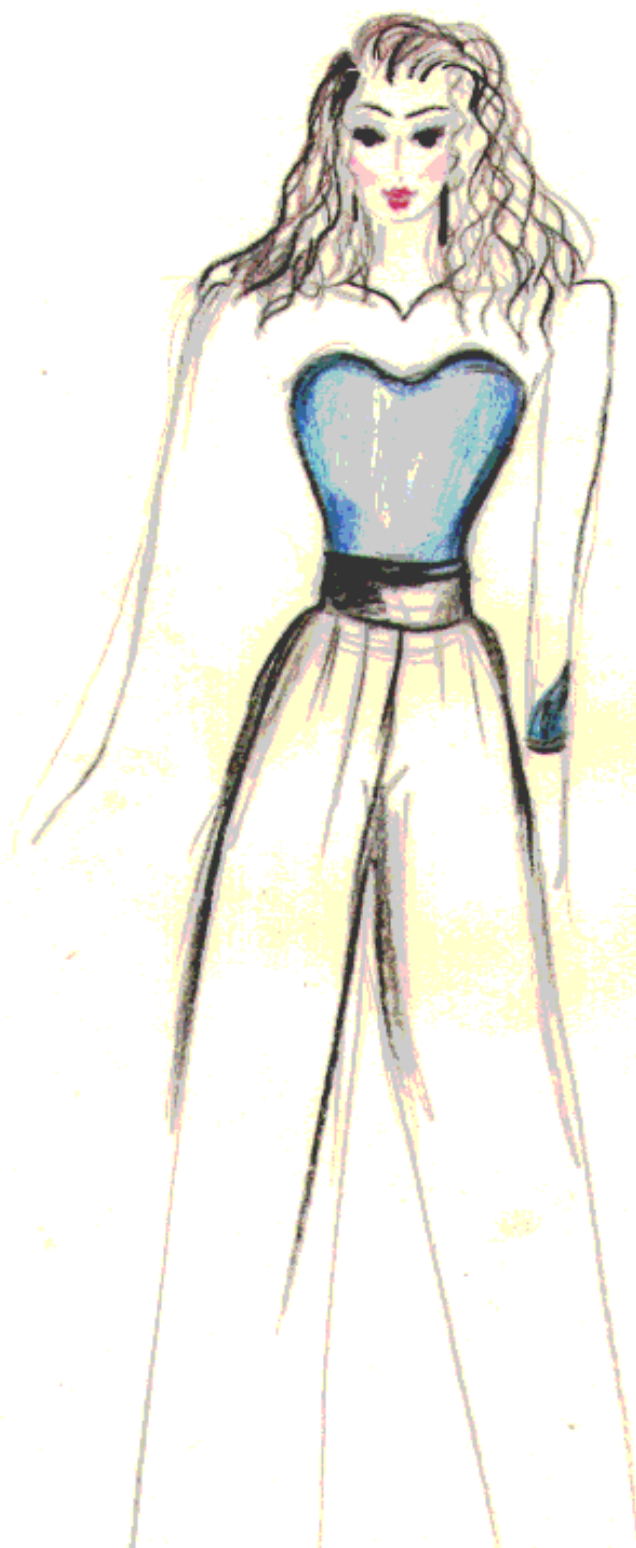
no simboliza o "aparecimento" do anímico no corpo, a manifestação da vida espiritual. As infinitas flutuações dos "estados de ânimo" que, por analogia relacionar-se com diversas ordens do real, refletem-se nele, particularmente olhar. Seu simbolismo relaciona-se com a cabeça. Símbolo de irradiação da vida espiritual no ser humano, expressão de seus matizes, o rosto pode ser certamente, a mais perfeita manifestação do mundo visível. A face é a personalidade externa. As múltiplas faces dos Deuses hindus mostram os diferentes aspectos, poderes elementares, funções da divindade, ou podem combinar vários deuses.(p. 504)

O rosto é a parte mais expressiva de nosso corpo, o centro mais importante de comunicação, e o traço social do indivíduo.

O rosto nos individualiza mais que qualquer outra parte de nosso corpo, pois nós, seres humanos, com um

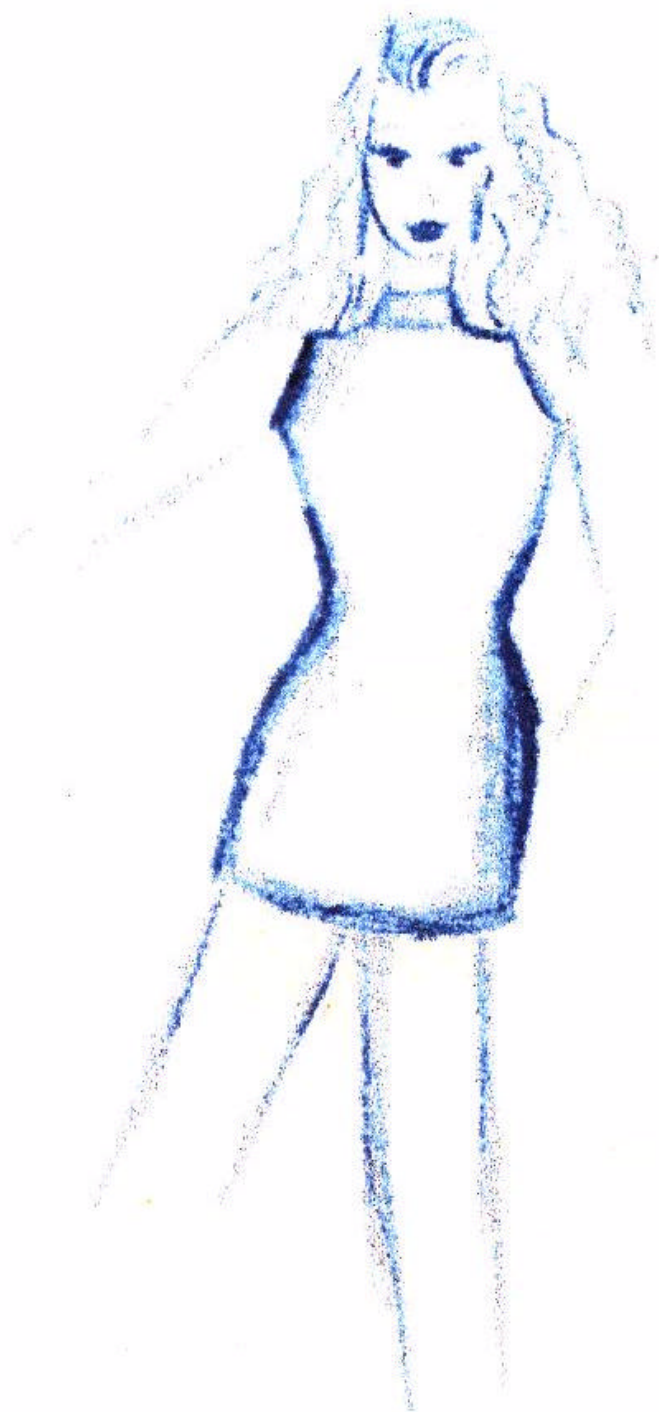
corpo perfeito, somos mais ou menos iguais, o que nos particulariza e identifica mais é o nosso rosto.

O trabalho corporal era complementado com a técnica de Michaux - anexo 2 e Calatonia nos pés numa sessão e nas mãos em outra sessão, sempre alternadamente - anexo 3, em função dos desenhos não apresentarem nem os pés nem as mãos.



Desenho VII

Desenho VIII



Nove meses depois de termos iniciado os trabalhos, aparecem as mãos e os pés - Desenho IX. O nove é um número carregado de simbolismo de acordo com CHEVALIER & GHEERBRANT (1989):

parece ser a medida das gestações, das buscas proveitosas e simboliza o coroamento dos esforços, o término de uma criação ... sendo o último da série de algarismos, o nove anuncia ao mesmo tempo um fim e um começo, i.e., uma transposição para um plano novo ... idéia de novo nascimento e de germinação ... exprime o fim de um ciclo, o término de uma corrida, o fecho do círculo. (p. 642 - 644)

A mão, segundo CHEVALIER & GHEERBRANT (1989):

exprime as idéias de atividade, ao mesmo tempo, que de potência e de dominação. Nas línguas extremo-orientais, as expressões "meter a mão", "tirar a mão", têm o sentido de começar e terminar um trabalho. De toda maneira, certos escritos taoístas (segredo da Flor de Ouro) lhe dão o sentido alquimista de coagulação e de dissolução, a primeira fase corresponde ao esforço de concentração espiritual, a segunda à não intervenção, ao livre desenvolvimento da experiência interior dentro do microcosmo saindo do condicionamento espaço-temporal. É preciso lembrar-se, também, de que a **manifestação** tem a mesma raiz que mão. A mão é um emblema real, instrumento e signo da

palavra

domi-

nação. Dentro da tradição bíblica e cristã, a mão simboliza o poder e a supremacia. É um dos membros simbolicamente mais expressivos do corpo. Segundo Aristóteles, a mão é a "Ferramenta das ferramentas". Quintiliano diz: "as mãos podem quase falar". Nós não as usamos para pedir, prometer, chamar, despedir, ameaçar, suplicar, expressar aversão ou medo, pergunta ou negação? Nós não as usamos para indicar alegria, desculpas, hesitação, confissão, penitência, medida, quantidade, número e tempo? Elas não têm o poder de excitar e proibir, de expressar aprovação, deslumbramento e vergonha? As mãos significam poder, força, benção. (p. 589 - 92)

providência,

De acordo com CIRLOT (1984):

no idioma egípcio, o termo que designava mão relacionou-se com pilar (suporte, força) e com palma. No sistema hieroglífico egípcio a mão significa o princípio, a ação, a doação, o labor. A associação do olho e da mão, como em alguns seres míticos orientais, simbolizam "ação clarividente. (p. 370)

Mão, a palavra hebraica *Yad*, está ligada ao conhecimento *Yada*, que quer dizer, eu conheço, eu amo. *Yada* é construída por *Yad* acrescida da letra *Ayin*, que quer dizer "olho". "Poderíamos dizer que a mão é dotada de visão e que o olho possui uma certa qualidade de toque. Visão e tato levam ao Conhecimento que liberta"(SOUZENELLE, 1994, P. 221-223).

O pé segundo CHEVALIER & GHEERBRANT (1989):

de uma maneira mais terra-a-terra, o pé simboliza também um certo senso de realidade: "ter os pés sobre a terra". Sendo o ponto de apoio do corpo na marcha, o pé, para os Dogon, é um símbolo de fundamento, uma expressão da noção de poder, de chefia, de realeza. Mas ele sustenta também a idéia da origem. Para os Bambaras é o primeiro broto a se desenvolver no corpo do embrião. Ele designa igualmente o fim, porque sempre na marcha o movimento começa pelo pé e termina pelo pé. Símbolo de poder, mas também de partida e de chegada, ele se junta ao simbolismo da chave, a própria expressão da noção de comando. O pé do homem deixa suas pegadas nos caminhos - bons ou maus que ele escolhe em função de seu livre arbítrio. Inversamente, o pé traz a marca do passo - bom ou mau - junto dele. Isto explica os ritos de lavagem dos pés, que são os ritos de purificação. (p. 694 - 95)

MORAES (1979) apresenta um trabalho extremamente rico sobre os pés e o seu simbolismo. Segundo a autora, a importância dos pés para o equilíbrio e movimentação relaciona-se com a firmeza do corpo, a personalidade, e a flexibilidade dos movimentos do mundo interno do indivíduo. Utilizando a Calatonia de SANDOR (1974), constata que a referida técnica possibilita a regulação do tono e uma entrada introspectiva, o que facilita o acesso ao inconsciente.

SOUZENELLE (1994) lembra-nos que os pés potencializam o corpo do Homem inteiro, num plano físico, e que por isso determinadas práticas como a acupuntura e a reflexologia se utilizam tanto deste órgão. A autora apresenta ainda uma interpretação simbólica de heróis com os seus pés feridos: Édipo ou o Pé Inchado, Aquiles ou o Pé Vulnerável, Jacob ou o Calcanhar Divino e Cristo que lava os pés de seus apóstolos. Cristo diz a Pedro : *"Se eu não te lavar (os pés), não terás parte comigo"* (Jo, XIII:8). E ainda, Cristo confirma ao apóstolo Pedro a necessidade de curar a ferida, lavando apenas os pés: *"Se eu, Senhor e Mestre, vos lavei os pés, vós deveis também lavar os pés uns dos outros (Jo,XIII:14)"*. (p.86)

Podemos aqui também, novamente ressaltar a calatonia, técnica desenvolvida por SANDOR (1974) que trabalha com os pés.

Desenho IX



O Desenho X fala por si em sua beleza e leveza, e a figura feminina carrega flores que simbolizam, de acordo com CHEVALIER & GHEERBRANT (1989), "*os atributos da primavera, da aurora, da juventude, da retórica, da virtude*" (p. 439).

Desenho X



CAPÍTULO IV

CONCLUSÕES

Viver com a alma unificada é viver neste mundo, neste corpo, como num templo, como num lugar de passagem, sem negar o Espírito que habita aquilo que o próprio Deus criou, "e viu que era bom"; é ser filósofo judeu. A terapia, nesses termos, é cuidar do corpo, do eu e do mundo abrindo-os "Àquele que É" à sua Paz, à sua Saúde e a sua Vida Eterna...O que é "ocasião" de doença e sofrimento pode ser ocasião de consciência e sabedoria.
(Lelopu, Jean Yves. *Cuidar do Ser*. Petrópolis: Vozes, 1996)

"O desvendar de um rosto, uma nova identidade"... ao final deste estudo, este é o título que provavelmente eu lhe daria, pois ele retrata com a maior integridade, o que o mesmo representa para mim, o que o

trabalho representou para K. e vem representando para os pacientes com os quais venho aplicando as mesmas técnicas.

O desvendar de um rosto foi o desvendar de um estudo que permitiu o cair dos véus, abrindo faces, e o abrir do sorriso compondo felicidade.

O trabalho corporal, o toque na pele, reestaurou o comportamento e desenvolvimento saudável de K..

A tensão e o relaxamento do corpo - em oposição funcional, fazem a pessoa perceber, compreender e avaliar melhor o seu esquema corporal.

Ao final do trabalho o que se busca é uma melhor instrumentalização corporal, uma nova operatividade deste alguém consigo mesmo, com o outro e com as suas circunstâncias, com seu espaço social.

Embora estejamos falando de reeducação, as teorias estão postas entre aceitar mais a importância do inato, outras mais a importância do adquirido.

Apesar das evidências de que o esquema corporal pode ser em parte inato, ele pode ser constantemente modificado por experiências sensório- motoras, ou seja, o ambiente altera e refina o esquema corporal.

De acordo com NASH (APUD WILLIAMS, 1983) o:

esquema corporal é o "diagrama do corpo que é formado no cérebro (provavelmente com uma localização definida) pelo qual movimentos propositais coordenados são executados e pelo qual as partes do corpo e o corpo em si são orientados no espaço"... A imagem corporal é a "imagem que o indivíduo tem de si como uma pessoa física" e a consciência corporal é um "espaço intermediário entre o esquema corporal e a imagem corporal, e pode ser definida como a identificação e a localização, posição e movimento do corpo e suas partes individuais no espaço, a inter-relação entre essas partes do corpo (sejam elas móveis ou estáticas) no ambiente externo". (p. 282-83)

Constatamos que foi exatamente isso o que aconteceu com K.. A representação que ela tinha do corpo, desfigurada, desintegrada, desfigurada, desproporcional, sem enraizamento, sem noção de figura fundo, sem perspectivas, acabou se transformando numa jornada formativa, navegando entre o simbólico, o imaginário e o real.

O desenvolvimento do esquema corporal de K. partiu da interpretação da informação sensorial, que durante todo o trabalho ela recebeu, pois as mensagens sensoriais da sua pele (através dos toques), nos músculos, e nas juntas (cinestético) contribuíram de maneira importante para o desenvolvimento do seu esquema corporal.

A consciência corporal surge à medida que o esquema corporal vai se tornando mais refinado, pois, o desenvolvimento da consciência corporal depende do esquema

corporal e envolve elementos perceptuais-motores bem como conceituais e cognitivos, além de ser um pré-requisito importante para o estabelecimento da imagem corporal.

A imagem que uma pessoa tem de si mesmo como uma entidade física inclui a dimensão das características da "proporção do corpo".

Essas observações podem ser constatadas pela evolução dos desenhos de K. Muito embora ela tenha "nascido" com um esquema corporal, o mesmo não podia ser experimentado pois seu embotamento emocional a impedia e, conseqüentemente, sua imagem corporal era parcial - Desenhos II (p. 69) e III (p. 72).

Com a aplicação das técnicas de trabalho corporal, o tocar a pele, fizeram com que o esquema corporal pudesse ser resgatado, com a estimulação ambiental proporcionada pela terapeuta, trazendo uma consciência corporal, observada pela evolução dos desenhos e, conseqüentemente, uma modificação da imagem corporal - Desenhos IV (p. 74), V (p. 76), VI (p. 79), VII (p. 82), VIII (p. 83), IX (p. 87), a X (p. 88).

Considero, portanto, que o objetivo deste estudo foi plenamente alcançado, pois possibilitou a verificação de que a vivência das técnicas de trabalho corporal leva a uma maior consciência corporal, que pode

ser observada na modificação da imagem corporal expressa nos desenhos.

O desenho é uma atividade artística, na qual os sentimentos, representações interiores, e experiências se tornam concretos. Tal técnica é útil para pessoas com dificuldades de abstrações e/ou produção de linguagem verbal visto que possibilita curar e reconstruir o que se considerava incurável ou perdido, pois o indivíduo a concretiza sua imagem interna de maneira significativa. (ALESSANDRINI, 1996).

Isso permite também a constatação de que uma maior consciência corporal leva a um maior aprofundamento do conhecimento de si mesmo, que é expresso por K. nas páginas seguintes.

DESENHO XI



O Ciclo da Vida

Judo poderia ser novo, ou talvez velho
mas nunca tocado, vivido...

faí e sabia incessantemente que seria
capaz de viver de uma maneira diferen-
te, mas feliz.

O ciclo seria um começo sem fim
e via reversa. Não sei de onde estou
chegando, eu sei que não terá fim...

O ciclo da minha vida, uma esfera,
redonda como o mundo e equilibrada
dois com o Δ .

Novo ou velho,

sinto tudo feliz!

Me sinto renascida.

Acordada para a vida!

Um equilíbrio entre MUNDO, SERES HUMANOS, SENTIMENTOS...

Tuas faz parte de mim, sinto, está comigo... Consegui entender mais a arte de viver... Conscientemente...

Concluo tudo como uma descoberta, um nascimento que resultaria em um feto: Um ser que já sentia, mas nunca havia passado por experiências ~~reais~~ concretas, apenas sonhos ilusões... Então sinto que sou capaz, e como um pintinho vou tentar crescer, com todas as potencialidades que descolou que possuía.

Percebemos portanto, a importância de uma correlação multidisciplinar para a Educação Física.

SANTIN (1992) observa isso quando diz que as áreas ligadas à questão da corporeidade são as áreas em que atuam as ciências da saúde, que atendem o ser humano doente e a Educação Física nas práticas desportivas. O autor propõe, como tarefa da Educação Física, cultivar e cultuar a corporeidade mediante a consideração da sensibilidade afetiva, das emoções, dos sentimentos, dos impulsos sensíveis, do senso estético, etc, pois é *"aqui e assim que ela se manifesta e se expressa"*(p.67). Demonstra, ainda, como a filosofia pode e deve colaborar com isso dentro da Educação Física, por meio de uma postura *"teórico-reflexiva"*, levando-se em conta as *"percepções mais ou menos profundas da realidade corporal"* (p. 72).

Se desvelar o rosto, formar um corpo, resultou numa nova identidade para K., isso também é precioso para a Educação Física, se os seus profissionais desejarem que ela também desvele novos rostos, componha novos corpos e busque novas identidades. Para isso é preciso que a Educação Física entre em crise, e, desta crise, crie uma proposta mais abrangente, uma reformulação com posturas e abordagens mais significativas.

Trabalhos como este estudo, não terão espaço na Educação Física enquanto suas estratégias mais comuns, desportos coletivos, desportos individuais, atividades lúdicas, rítmicas e expressivas, lutas, considerarem apenas o espaço externo do ser humano, em busca de objetivos também fora do mesmo.

Enquanto as habilidades motoras buscarem apenas os resultados, os rendimentos máximos, a vitória a qualquer preço, e a competição desencorporada da cooperação, os educadores físicos não prestarão atenção no corpo, nas suas emoções, nos seus limites, nas suas vibrações, nas suas pulsações, nos seus fluxos, que determinam as mudanças orgânicas.

O foco, é tradicionalmente dirigido para o exterior, a meta se encontra no exterior, o interior é no mínimo desprezado, para não dizer esquecido.

Na minha compreensão, o nosso corpo precisa ser experimentado e vivenciado, não de uma maneira maçante, estereotipada e, sim, tocado, assimilado, pois ele é a sede da morada do Eu Superior no nosso mundo. A chamada visão holística passa por uma maior abrangência, compreensão e assimilação do ser humano, das coisas ao seu redor, e do Divino em nós. E o Divino, o Espiritual, a Alma, a Essência, a Energia Primordial, a Alma do Mundo, não importa o nome que empregamos, importa saber que esta

"Chama" habita o nosso corpo, e por meio dele Se expressa...

Nosso corpo carrega mistérios e expressa com a energia vital em seus movimentos, a centelha divina que habita em nós!

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ALESSANDRINI, C.D. **Oficina criativa e psicopedagógica.** São Paulo: Casa do Psicólogo, 1996.

ANTUNES, C.A.A. **O corpo lúdico** : sua utilização na psicoterapia infantil de orientação junguiana. São Paulo: 1986. Dissertação (Mestrado em Psicologia Clínica) Pontifícia Universidade Católica de São Paulo.

BONILHA, L.C. **Comparações entre elementos da projeção gráfica e de auto-avaliações.** São Paulo: PUC, 1974.

BRACHT, V. Educação física/ciências do esporte: que ciência é esta? **Revista Brasileira de Ciências do Esporte**, v.14, n.3, p. 111-8, maio/1993.

CALHOUN, D.W. **Sport, culture and personality.** Champaign: H.K.P., Inc, 1987.

CAMPOS, D.M.S. **O teste do desenho como instrumento de diagnóstico da personalidade.** Rio de Janeiro: Vozes, 1986.

CHEVALIER, J., GHEERBRANT, A. **Dicionário de símbolos.** Rio de Janeiro: José Olympio, 1989.

CIRLOT, J.E. **Dicionário de símbolos.** São Paulo: Moraes, 1984.

CLARKE, J.J. **Em busca de Jung: indagações históricas e filosóficas.** Rio de Janeiro: Ediouro, 1993

CRATTY, B.J. **Psicologia do Esporte .** Rio de Janeiro: Prentice Hall do Brasil, 1984.

CUNHA, J.A., FREITAS, N.K., RAYMUNDO, M.G.B. **Psicodiagnóstico.** Porto Alegre: Artes

- Médicas, 1989.
- DETHLEFSEN, T., DAHLKE, R. **A doença como caminho.** São Paulo: Cultrix, 1993.
- DI LEO, J.H. **A interpretação do desenho infantil.** Porto Alegre: Artes Médicas, 1987.
- DYCHTWARD, K. **Corpomente.** São Paulo: Summus, 1984.
- DUARTE JÚNIOR, J.F. **Fundamentos estéticos da educação.** Campinas, SP: Papirus, 1988.
- EDINGER, E.F. **Ego e arquétipo.** São Paulo: Cultrix, 1990.
- ERIKSON, E.H. **Infancia y sociedad.** Buenos Aires: Horne S.A.E., 1974.
- FARAH, R.M. **Integração psicofísica: o trabalho corporal e a psicologia de C. G. Jung.** São Paulo: Companhia Ilimitada/Robe Editorial, 1995.
- FARIA JÚNIOR, A.G. DE **Pesquisa em educação física: enfoques e paradigmas. Pesquisa e produção do conhecimento em educação física.** Rio de Janeiro: S.B.D.E.F.: Ao Livro Técnico, 1992.
- FELDENKRAIS, M. **Caso Nora.** São Paulo, Summus, 1979.
- _____. **Consciência pelo movimento.** São Paulo: Summus, 1977.
- FEYERABEND, P. **Contra o método.** Rio de Janeiro: Francisco Alves, 1977.
- GILL, D.L. **Psychological dynamics of sport.** Champaign: HKP, 1986.
- GOBBI, S. A pesquisa no esporte: do fragmentado ao holístico. In: **Pesquisa e produção do conhecimento em educação física.** Rio de Janeiro: S.B.D.E.F.: Ao Livro Técnico, 1991.

- GONÇALVES, M.A.S. **Sentir, pensar, agir: corporeidade e educação.** Campinas, SP: Papirus, 1994.
- GONÇALVES, O.F. In: CRUZ, J.F. **Manual de Psicologia do Esporte.** Porto: S.H.O. Ltda, 1997.
- GUIMARÃES, M.T.B. **Novos caminhos no processo educacional para alunos de graduação em psicologia: o método Feldenkrais.** São Paulo: PUC, 1990.
- HARMAN, P.M. **The scientific revolution.** New York: Methuen (Lancaster Pamphlets), 1983.
- HASSE, R.C.C. **A importância da coluna vertebral como instrumento de individuação na psicoterapia.** São Paulo: 1990. Dissertação (Mestrado em Psicologia Clínica) - Pontifícia Universidade Católica de São Paulo.
- KENDALL, P.C., HOLLON, S.O. **Cognitive behavioral interventions: theory, research and procedures.** New York: Academic Press, 1979.
- KUHN, T. **A estrutura das revoluções científicas.** São Paulo: Perspectivas, 1978.
- IENCARELLI, A.M.B. Relaxação, Psicossomática e Adolescência. **Arquivo Brasileiro de Psicologia,** Rio de Janeiro, v.32, n.1, 431-6, jan-mar/1980.
- JAFFÉ, L.W. In: JUNG, C.G. **O Homem e Seus Símbolos.** Rio de Janeiro: Nova Fronteira, 8a Edição, s/d.
- JAFFÉ, L.W. **Libertando o Coração: Espiritualidade e Psicologia Junguiana.** São Paulo: Cultrix, 1993.
- JUNG, C.G. **A dinâmica do inconsciente.** Petrópolis, RJ: Vozes, 1991.

- _____. **A prática da psicoterapia.** Petrópolis, RJ: Vozes, 1981.
- _____. **Fundamentos de Psicologia Analítica.** Petrópolis, RJ: Vozes, 1972.
- _____. **O homem e seus símbolos.** Rio de Janeiro: Nova Fronteira, 8a. edição, s.d.
- LOVISOLO, H. **Educação física: a arte da mediação.** Rio de Janeiro, Sprint, 1995.
- LOWENFELD, V., BRITTAIN, W.L. **Desenvolvimento da capacidade criadora.** São Paulo: Mestre Jou, 1970.
- MACHOVER, K. **Proyeccion de la personalidad en el dibujo de la figura humana.** Havana: Cultural S.A., 1949.
- MARTINS, J., BICUDO, M.A.V. **A pesquisa qualitativa em psicologia.** São Paulo, Moraes-Educ, 1989.
- MCNEELY, D.A. **Tocar: terapia do corpo e psicologia profunda.** São Paulo: Cultrix, 1989.
- MERTON, R.K. A ciência e a estrutura social democrática. In: MERTON, R.K. **Sociologia: teoria e estrutura.** São Paulo: Mestre Jou, 1970.
- MINDELL, A. **O corpo Onírico: o papel do corpo no revelar do si-mesmo.** São Paulo: Summus, 1989.
- MONTAGU, A. **Tocar: o significado humano da pele.** São Paulo: Summus, 1988.
- MORAES, L.P. **Calatonia: a sensibilidade, os pés, e a imagem do próprio corpo em psicoterapia.** São Paulo: 1979. Dissertação (Mestrado em Psicologia Clínica) - Instituto de Psicologia, Universidade de São Paulo.

- MORAIS, R. Consciência corporal e dimensionamento do futuro. In: GEBARA, A., MOREIRA, W.W. (orgs). **Educação física & esportes: perspectivas para o século XXI**. Campinas, SP: Papirus, 1992.
- MORIN, E., KERN, A-B. A carta da identidade terrena. **Margem**, São Paulo: EDUC, p. 9-26, dez. 1994.
- NAGEL, E. Ciência: natureza e objetivo. In: BESSER, S - MORGEN. (Org). **Filosofia da ciência**. São Paulo: Cultrix; EDUSP, 1975.
- OCAMPO, M.L.S. **O processo psicodiagnóstico e as técnicas projetivas**. São Paulo: Martins Fontes, 1981.
- OLIVEIRA, E.M. **Perspectivas psicanalíticas dos desenhos infantis**. Rio de Janeiro: Vozes, 1978.
- PAULINETTI, A.P.M. & MACHADO, A.A. In: MACHADO, A.A. **Psicologia do Esporte - Temas emergentes**. Jundiaí: Ápice, 1997.
- PELEGRINI, A.M., ALBUQUERQUE, L.M.B. A Educação física para o novo milênio. In: REZENDE, H.G., VOTRE, S.J. (Orgs). **Ensaio sobre educação física, esporte e lazer: tendências e perspectivas**. Rio de Janeiro: S.B.D.E.F.: U.G.F., 1994.
- RAMOS, D.G. **A Psique do Corpo: uma compreensão simbólica da doença**. São Paulo: Summus, 1994.
- RAVETZ, J.R. **Scientific knowledge and its social Problems**. New York: Oxford University, 1971.
- READ, H. **Educación por el arte**. Buenos Aires: Paidós, 1955.
- RINTALA, J. The mind-body revisited. **Quest**. v. 43, p. 260-79. 1991.

ROCHETERIE, J.Y. In: O simbolismo do corpo humano. Apostila distribuída por SANDOR, P. no curso de Cinesiologia psicológica do Instituto "Sedes Sapientiae". São Paulo: 1991.

SANDOR, P. **Técnicas de relaxamento**. São Paulo: Vetor, 1974.

_____. **Cinesiologia para psicólogos**: uma breve introdução. Manuscrito elaborado para uso dos alunos do curso de *Cinesiologia Psicológica* do Instituto "Sedes Sapientiae". São Paulo: 1979.

SANTIN, S. Perspectivas na visão da corporeidade. In: GEBARA, A., MOREIRA, W.W. (Orgs). **Educação física & esportes**: perspectivas para o século XXI. Campinas, SP: Papirus, 1992.

SANTIS, M.I. de **O discurso não verbal do corpo no contexto psicoterápico**. Rio de Janeiro: 1976. Dissertação (Mestrado em Psicologia Clínica) - Pontifícia Universidade Católica do Rio de Janeiro.

SCHILDER, P. **A imagem do corpo**: as energias construtivas da psique. São Paulo: Martins Fontes, 1981.

SEIXAS, L.M.P. **O caso de Nina**: um atendimento na esquizofrenia dentro da visão junguiana. São Paulo: 1989. Dissertação (Mestrado em Psicologia Clínica) - Pontifícia Universidade Católica de São Paulo.

SILVEIRA, N. **Jung vida e obra**. Rio de Janeiro: Paz e Terra, 1981a.

_____. **Imagens do inconsciente**. Brasília: Alhambra, 1981b.

SOUZENELLE, A. **O Simbolismo do Corpo Humano**. São Paulo: Cultrix, 1994.

THOMAS, A. **Esporte: Uma Introdução à Psicologia.** Rio de Janeiro: Ao Livro Técnico, 1983.

WAHBA, L.L. **Consciência de si através da vivência corporal.** São Paulo: 1982. Dissertação (Mestrado em Psicologia Clínica) - Pontifícia Universidade Católica de São Paulo.

WEBER, R. **Diálogos com cientistas e sábios.** São Paulo: Cultrix, 1992.

WILLIAMS, H.G. **Perceptual and motor development.** New Jersey, Prentice Hall Inc., 1983.

ZIMMERMANN, E.B. **Integração de processos interiores no desenvolvimento da personalidade.** Campinas: UNICAMP, 1992. Dissertação (Mestrado em Saúde Mental) - Instituto de Psiquiatria, Universidade de Campinas.

ANEXO I**Massagem com bolinha de tênis**

Faz-se uma massagem utilizando a bolinha de tênis como intermediário entre a mão da terapeuta e a paciente, em decúbito ventral, iniciando pelo pé do lado da lateralidade predominante da paciente, indo em direção à cabeça, sendo que o movimento é normalmente em linha reta, com exceção das articulações, onde o movimento é redondo.

O mesmo procedimento é repetido em decúbito dorsal.

Finalizando, a paciente volta a posição de decúbito ventral e faz-se deslizamentos suaves pelo rosto; com as pontas dos dedos a terapeuta esfrega, suavemente, o couro cabeludo da paciente.

ANEXO II

Método de Michaux

PROGRAMAÇÃO: Uma sessão completa pode ser dividida em duas partes principais separadas por uma intermediária.

I - Primeiro tempo: Movimento passivo.

II - Fase intermediária: Imobilidade completa.

III - Segundo tempo: Readaptação dos movimentos e atitudes, quer se trate dos movimentos com tempo "Morto" executados pela própria criança, quer das posturas acompanhadas de relaxamento global.

PREPARO: A criança é estendida sobre um tapete de espuma com os olhos fechados. Sua atitude não é de abandono, mas de cooperação e de diminuição voluntária de controle muscular. Os diferentes segmentos são, de início, mobilizados pelos educadores. Os movimentos devem ser lentos e repetidos. A monotonia constitui um fator favorável à reeducação. A finalidade do movimento passivo é obtida assim que o educador não perceber mais resistência nem ajuda por parte do sujeito.

Achamos que a maneira como MICHAUX propõe que a criança seja estendida, é bastante desconfortável. Cada terapeuta deve colocar a criança à altura que lhe proporcione uma posição menos cansativa.

I - MOVIMENTOS PASSIVOS : (Regulação do tônus - 1º tempo)

1 - Movimentos da Mão:

a) *Balaceamento* : Levanta-se o pulso. O antebraço é mantido ao nível do cotovelo. Executa-se na mão, uma dezena de balaceamento no plano vertical, à razão de um, por segundo. Depois de uma pausa, retornamos a esses movimentos tantas vezes quantas forem necessárias.

Nota: No início de cada movimento o paciente estará estendido com os olhos fechados e os membros soltos.

b) *Elevação e queda da mão:* Com uma das mãos seguramos o pulso da criança e com a outra elevamos a sua mão até a vertical, apoiando os seus dedos. Depois, retiramos a mão, deixando cair a mão da criança. Exercitamos 10 a 20 movimentos, um em cada dois segundos.

c) *Balaceamento horizontal da mão sobre seu eixo:* O antebraço do paciente é colocado verticalmente, com mão em flexão e dedos relaxados. A mão, assim flexionada, descreve um arco de 70 a 100 graus em plano horizontal, com movimentos de ida e volta, inicialmente, rápidos, depois mais lentos.

2 - Movimentos do Antebraço:

a) *Movimentos alternados de pronação e supinação*(virar a mão para cima e para baixo). Seguramos com uma mão o cotovelo; o braço e o antebraço permanecem estendidos. Com a outra mão seguramos o pulso, executando com o antebraço de 10 a 20 movimentos alternados de pronação e supinação, observando um intervalo de um segundo. O movimento completo leva três segundos.

b) *Flexão e extensão do antebraço:* Com uma das mãos seguramos o antebraço acima da articulação do cotovelo. A outra mão segura o pulso e flexiona o antebraço

num ângulo cerca de 45°. Depois deixamos cair o antebraço, apoiando-o embaixo. Um movimento dura três segundos.

3 - Movimentos do Braço:

a) *Elevação e queda do braço:* Elevamos, tomando apoio, sob o cotovelo e o pulso, o membro superior estendido, até a altura de um ângulo de 30°; depois, deixamo-lo cair, apoiando-o ligeiramente. Um movimento: quatro segundos.

b) *Deslocamento horizontal do braço:* O braço permanece estirado, sempre apoiado ao nível do cotovelo e do pulso. Num plano quase horizontal executamos movimentos de abdução e adução, um em cada dois segundos.

4 - Movimentos de Espáduas:

O membro superior é mantido no nível do cotovelo e do pulso de tal maneira que o braço permaneça horizontal e o antebraço verticalmente flexionado. Imprime-se, então, ao cotovelo um movimento de balanceamento exercitando a articulação da espádua. Faz-se três movimentos para cinco segundos.

5 - Movimentos do Membro Inferior:

a) *Movimentos do pé:*

1) *Torção completa* da esquerda para a direita e vice-versa (abdução e adução).

2) *Balanceamento* no plano vertical. 3) *Queda:* No começo o pé repousa sobre sua borda externa. Levantamos à posição vertical e depois soltamos.

b) *Movimento do joelho:*

1) *Flexão do joelho:* a mão flexiona o joelho, deixando-o cair depois lentamente. O ritmo é um movimento em cada três segundos com uma pausa de um segundo.

2) *Queda lateral do joelho flexionado*: Deixamos o joelho cair sobre o lado externo. Pausa de dois segundos, depois novamente o levamos à posição inicial. O movimento completo dura quatro segundos (com os dois na pausa).

3) *Queda do membro inferior*:

O membro inferior é mantido pelo calcanhar e pelo joelho e é balanceado, lentamente, no sentido vertical várias vezes. Depois o recolocamos sobre o solo. Um movimento para cada dois segundos com uma pausa de dois segundos.

Nota: Durante as primeiras sessões, todos os movimentos são precedidos de instruções verbais correspondentes. Ex.: "Deixe cair seu braço", etc..

6 - Movimentos de Cabeça, Rosto e Pescoço:

(Esses exercícios, se necessário, podem ser os iniciais da primeira fase)

a) *Rotação da cabeça* :a cabeça permanece no eixo do corpo e é rolada, alternadamente, da direita para a esquerda e vice-versa.

b) *Descontração dos músculos peri-orbitário e fixação do olho*. Obtém-se, de início, o fechamento permanente dos olhos (isso não é fácil nos instáveis que apresentam tremores dos músculos palpebrais e nos ansiosos que abrem freqüentemente os olhos). Depois ensinamos o paciente a manter os olhos imóveis, com ligeira convergência do olhar para a base do nariz. Efetuam-se, então, pressões suaves, intermitentes, com os dedos sobre as regiões peri-orbitárias, para fazer desaparecer as contrações desnecessárias dos músculos da mímica que acompanham o fechamento do olho.

c) *Descontração dos Músculos da Boca e do Maxilar*:

O paciente tem geralmente seu maxilar contraído e então deve se executar o movimento deixando-o cair e depois fechando-o lentamente, várias vezes em seguida.

II FASE INTERMEDIÁRIA : Imobilidade completa

Depois de um certo número de exercícios, prolongamos o estado de relaxamento por alguns minutos. O paciente permanece imóvel com os olhos fechados. Tocamos, ligeiramente, partes diferentes de seu corpo dizendo: "Pense na sua mão, que está relaxada, no seu antebraço, que está relaxado, etc." Esta indução ao relaxamento por estímulos táteis e verbais é necessária, especialmente, para crianças que localizam mal as diferentes partes do corpo com olhos fechados.

Depois de certo número de sessões, abandonamos os estímulos táteis e a criança pode realizar sem auxílio o seu próprio relaxamento.

III - READAPTAÇÃO DOS MOVIMENTOS:

1 - *Movimentos com "tempo morto" .*

Se a etapa precedente já foi realizada, pedimos à criança que permaneça estendida e de olhos fechados e que levante sozinha os diferentes segmentos de seus membros, deixando-os cair depois pesadamente. Explicamos que um relaxamento muscular deve seguir essa queda. A ordem dos movimentos é a mesma do primeiro tempo.

2 - *Posturas seguidas de Relaxamento Global:*

A criança executa posturas diversas, abandonando-as em seguida, entrando num relaxamento muscular completo. Esses exercícios lhe permitem:

a) Passar gradativamente da posição deitada para a posição de pé;

b) Conservar a noção de descanso, adquirido nos movimentos precedentes. No decorrer dos exercícios introduzimos o controle da respiração, adaptando-a a cada movimento: inspiração nos movimentos de extensão e expiração nos movimentos de flexão.

Alguns Exemplos:

a) A criança deitada de costas levanta a bacia do solo, com movimento de flexão forçada do tronco, aproximando os joelhos o mais perto possível das orelhas; depois deixa tombar seus pés para frente, estendendo o corpo e permanecendo alguns segundos em posição relaxada.

b) Sempre em posição deitada, a criança estende as pernas com os pés em flexão dorsal. Estende também os braços para cima e os estica, depois relaxa bruscamente o corpo todo.

c) A criança deitada em decúbito ventral, ergue-se sobre as mãos colocadas ao nível das espáduas, mantendo ereta a parte superior do tronco. A cabeça está em hiper-extensão, o abdome e os membros inferiores permanecem colados ao solo. Depois deixa-se cair para frente. As espáduas e os braços, completamente relaxados, escorregam ao longo do corpo. A cabeça repousa no solo sobre um lado do rosto.

d) Sempre deitada sobre o ventre, a criança segura os seus pés por trás e os puxa para arquear o tronco, soltando-os em seguida e permanecendo com o corpo relaxado.

e) De joelhos, sentada entre os calcanhares separados, a criança inclina-se para trás até que as costas repousem sobre o solo.

f) Partindo da mesma posição de joelhos, a criança inclina-se para a frente, repousando a cabeça nas mãos. Os antebraços apoiam-se sobre o solo; os cotovelos devem chegar ao nível dos joelhos.

g) A criança deitada de costas, com braços cruzados e pernas estendidas, rola para a esquerda e para a direita. Depois de uma volta completa, permanece sobre as costas, colocando-se em posição de relaxamento.

h) Pede-se então que a criança fique de pé, deixando tombar para frente a cabeça e os braços, depois de os haver balançado tão livremente quanto possível da esquerda para a direita e vice-versa.

i) A criança senta-se em uma cadeira, com os braços dobrados e os cotovelos apoiados sobre uma mesa. A cabeça repousa entre as mãos. Os olhos permanecem fechados. Depois de quinze segundos, pousa os antebraços sobre a mesa com as palmas achatadas, fixando os olhos, durante dez a vinte segundos, num ponto situado entre os dois polegares.

ANEXO III**Calatonia nos pés**

As seqüências dos estímulos são as seguintes:

a) Seguramos com os dedos mediano e polegar, muito sutilmente, os terceiros dedos dos pés (correspondentes ao mediano da mão), de maneira que o polegar esteja embaixo e o mediano em cima, não sobre a unha, mas próximo dela, permanecendo, porém, na área das falanges distais. Sem apertar, sem movimentar ou massagear o dedo, apenas limitando-nos ao contato suave do nosso mediano e polegar ("como quem quisesse carregar uma bolha de sabão") esperamos três minutos, mantendo o próprio corpo descontraído, cuidando especialmente dos ombros: não levantá-los. Há os que gostam de deixar os olhos semi-cerrados, mas mesmo assim devemos observar o paciente (fasciculações, ritmo respiratório, movimentação involuntária das mãos ou dedos, mímica da face, tremor das pálpebras, etc.), sem verbalizar os achados.

b) Trocam-se os dedos: agora com o polegar e o indicador seguramos de maneira idêntica os segundos dedos dos pés (correspondentes aos indicadores das mãos) em termos das explicações acima expostas. O paciente, sentindo a mudança, talvez queira ver e levantar a cabeça. Pedimos que não o faça, mas orientamos: se houver alguma observação ou pergunta em relação às impressões ou sensações momentâneas, sem levantar a cabeça, com olhos fechados, em voz baixa, pode comunicar-nos de maneira concisa o que

quiser, acrescentando, porém, que em geral não se conversa durante o relaxamento. Naturalmente podem surgir exceções: certas pessoas justamente durante o exercício calatônico fornecem material valioso (recordações, *flashes*, palpites, intuições) que não deve ser reprimido ou recusado, nem provocado nas próximas sessões.

c) Depois de três minutos trocamos os dedos: com o nosso anular e polegar seguramos de modo idêntico os quartos dedos dos pés do paciente (correspondentes ao anular na mão), de novo controlando a própria posição descontraída e as manifestações eventuais no paciente. Mesmo surgindo certo cansaço nos braços, cuidamos para não apoiar com peso sobre os dedos dos pés do paciente. No início da aprendizagem desta técnica, pode ser difícil, para nós, acharmos a postura mais adequada.

d) De novo trocamos os dedos (como se vê, cada seqüência dura três minutos na fase inicial do processo calatônico) e com o mínimo e o polegar seguramos os quintos dedos (correspondentes aos mínimos nas mãos) nos pés do paciente. Eles são muitas vezes atrofiados, tortos, deslocados ou quase esmagados; mesmo assim executamos a seqüência com cuidado e paciência (Três minutos).

e) Com todos os dedos seguramos os primeiros dedos (hálux) dos pés (correspondentes ao polegar das mãos) do paciente, de maneira que os nosso polegares apoiem por baixo, os indicadores e mínimos toquem os lados e os medianos e anulares estejam em cima (três minutos).

f) Tocamos, suavemente, com os dedos anulares, médios e índices juntos, a planta dos pés mais ou menos na

extremidade metatársica do arco longitudinal (há variações individuais); neste ponto corre o arco plantar das artérias do interior do pé. Com isso iniciamos uma outra categoria de condicionamento, utilizando a planta dos pés, (acostumada a receber e transmitir para o centro, os mais diversos e mais extremos estímulos, para reagir, desta vez, apenas a tais contatos leves e monótonos).

g) O segundo ponto na planta do pé é a parte mais côncava do arco, longitudinal (mesmo em casos de "pés chatos" poderemos encontrá-los com facilidade) e o tocamos com os três dedos acima descritos, de maneira suave, sem exercer pressão que possa ser sentida com "afastamento" , sendo interpretada pelos pacientes em termos de "rejeição" .

h) Com as mãos levantamos um pouco a face posterior do pé (calcanhar) de modo que a palma da mão a apoie junto com o tendão calcanear, sem apertá-la, porém, com os dedos que se estendem um pouco abaixo da ponta dos maléolos mediais. No outro lado, os maléolos laterais encontram-se acostados ao ângulo formado pela falange proximal do polegar e a borda metacarpal das mãos.

i) A última posição das palmas das mãos é a convergência dos ventres do tríceps sural; ao mesmo tempo o calcanhar apoia-se sobre o antebraço do terapeuta que assim manterá essa parte da perna e o calcanhar um pouco elevados.

Depois de decorrer três minutos o terapeuta retira a mão de modo simples e leve e condiciona a "saída" do relaxamento com a seqüência de indicações:

"Movimentar os dedos dos pés... das mãos"... "Abrir... fechar... abrir os olhos"... "Virar a cabeça para a direita... para a esquerda"... "Encolher os ombros... soltar... encolher de novo"... "Respirar profundamente"... "Levantar paulatinamente, sem movimentos rápidos..."

Há casos em que, por qualquer razão, não se pode usar os pés para o condicionamento (amputação, micose, mau cheiro, etc..), ou parece ser necessário iniciá-lo nos quadrantes superiores do corpo (criança irrequietas, agitadas, etc.); neste caso podem ser usadas as mãos, de modo idêntico, considerando apenas certas adaptações.

Calatonia nas mãos

A) O paciente levanta os braços, que talvez devam ser, em ambos os lados, apoiados com almofadas, formando um ângulo cubital não superior a 90° ; assim a circulação não será inibida. As palmas da mão mantêm-se em posição supina.

B) A seqüência de estímulos é a mesma, mas, desta vez, o polegar apoiará a primeira falange distalmente da unha e os dedos correspondentes do terapeuta tocarão, suavemente (como no pé), a face palmar da ponta dos dedos do paciente, que não devem ser esticados, podendo permanecer numa flexão espontânea, isto é, na "posição de repouso" invertida. Os dois pontos da palma da mão podem ser encontrados com facilidade; são tocados com o indicador, o mediano e o anular do terapeuta que, depois,

apoiará o dorso da mão e o pulso, sem "algemar" , levantando-os ligeiramente, cuidando, porém, para que seus braços não fiquem rígidos e tenham uma colocação cômoda. O último ponto de contato será "pulsos sobre pulsos" , chegando as pontas dos dedos do terapeuta a cobrir a metade distal dos antebraços do paciente. Essa proporção depende naturalmente do tamanho das mãos que tocam e dos antebraços estimulados, repousando neles apenas suavemente, sem exercer pressão ou sem imobilizá-los, porque isso poderá causar uma desagradável impressão final de dominação e imposição.

C) Especialmente em crianças é útil o condicionamento da cabeça, segurando-a com ambas as mãos (bordas hipotenares juntas) de modo que os dedos medianos toquem a nuca na área da saída das artérias e nervos occipitais. Essa modalidade deve ser aplicada delicadamente . Ao retirar as mãos, depois de 4-5 minutos, cuida-se para não sacudir a cabeça do paciente, porque a relaxação pode ser muito profunda e qualquer estímulo mais enérgico causará constrangimento, angústia ou reações emotivas.

D) Em casa, o paciente pode condicionar-se com as palmas das mãos, mas na fase inicial do tratamento é melhor não exercitar com a cabeça; mesmo depois de certo tempo (isso é inteiramente individual), aconselha-se esperar as manifestações sob o título de experiência. O terapeuta deve ser extremamente cauteloso e prudente ao tentar seqüências individuais com seus pacientes. Antes firme-se na técnica, consultando sempre seu supervisor ou sua equipe terapêutica quanto à viabilidade de suas idéias. Apesar das variantes

mão-cabeça, o condicionamento, por meio dos pés, sempre constituirá ponto de partida.

ANEXO IV

Vibrações sobre a coluna

A terapeuta une os dedos polegar, indicador e médio da sua mão direita, para trabalhar sobre a coluna da paciente, desde o osso sacro até a sétima vértebra cervical.

A paciente encontra-se em decúbito dorsal.

Inicia-se, encostando a mão da terapeuta no osso sacro da paciente; aguarda-se três respirações, e na quarta expiração, a terapeuta vibra, tremula levemente a sua mão sobre o osso sacro. A cada quatro respirações da paciente, a terapeuta vai caminhando com sua mão em direção à cervical.

Se a paciente respirar muito rapidamente, ou muito lentamente, a terapeuta pode seguir um ritmo tranqüilo, baseando-se na sua própria respiração. O importante é manter um ritmo.