COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO
GOMES, Gislaine Costa Belo de Souza. Canto, acalanto e aconchego. Fortalecendo vínculos entre pais e filhos. In: VOLPI, José Henrique; VOLPI, Sandra Mara (Org.) 24º CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS. **Anais.** Curitiba: Centro Reichiano, 2019. [ISBN – 978-85-69218-04-3]. Disponível em: http://centroreichiano.com.br/anais-dos-congressos-de-psicologia/
Acesso em: ____/____/____.

CANTO, ACALANTO E ACONCHEGO
FORTALECENDO VÍNCULOS ENTRE PAIS E FILHOS

Gislaine C. Belo de Souza Gomes

RESUMO

Desde o nascimento, somos inseridos em núcleos de socialização, de forma que nossos valores, visão de mundo são influenciados pelo meio em que vivemos. Se desde a infância, o indivíduo estiver inserido em núcleos saudáveis, muito provável crescerá um ser pulsante e livre em sua expressão vital, se expandindo físico e emocionalmente. Para que isso aconteça, é importante que os adultos, responsáveis por essa criança, também sejam sadios, para que tenha qualidade nessa interação e conseqüentemente uma relação de harmonia. Inserido esse responsável (pai e mãe) no processo terapêutico do bebê/criança, fez-se uso de recursos lúdicos como: a música e seus elementos (som, acalanto, brincadeiras cantadas), contação de histórias, massagem (toque de borboleta). Acolhendo participantes e criando um ambiente livre para o movimento, expressão e estreitamento de laços afetivos.

Palavras-chave: Bebê. Criança. Psicologia Corporal. Música. Vínculos.

Ao nascermos somos inseridos em vários núcleos sociais. Um bebê, naturalmente é envolvido no ambiente familiar. Logo, na primeira infância, está inserido no núcleo escolar, e assim por diante, vai se socializando com o meio em que vive.

Este meio, porém, tem grande influência sobre a vida desse indivíduo em todas as etapas, moldando-o nos costumes, na cultura, na visão de mundo e na forma em como se relaciona corporalmente, emocionalmente e porque não, na sua qualidade energética. “Uma pessoa é a soma total das suas experiências de vida”(LOWEN,1982, pg.11).

O foco do trabalho é procurar fornecer no *setting* terapêutico, um ambiente onde é possível olhar o bebê/criança de forma integral. Buscando proporcionar possibilidades, de forma lúdica, para ampliar suas capacidades de sentir, de pulsar, de conhecer, de se situar no mundo e fortalecer sua identidade, ampliar seu crescimento de maneira vibrante, aproveitando a fase em que a “sede” de vida é tão presente, natural e espontânea.

Voltando o nosso olhar para essa criança e entendendo os núcleos em que ela se encontra, porque não trazer os mais próximos para interagir no processo terapêutico?

Utilizando ferramentas como a música, a massagem corporal (toque de borboleta), o brincar, a contação de histórias, instrumentos musicais e jogos educativos, foi proposto, uma interação em conjunto com objetivos de mobilizar a expressão, ampliar o desenvolvimento

cognitivo da criança, mas com a ajuda conduzida pelo responsável, de forma que esse viesse interagir afetivamente, proporcionando um ambiente seguro e estável.

No entanto, para que haja qualidade de vínculo, é preciso que haja também um adulto, cuidador, saudável. Em Crianças do Futuro, Reich escreve que “temos falhado miseravelmente como construtores de uma orientação para a vida. Estamos também muito sobrecarregados com nossas próprias confusões pesadas.” (REICH, 2005, pg.7).

Percebe-se que há necessidade em acolher, também, esse adulto, para que haja uma soma de efeitos nessa interação intra e interpessoal entre pessoas que possuem vínculos próximos, porém nem sempre sadios. É importante desenvolver uma escuta atenta de ambas as partes.

De acordo como o dicionário Wikipédia, vínculo tem como significado: “aquilo que ata, que liga (duas ou mais coisas); O que estabelece um relacionamento lógico ou de dependência; O que liga afetiva ou moralmente duas ou mais pessoas; laço”.

O vínculo entre mãe e filho se estabelece antes mesmo do nascimento.

Um bebê é totalmente dependente dos responsáveis, que na maioria, são os pais. Conforme vão crescendo, vão adquirindo autonomia para realização de tarefas que os fazem se sentirem capazes e automaticamente vão dependendo menos da ajuda dos adultos. Mas quando falamos em dependência, sem se estender muito, podemos nos referir como algo bom ou ruim, dependendo da intensidade, e esta, pode ser do filho para os pais, no primeiro momento, como também dos pais para o filho(a). A forma mais saudável seria estreitarmos os laços através do amor e não da dependência.

“A criança (ou adulto) que sente a necessidade de apegar-se fisicamente aos outros possui um senso tão vago de si próprio que se sente bem apenas quando pode fundir-se com outra pessoa.”(OAKLANDER, 1980, pg. 290).

No processo terapêutico, onde temos a interação de uma ou mais pessoas, um dos objetivos é fortalecer a identidade, para que cada um se aproprie do seu eu, conheça suas potencialidades e limites. No caso do bebê com a mãe, que o processo de rompimento simbiótico aconteça de forma tranqüila e saudável para os dois.

Muitas vezes, a relação de dependência pode estar denunciando uma insegurança, que por vezes, o bebê ou a criança, não conseguem verbalizar, mas expressam através do medo, do grito explosivo, da resistência ao toque.

Essas, entre outras formas de expressão, são maneiras que as crianças encontram de comunicar-se com o mundo. Risos, mordidas, brincadeiras, movimentos corporais, bruscos ou não, em forma de tapas ou carícias, atividades físicas como saltar, correr, entre outros, são comportamentos naturalmente espontâneos, aos quais elas expressam seus sentimentos, exalam vida e energia. "Todo ser vivo é dotado de uma carga energética que tem circulação pulsante e metabolismo próprio." (ROCHA, 1998, pg. 11)

Pra conseguirmos acessar o mundo da criança, é preciso "falarmos a mesma língua", ou seja, nesse processo terapêutico, é adequado usarmos recursos lúdicos para nos comunicarmos e nos entendermos e abrirmos canais de comunicação.

"Terapia é uma arte; a menos que se saiba combinar preparo, conhecimento e experiência com um sentido intuitivo, criativo e fluido." (OAKLANDER, 1980, pg. 218)

Como ferramentas lúdicas, foram os sons,a música, cantos e acalantos. Os livros infantis, jogos e brinquedos, também foram utilizados como recursos de intervenção, assim como a massagem Toque de Borboleta de Eva Reich. Tais recursos, tem o papel de objeto intermediário, no processo terapêutico do participante.

Vamos falar sobre cada um dos recursos, como foi utilizado e sua finalidade.

A música é a arte de combinar sons, antes mesmo de nascermos, já estamos inseridos em um ambiente sonoro. Diria que, somos alfabetizados sonoramente falando, antes mesmo de verbalizarmos palavras concretas. Nosso primeiro meio de comunicação é o choro. O bebê chora quando está com fome, quando está com frio, demonstra suas necessidades através do choro e balbucios.

Entre tantas expressões sonoras, podemos começar falando sobre a voz, refiro a esta, como nossa digital sonora. Cada pessoa tem a sua e nenhuma é igual a outra. Cada um possui uma vibração, uma freqüência (número de ciclos de uma onda sonora), um timbre (característica peculiar de cada som).

A voz pode soar agradável ou não a nossos ouvidos, de acordo com LEINIG (2008) "A voz humana é o mais belo e o mais sensível dos instrumentos, exercendo grande influência sobre o significado o efeito das palavras. A linguagem que a voz utiliza, revela nossa personalidade. Uma voz monótona, desinteressante, reflete falta de energia e vitalidade." (pg. 439)

Quando cantamos, movimentamos nossos músculos, órgãos do corpo, proporcionando um relaxamento físico e mental. O canto em conjunto desenvolve a escuta de si próprio e do

outro, nos proporcionando autoconhecimento. Também envolve a respiração, essa, quando profunda e quilibrada, pode baixar o nível de ansiedade.

Cantar músicas que nos fazem bem, fazem com que nosso cérebro produza serotonina e dopamina, nos dando aquela sensação de prazer. Ainda complementando os benefícios, LEINIG (2008) afirma que o canto torna mais plena a respiração e, conseqüentemente, fortifica o pulmão; tonifica as cordas vocais, melhorando o timbre da voz; prende a atenção; facilita a memorização.

No trabalho com crianças, utilizamos músicas infantis e jogos musicais, como recurso pra atingirmos objetivos terapêuticos. Essa também serve como objeto intermediário entre os participantes, no processo terapêutico.

Cantos folclóricos ou não, em sua diversidade é possível utilizar como uma ferramenta, bem aceita, pela maioria dos bebês e crianças. Entre as canções, temos por objetivo: trabalhar consciência e ritmo corporal, auxiliar no desenvolvimento da fala, na escuta, fortalecer vínculo, ela, mobilizar a expressão. É uma poderosa condutora da dança, do choro, do grito.

“A emissão e a exploração de sons vocais pode, possivelmente, abrir caminho para o desbloqueio de emoções reprimidas de longo tempo, e com isso facilitar a compreensão da defensiva em que o paciente se coloca.”(LEINIG, 2008, pg.439)

A manifestação do grito, no *setting* terapêutico, pode representar a liberação da emoção reprimida. Uma explosão de sentimentos. O grito “é aquela energia, aquela força que brota de dentro e que explode na boca, ecoando pelos ares, criando impacto em quem esteja por perto... Gritar é inundar o espaço com nossa presença” (LEINIG, 2008, pg. 437) Que manifestação poderosa, encher os pulmões e soltar a voz na freqüência mais intensa possível, é vibrar por inteiro, aliviar a alma através do som.

Crianças, não sentem vergonha de se expressar através do grito, elas se manifestam também para chamarem a atenção, como quem diz; olhem pra mim! Ou para expressar fúria.

Dentre as ferramentas sonoras que utilizamos, está também o acalanto. Este soa aos ouvidos como uma demonstração de afeto e geralmente está associada a figura materna. O acalanto é um abraço, sem a necessidade do toque.

Acalma e traz segurança. “Os acalantos (cantigas de ninar) possuem um caráter doce e reiterativo da letra e melodia. Por esta razão, produzem um efeito hinógeno no ouvinte. São cantigas que estreitam, ainda mais, o vínculo mãe-filho.” (LEINIG, 2008 pg.440)

Existem crianças que não se agradam dos acalantos, dependendo de como foi *a etapa ocular*, (termo utilizado por Reich. Para se referir a fase de gestação e primeiros dias de vida do bebê), manifestam expressões de rechaço ou resistência. No processo terapêutico, temos a chance de resignificar tal vínculo e associação, através do acalanto, como também do toque, através da massagem corporal.

A contação de histórias pode também nos embalar como um acalanto. A voz melódica e rica em sonoridade, entre sons agudos, médios e graves provoca interesse e curiosidade, mas também acalma e tranqüiliza, podendo baixar o nível de ansiedade, provocar suspiros e uma respiração mais profunda, provocando até a sonolência.

Os livros, além de coloridos, fazem os olhos de qualquer criança brilhar. Tem também os com texturas, que possibilita o toque, além de provocar sensações inusitadas, levando a criança a expressões faciais cômicas, riso solto, ou também pode provocar repugnação, trazendo um afastamento tátil de desagrado.

O toque pode também ser estimulado através da massagem. O toque de Borboleta, massagem desenvolvida por Eva Reich, é uma massagem suave, cujo principal objetivo é estreitar o laço familiar, que inicialmente é vivenciado entre mãe e bebê, além de proporcionar qualidade de vida e bem estar.

Conforme a fase e vivência, cada bebê ou criança apresenta uma reação. Em bebês, quando a massagem proporciona uma sensação agradável, muitos, instintivamente, procuram o colo da mãe para serem amamentados.

O *sling*, (pedaço de tecido que suporta o bebê), também proporciona o toque. Utilizado como objeto intermediário, ele pode proporcionar a sensação de acolhimento, remetendo ao aconchego uterino.

“O objetivo de toda terapia é ajudar a pessoa a aumentar a sua capacidade de dar e receber amor, de ampliar e desenvolver o coração, e não só sua mente”. (LOWEN, 1982, p. 77)

Trazer mãe e pai, para o processo terapêutico com o filho, em momentos pontuais ou não, tem como objetivo fortalecer esse vínculo. Com um olhar terapêutico, de cuidado e acolhimento, é possível movimentar a carga energética, permitindo que haja pulsação saudável intra e interpessoal. A partir dessas intervenções, não só a criança é beneficiada, mas também o cuidador. Volpi;Volpi (2008, p. 45) afirmam que “quanto mais feliz uma mãe ta com sua vida, melhor mãe ela é. Quanto mais feliz um pai tá com sua vida, melhor pai ele é”.

COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO
GOMES, Gislaine Costa Belo de Souza. Canto, acalanto e aconchego. Fortalecendo vínculos entre pais e filhos. In: VOLPI, José Henrique; VOLPI, Sandra Mara (Org.) 24º CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS. **Anais.** Curitiba: Centro Reichiano, 2019. [ISBN – 978-85-69218-04-3]. Disponível em: http://centroreichiano.com.br/anais-dos-congressos-de-psicologia/
Acesso em: ____/____/____.

Ter adultos felizes proporciona uma infância saudável, para bebês e crianças que crescem em um ambiente rico de estímulo. Ambiente que proporciona descobertas e estimulam sua capacidade mental, alimentem suas necessidades vitais e permitam um fluxo energético intenso e vibrante.

> A prevenção da couraça seria desnecessária se nossas crianças pudessem se desenvolver como a natureza ou "Deus" prescreveu. Está firmemente comprovado que os organismos que funcionam de acordo com a lei da natureza não apresentam biopatias. (REICH, 2005, pg. 17).

REFERÊNCIAS

LEINIG, C. E. **A música e a ciência se encontram**. Curitiba: Juruá, 2008.

LOWEN, A. **Bioenergética**. São Paulo: Summus, 1982.

OAKLANDER, V. **Descobrindo Crianças: a abordagem gestáltica com crianças e adolescentes.** São Paulo: Summus, 1980.

REICH, W. **Crianças do futuro.** Curitiba: Centro Reichiano.[2005]

ROCHA, B. **Brinkando com o corpo.** São Paulo: Clíper, 1998.

VÍNCULO. In: Dicio.com.br: Disponível em: https://www.dicio.com.br/vinculo/ Acesso em: 16 maio 2019.

VOLPI, J. H; VOLPI, S. M. **Crescer é uma aventura!** Desenvolvimento emocional segundo a Psicologia Corporal. Curitiba: Centro Reichiano, 2006.

AUTOR e APRESENTADOR

Gislaine C. Belo de Souza Gomes / Curitiba / PR / Brasil
Musicoterapeuta (CPMT-207/07) Psicopedagoga formada pela PUC/PR. Especialista em Psicologia Corporal pelo Centro Reichiano - Curitiba/Pr. Membro da Diretoria dos Encontros e Congressos Brasileiro de Psicoterapias Corporais.
E-mail: gislainecbgomes@gmail.com

Este artigo veio acompanhado da DECLARAÇÃO DE CIÊNCIA DA NÃO VIOLAÇÃO DE DIREITOS AUTORAIS DE TERCEIROS, de posse do Centro Reichiano.