



Anais do Congresso Brasileiro de Psicoterapias Corporais

Congresso Brasileiro de Psicoterapias Corporais⁹ Congresso · 2026 · ISBN 978-65-89012-07-8

Terapia em movimento

A interlocução entre a dança e a psicologia corporal

Therapy in movement

Italo Mendonça Adams (1); Sandra Mara Volpi (2)

(1) Centro Reichiano · São Paulo-SP · Brasil

(2) Centro Reichiano · Curitiba · Brasil

Resumo

O presente trabalho visa explorar a possibilidade do diálogo entre a dança e a Psicologia Corporal a partir do levantamento de dados sobre a primeira e suas possibilidades terapêuticas por meio, principalmente, das suas conexões com essa vertente da Psicologia. Objetiva, ademais, compreender as possibilidades terapêuticas através da dança, bem como sua relação com a subjetividade humana. Para tanto, a pesquisa foi baseada em revisões de literaturas, livros e artigos científicos e teve como fonte de análise a dança e seu desenvolvimento histórico, educação somática através do movimento e do dançar, possibilidades terapêuticas provenientes da dança e os estudos da Psicologia Corporal.

Palavras-chave: Corpo. Dança. Educação somática. Psicologia Corporal. Reich.

Abstract

This study aims to explore the possibility of a dialogue between dance and body psychology based on a review of data concerning dance and its therapeutic possibilities, particularly through its connections with this field of psychology. It also seeks to understand the therapeutic possibilities offered by dance, as well as its relationship with human subjectivity. To this end, the research was based on literature reviews, books, and scientific articles, focusing its analysis on dance and its historical development, somatic education through movement and dancing, therapeutic possibilities arising from dance, and studies in body psychology.

Keywords: Body. dance. somatic education. body psychology. reich.

INTRODUÇÃO

Este trabalho trata das potenciais aplicações terapêuticas presentes na dança em seu contexto geral e, em especial, quando aplicada à Psicologia Corporal, e pretende responder à pergunta: é possível estabelecer um diálogo entre dança e Psicologia Corporal? Ou ainda, quais são os limites e o alcance dessa aproximação? A hipótese desta

investigação é estabelecer esta interlocução entre movimento e terapia, valendo-se da história da dança, da educação somática através dos movimentos e da dança e os trabalhos dos estudiosos da Psicologia Corporal, buscando relacioná-los a partir de uma visão psicoterapêutica.

Assim, o objetivo geral do trabalho é o de estabelecer uma aproximação entre a dança e a Psicologia Corporal a partir de suas possibilidades terapêuticas. Nesse registro, serão pontuadas as contribuições de grandes nomes da educação somática, tais como Moshe Feldenkrais, Joseph Hubertus Pilates, Rudolf Laban e Klauss Vianna e seus respectivos métodos. Em suma, no que tange à Psicologia Corporal, serão explicitados alguns dos conceitos mais caros ao trabalho de Willhelm Reich, principal iniciador da Psicoterapia Corporal.

A respeito dos objetivos específicos, visa-se salientar a variabilidade da percepção que se tem da dança ao longo do tempo, explorar a aplicabilidade terapêutica presente na dança e relacioná-la à educação somática e à Psicologia Corporal. Ao decorrer de todo levantamento teórico, pretende-se pôr em discussão o modo como a dança é percebida na história e sua trajetória até a contemporaneidade, cuja compreensão se altera completamente e permite a emergência das terapias somáticas, bem como pensá-la e desenvolvê-la sob o rigor das ciências psicoterápicas – como aqui se pretende.

Este estudo segue então o seguinte itinerário: explorar o desenrolar da dança na história da humanidade, desde seus períodos mais arcaicos até os dias atuais. Em seguida, será preciso apresentar a educação somática, alguns de seus representantes e seus respectivos métodos, a fim de contextualizar o que vem sendo feito atualmente acerca da correlação dança e terapia. Por fim, dedicar-se-á algum cuidado para compreender o que ficou conhecido como Psicologia Corporal e suas relações com a temática levantada nesta pesquisa; algo que exige uma breve incursão pela obra de Willhelm Reich, em especial sob a perspectiva de alguns de seus principais intérpretes.

A PERCEPÇÃO DA DANÇA AO LONGO DA HISTÓRIA

Lommel (1966) descreve que as expressões gravadas em forma de desenho, sobre as paredes das cavernas, grutas ou ao ar livre, é o que hoje conhecemos como arte rupestre, considerada a expressão artística mais antiga da humanidade. Nos primeiros documentos que relacionam o ser humano com o dançar, Faro (1986), Mendes (1987), Bourcier (2001) e Portinari (1989) constatam que no período pré-histórico o ser humano dançava, praticava pintura em paredes rochosas, tetos e outras superfícies de cavernas, grutas ou

mesmo sobre superfícies rochosas ao ar livre, representações artísticas cujo intuito era de se conectar com o mundo. Achcar (1985) afirma que essas manifestações dançantes ocorriam através de movimentos, comunicando, expressando e utilizando a dança para explicar fenômenos desconhecidos.

Faro (1986) pontua que nas imagens rupestres, alguns personagens estariam deslocando-se através de movimentos dançantes, tornando a dança uma forma natural de expressão de vida. Portinari (1989) reitera que o dançar está inteiramente ligado a exteriorização instintiva da classe humana, pois depende apenas do próprio corpo e de seu ritmo natural – manifestando vida – implementando a história ao longo da humanidade:

De todas as artes, a dança é a única que dispensa materiais e ferramentas, dependendo só do corpo. Por isso dizem-na a mais antiga, aquela que o ser humano carrega dentro de si desde tempos imemoriais. Antes de polir a pedra, construir abrigo, produzir utensílios, instrumentos e armas, o homem batia os pés e as mãos ritmicamente para se aquecer e se comunicar. Assim, das cavernas à era do computador, a dança fez e continua fazendo história. (Portinari, 1989, p. 12).

O homem, diante da realidade que o cercava e de suas experiências de vida, tentava fazer parte do mundo, utilizando a dança como sua melhor ferramenta, entendendo através de seu corpo os ciclos naturais e o comportamento do seu ambiente.

Antropólogos e arqueólogos assumem que o homem primitivo dançava como sinal de exuberância física, rudimentar tentativa de comunicação e, posteriormente, já como forma de ritual. Dançou-se assim desde tempos imemoriais, em torno de fogueiras e diante de cavernas: gestos rítmicos, repetitivos, às vezes levados ao paroxismo, serviam para aquecer os corpos antes da caça e do combate. Nas mais remotas organizações sociais, a dança estava presente, celebrando as forças da natureza, investidas bélicas, mudanças das estações. (Portinari, 1989, p. 17).

O dançar se caracterizava em tudo que era de importância para os ancestrais humanos, seja para a vida, a caça, a guerra, ou qualquer outro aspecto que enfrentavam diariamente. Também dançavam em forma de rituais, pois concebiam significados mágicos, transcendentais, diante de tudo que estava presente em sua vida.

O sagrado também foi dançado em outras sociedades, Portinari (1989) esclarece que no Egito Antigo as pessoas dançavam para deuses em forma de cultos; os hieróglifos, por exemplo, descrevem o quanto a dança egípcia era rigorosa em seus movimentos, que exigiam muito esforço para sua execução. O religioso também foi dançado pelos hebreus, e Bourcier (2001) elucida que os hebreus dançavam apenas por fé, sendo a única

sociedade antiga que não utilizou a dança como potência artística.

Os gregos também dançavam para seus diversos deuses, dançavam perante seus monumentos, sendo a sociedade que mais contribuiu com referenciais teóricos para estudo. Segundo Claus (2005), a dança estava diretamente na vida diária dos cidadãos, indo além dos rituais, fazendo parte da arte, divertimento e educação. Dentre uma diversidade grandiosa de movimentos a dança para Dionísio ganha grande exposição. Dantas (1994) elucida que a dança dionísica adivinha de felicidade, com movimentos livres e espontâneos.

É importante, assim, notar o quanto a dança foi aceita em meio a cada período histórico e suas respectivas civilizações. Destarte, o grande marco negativo à dança ocorreu na Idade Média, conhecida como “idade das trevas”, com a ascensão do cristianismo, que tinha como objetivo apagar a história e fé do povo pagão, bem como submeter toda forma de produção humana ao poder da Igreja e, conseqüentemente, da fé cristã.

A igreja católica estabeleceu, através da fé, crenças e princípios de que o corpo era um empecilho para alma “ir ao céu”, dividindo corpo e alma, dualizando o corpo, desestimulando os prazeres e desejos, reprimindo o profano – desejos e necessidades físicas. A estrutura física era vista como geradora de pecados e deveria ser reprimida em suas manifestações, pois só assim não haveria pensamentos impuros. Rapidamente esses valores evoluíram e o movimento acabou sendo limitado ao sagrado (Bourcier, 2001, p. 51). A partir desses dados observa-se na atualidade a persistência de algumas destas crenças, valores e preconceitos no modo como se compreende a noção de corpo e como este é exposto na dança. A única dança que permaneceu, por sua vez, era a dança macabra. Zotovici (1995) elucida que as únicas danças que podiam existir eram as danças de morte e contra a morte. Diante das manifestações populares a Igreja cultivou a dança macabra de forma a assumir papel integrativo na disseminação de seus interesses:

O teatro religioso medieval absorveu a dança macabra. Os mistérios, autos e milagres punham em cena a submissão do homem aos desígnios divinos. Os temas vinham do Antigo e Novo Testamento, de fantasiosas narrativas sobre a vida de santos, e crença em aparições miraculosas que convertiam infiéis ou profetizavam castigos. Levadas em praças públicas ou em recintos pertencentes às igrejas, as peças misturavam passado e presente com o objetivo de transmitir mensagens moralistas. Assim a dança macabra teve o seu lugar nesse tipo de teatro. Simbolizava a insanidade causada pelo pecado, o flagelo da peste enviado por Deus para que os homens se arrependessem. (Portinari, 1989, p. 53).

Subsequentemente, o homem vai se desatrelando das crenças e voltando a fazer uso da racionalidade como meio pelo qual se orientar, ser ou estar no mundo, conduzindo-se através de uma forma fragmentada e sistemática, desvinculando-se da espontaneidade criativa e passando a adquirir mecanicidade, vendo o corpo como uma máquina, reduzindo-o a um ser composto por partes separadas – fato que se deve, principalmente, à ascensão do cartesianismo como marco fundamental da filosofia moderna:

A divisão cartesiana entre matéria e mente teve um efeito profundo sobre o pensamento ocidental. Ela nos ensinou a conhecermos a nós mesmos como egos isolados existentes “dentro” dos nossos corpos; levou-nos a atribuir ao trabalho mental um valor superior ao do trabalho manual; habilitou indústrias gigantescas a venderem produtos – especialmente para as mulheres – que nos proporcionem o “corpo ideal”; impediu os médicos de considerarem seriamente a dimensão psicológica das doenças e os psicoterapeutas de lidarem com o corpo de seus pacientes. (Medina, 1990, p. 50).

O autor acima ilustra que o método cartesiano subdividiu o raciocínio, pressupondo que diante de um fenômeno complexo é possível estabelecer uma compreensão mais precisa através da divisão e/ou redução de suas partes. O homem busca um corpo dito como “perfeito”, com movimentos perfeitos, e por conta disso se dissocia do seu corpo em si, indo em busca de um outro inalcançável e idealizado, esvaziando-se de sua espontaneidade – não se percebe como ser único ou ser diferente, uma vez que este não está dentro do molde social.

Assim, com o passar dos anos e o advento da modernidade, de acordo com Amaral (2009), a partir destas circunstâncias, a corte realizava bailes com conceitos dramáticos, exuberando passos virtuosos através da dança, fundamentados por movimentos precisos – neste período os nobres, banqueiros e políticos financiavam grandes mudanças no movimento artístico, ciências e educação, dando aparatos para o surgimento do ballet, consolidado como arte teatral, dança que desenvolveu o adestramento técnico do corpo, dando forma a movimentos virtuosos, cujo aprimoramento técnico é objetivado diariamente, separando o bailarino de suas potencialidades – de seu expressar-se naturalmente.

A partir do século XX se estabeleceu uma revolução artística oriunda da não aceitação do conceito rígido e objetivo que existia na arte. Diante das mudanças foram propostas novas estéticas que ampliaram o que existia em dança, deixando de lado alguns elementos que já se utilizava por longos anos como, por exemplo, a sapatilha de ponta e seus figurinos, bem como a temática que direcionava todo enredo artístico. Assim, frente a uma dança

mecânica, foi possível repensar as formas de dançar e se expressar, aproximando-a da vida, utilizando-a como ferramenta para combater o caos e enfrentando-o para desenvolver uma diretriz humana – caracterizando a chegada da dança moderna. Posto isto, Leite (2005) narra que através da dança moderna foram estabelecidas novas experimentações, tendo como objetivo a liberdade do artista, olhando-o em sua unidade – desenvolvendo algo que vai além de uma dança, visto que criaram e ampliaram métodos, sistematizando os princípios da dança moderna. Mais tarde, alguns métodos foram chamados de dança contemporânea, sendo uma arte em constante construção, reorganizando-se a cada vivência.

O MOVIMENTO TERAPÊUTICO NA DANÇA

A partir da origem da dança, partindo de seu desenvolvimento histórico e seus primeiros relatos, o ser humano dançou para a vida e para seus sentires, modificou-se, perdeu significados e adquiriu novos, transformou-se em inúmeras formas e saberes. Na dança moderna, em especial, se reestabeleceu o contato com a expressão individual do ser humano, percebendo-o como unidade completa, complexa e emocional. Este novo contexto, por sua vez, serviu de base para outros caminhos, consolidando a criação do contato improvisação e da dança contemporânea e, em consequência, a educação somática:

A educação somática consiste em técnicas corporais nas quais o praticante tem uma relação ativa e consciente com o próprio corpo no processo de investigação somática e faz um trabalho perceptivo que direciona para a autorregulação em seus aspectos físicos, psíquicos e emocional. (Miller, 2012, p. 13).

A autora acima salienta que a dança e a educação somática expressam uma proposta integrativa simbiótica, existindo uma troca constante que proporciona relações de aprendizagem holística – perante o exposto, a dança pode vir a possibilitar conexões profundas e expressá-las. Este tema, no entanto, se aterá apenas em perpassar, dada a profundidade e extensão da temática, os fundamentos e princípios básicos que constituem a educação somática, corroborando para o entendimento do trabalho como um todo.

A EDUCAÇÃO SOMÁTICA ATRAVÉS DA DANÇA

Moshe Feldenkrais, um dos grandes nomes da educação somática, desenvolveu seu próprio método denominado de “Consciência pelo movimento”, no qual enfatiza que o indivíduo age sob o princípio de sua realidade somática, ou seja, o corpo no seu momento

presente, em seu estado atual, sem buscar adquirir movimentos mecânicos, performáticos ou perfeitos, aceitando sua realidade observando-se através dos aspectos sociais e presenciando através dos padrões estabelecidos neste ambiente o princípio de realidade, que entra em conflito com os ideais existentes, que não são atingidos regularmente e acabam por reprimir o indivíduo, forçando-o a desenvolver frustrações, gerando ansiedade e maquiando sua posição nos aspectos sociais vividos diariamente.

Nós agimos de acordo com a nossa autoimagem. Esta, que, por sua vez, governa todos os nossos atos – é condicionada em graus diferentes por três fatores: hereditariedade, educação e autoeducação. A parte herdada é a mais imutável. [...]. Sua autoimagem desenvolve-se de suas ações e reações no curso normal da experiência. A Educação determina a língua e estabelece um padrão de conceitos e reações comuns a uma sociedade específica. Estes conceitos e reações variarão de acordo com o ambiente no qual a pessoa nasceu; [...]. A Educação determina amplamente a direção de nossa autoeducação, que é o elemento mais ativo no nosso desenvolvimento e socialmente de uso mais frequente que os elementos de origem biológica. Nossa autoeducação influencia o modo pelo qual a educação externa é adquirida, bem como a seleção do material a ser apreendido, e a rejeição daquilo que não podemos assimilar. (Feldenkrais, 1977, p. 19).

Destarte, a partir das frustrações advindas da sociedade emergem conflitos e distúrbios que envolvem o indivíduo e sua subjetividade. Diante deste fenômeno, Feldenkrais sugere que somente através da autoeducação é possível estabelecer a reestruturação da autoimagem e enfatiza que a autoeducação é um fator inevitável à vontade do indivíduo.

O movimento é a base da consciência. A maior parte do que vai dentro de nós, permanece embotado ou escondido de nós, até que atinge os músculos. Sabemos o que está acontecendo dentro de nós, logo que os músculos da face, coração ou do aparelho respiratório, se organizam em padrões, conhecidos por nós como medo, ansiedade, riso ou qualquer outro sentimento (Feldenkrais, 1977, p. 56).

Dentro deste contexto, ao executar os exercícios estabelecidos por Feldenkrais de forma correta, obedecendo as regras de tempo, execução e sequência, dá-se os meios necessários através das tensões musculares para que o indivíduo e sua esfera social, com persistência, sejam desmaterializadas, convertendo o molde estabelecido como autoimagem.

Joseph Pilates, por sua vez, criador do método de Contrologia, atualmente conhecido como o método Pilates, possui hoje um dos métodos de educação somática mais conhecido e utilizado no Brasil, tendo uma vasta clientela e abarcando todas as classes sociais; além de muito utilizado por profissionais da dança, pois entende o ser humano em totalidade, o

que permite desenvolver o equilíbrio entre corpo, mente e ambiente.

Na minha opinião, a contrologia é um sistema ideal para transformar o corpo em um instrumento de perfeito desejo. É cineticamente aprovado, fisiologicamente bom e psicologicamente correto. Tenho conhecimentos próprios de seu sucesso em obter resultados surpreendentes, não somente para adultos normais, mas também para aqueles que sofrem de defeitos físicos supostamente incuráveis e de deficiências orgânicas. (Pilates; Miller, 2010, p. 111).

O autor acima elucida que a Contrologia atua no desenvolvimento de um corpo uniforme, corroborando para uma melhor vitalidade, coordenando o equilíbrio das estruturas físicas, mentais e espirituais. Salienta que, primeiramente, se adquire o controle do corpo e, ao se manter disciplina nas repetições dos exercícios, é possível gradualmente estabelecer ritmo harmônico nas atividades mentais – quando existe equilíbrio holístico do corpo é possível estabelecer uma postura perfeita; andar, sentar ou estar em pé fluem em movimentos graciosos que, por sua vez, totalizam-se em economia de energia e estabilizam o equilíbrio biofísico, visto que a partir de uma boa economia de energia é possível obter reservas, designando boa parte da energia para outros meios, sejam eles para as atividades diárias, prazeres ou em respostas emergenciais.

Visto isto, fica evidente a grande procura de profissionais envolvidos na dança, uma vez que o método Pilates ultrapassa a barreira da dor, alongamento e a reabilitação física.

Inserido no campo da Educação Somática, o Pilates se pode alimentar de estratégias pedagógicas dos outros métodos e abordar o corpo do profissional da dança através de exercícios cuja intenção vai além daquela de trabalhar o sistema musculoesquelético: o corpo do Pilates Somático é sensível e habilitado a responder aos estímulos do meio ambiente. Nesse caso, o objetivo da preparação corporal do profissional da dança não se limita mais a um treinamento, a uma pura repetição de sequências ou a fazer um aquecimento, alongar ou tonificar, e sim a conectar estruturas, níveis e sistemas do corpo, contribuindo para o descondicionamento gestual que sustenta a libertação semiótica tão particular à linguagem contemporânea da dança. Conclui-se que, se amadurecido por uma ótica somática, o Pilates pode tornar o corpo do profissional de dança mais disponível para a contemporânea pesquisa em dança sem hipotecar sua qualidade de vida. (Bolsanello, 2015, p. 121).

A autora acima certifica que o Pilates institui um método preventivo para um instrumento de criação e contribui no processo de composição coreográfica criativa, visto que pode desenvolver ferramentas para melhor entendimento da consciência corporal ao utilizar todos os padrões biofísicos em sua maior potencialidade – percebendo o corpo como uma estrutura viva, não robotizada, astucioso, moldável e contemplado por uma volúvel

aptidão homeostática, ou seja, possuidor de mecanismos adaptativos que contribuem para manter seu equilíbrio, mesmo que seus aspectos externos sofram grande variações.

Um grande nome da dança no século XX, Rudolf Laban, desenvolveu um olhar pedagógico sobre o dançar, que ficou conhecido como Dança Educativa Moderna, ao afirmar que o movimento e a dança são de extrema importância, principalmente nos primeiros anos de vida, onde a orientação deve fluir no caminho dos movimentos naturais e atuar diretamente na espontaneidade individual (Silva, 1985). A partir das pesquisas feitas por Laban, que estruturou-se a partir da ideia de compreensão do movimento humano e sua expressividade, evidenciaram-se cinco fatores importantes, a saber, corpo, ação, espaço, dinâmica e relacionamento – deixando claro que estes não podem ser percebidos separadamente e, ainda, recriminando o não uso do entendimento da totalidade humana, uma vez que o movimento se estrutura a partir desses fatores, mas deve ser testado e entendido a partir de uma universalidade humana (Laban, 1978).

Além disso, uma outra proposta de dança e educação somática que vem ganhando espaço nacional e mundial é a técnica desenvolvida por Klauss Vianna e sua esposa Angel Vianna e, posteriormente, aperfeiçoada por seu filho Rainer Vianna. Estes propuseram o desenvolvimento de uma técnica que, a princípio, desenvolveu-se através do olhar científico para os espaços articulares e direções ósseas, suas oposições musculares e a interação destes mecanismos com os apoios de equilíbrio – seu trabalho inicial tinha como público principal artistas, dançarinos e atores.

Mas, se a dança é um modo de existir, cada um de nós possui a sua dança e o seu movimento, original, singular e diferenciado, e é a partir daí que essa dança e esse movimento evoluem para uma forma de expressão em que a busca da individualidade possa ser entendida pela coletividade humana. (Vianna, 1990, p. 88).

Observa-se aqui o dançar e a vida resgatando os movimentos individuais de cada indivíduo num movimento atrelado à presença – o corpo não é mais visto como um robô, podendo observar, sentir e expressar-se. “A técnica Klauss Vianna mostra-se um caminho técnico para disponibilizar o corpo que dança, e não só uma preparação para fazê-lo.” (Miller, 2012, p. 28-29). É evidente que a técnica Klauss Vianna estrutura-se atravessando os níveis de uma simples preparação de movimentos técnicos para um novo caminho, um novo ser, dando novos lugares para este, no qual a vivência pode gozar de uma dança que a inclui por completo e livremente, que cria e recria seus saberes.

Deste modo, percebe-se que a dança é constantemente tratada como recurso para um fim terapêutico. No entanto, a extensão de sua complexidade parece apontar para a possibilidade de uma abordagem ainda mais clínica-analítica.

PSICOLOGIA CORPORAL E DANÇA: CONECTANDO MOVIMENTOS

A trajetória percorrida pela dança, tal como exposta na primeira parte deste estudo, constitui o material necessário para a compreensão do desenvolvimento de técnicas como a da educação somática. Agora, em suma, se faz necessário debruçar-se na pesquisa da Psicologia Corporal, entender sua dinâmica, seu método e seus conceitos-chave, para, enfim, estabelecer de que modo a dança pode contribuir para uma abordagem psicoterapêutica dentro de uma vertente que toma o corpo como primado de seu estudo.

A Psicanálise desenvolvida por Sigmund Freud se estabeleceu como ciência no início do século XX. A partir daí, além da Psicanálise, novas vertentes de pesquisas foram se instituindo como, por exemplo, a Terapia Cognitivo-Comportamental, a Psicologia Analítica, a Humanista, a Gestalt e, em especial, a Psicologia Corporal.

A Psicologia como um todo visa o estudo da mente humana e os processos individuais de cada ser humano, tendo por finalidade descrever, compreender, prognosticar, analisar e melhorar o comportamento dos indivíduos. O trabalho desenvolvido através das psicoterapias é altamente variado, rico em análises, nas quais todos compartilham um objetivo primordial, que é ajudar as pessoas a terem uma vida melhor.

A Psicologia Corporal, por sua vez, diferentemente das outras vertentes é a única que voltou o olhar terapêutico para o corpo. Assim como as demais, ela também faz uso da fala no seu processo analítico, isto é, o fato de ela ter uma maior preocupação com o corpo, não significa que renuncie o método dialógico. Ainda neste registro, é importante destacar que a Psicologia Corporal usa como substrato noções psicanalíticas, dentre as quais é possível citar a noção de inconsciente proposta por Freud e suas implicações (Volpi; Volpi, 2017).

Num cenário de emergência da Psicologia como ciência, diversos estudiosos passaram a ganhar notoriedade, e em especial, Wilhelm Reich – que posteriormente desenvolveria as noções que serviram de base para o surgimento da Psicologia Corporal. O médico austríaco Reich nasceu na cidade de Dobzynica em 1897, e seguiu seus estudos para além da Medicina, mais especificamente no campo da Psicologia, onde manteve por um longo período contato pessoal com Freud, como seu pupilo. O tempo que passou com o pai da Psicanálise o permitiu se apropriar tanto dos conceitos psicanalíticos quanto da

vivência em atendimento (Boadella, 1985). Destarte, essa experiência dentro da Psicanálise possibilitou a Reich tecer suas críticas ao método freudiano.

Durante os atendimentos, Reich não se contentou com a abordagem da prática psicanalítica, que tem como princípio o uso do divã e mantém certo distanciamento em relação ao paciente, descontentamento que o levou a suspender este método, deixando seus pacientes mais próximos e frente a frente com ele. Com isso, visualizando seus pacientes, percebeu que o corpo também se expressava por meio de seus movimentos, atitudes, posturas, trajes, feições, forma de falar e formas de se mostrar ao mundo. Através dessa concepção de linguagem corporal criou a sua primeira técnica: Análise do Caráter, bem como a noção de couraça muscular, as quais veremos com mais detalhes na sequência.

A técnica de Análise do Caráter tem como objetivo a leitura analítica do caráter, o qual, na concepção reichiana, é traduzido pela forma como o ser humano se expressa e se posiciona diante do mundo por via de sua personalidade.

A caracterologia reichiana nasceu da necessidade que Reich sentiu quando considerou indispensável enfrentar, mediante uma Análise do Caráter, aqueles casos “impossíveis” que lhe eram enviados por Freud e seus colegas: casos que representavam um impasse para a Psicanálise normal. Reich se deu conta então de que a resistência à terapia era justamente devida ao “caráter” do indivíduo; daí então a necessidade de analisar o caráter para superar algumas resistências fundamentais. (Navarro, 1995, p. 15).

Caráter e personalidade são, para Reich, conceitos intimamente ligados, ao passo em que se formam no decorrer das etapas do desenvolvimento psicoafetivo, que se inicia ainda no começo da gestação. A personalidade corresponde a uma estrutura adaptável e mutável, pois vai se estabelecendo a partir de fatores hereditários, que incluem toda formação biológica humana e o temperamento, bem como de fatores ambientais, que correspondem a todos os estímulos que vêm do ambiente externo. A junção desses fatores corresponde a tudo que aprendemos e guardamos de informações a cada instante. Essas informações retidas constituem a personalidade, ou seja, a personalidade é o mundo interno dos indivíduos.

O mundo interno, por sua vez, quando colocado para fora possibilita a visão clara do caráter, que é a expressão da personalidade. O modo como o indivíduo mostra para o mundo sua personalidade em conjunto com seu temperamento configura a expressão total humana. Logo, distinguir o caráter de uma pessoa dá ferramentas para um trabalho mais eficiente no reconhecimento da profundidade das ações e alterações essenciais de cada

indivíduo.

A formação do caráter é uma consequência histórica da modificação de certas pulsões pelo ambiente que cerca o recém-nascido. Em última análise, a formação caracterial decorre da necessidade do ser vivo de exprimir-se ou defender-se de certas situações que possam intervir seja do interior, situação intrapsíquica, seja do exterior, situação interpsíquica. (Navarro, 1995, p. 16-17).

Dito isso, é possível inferir a partir da Análise do Caráter um primeiro ponto de tangência entre dança e psicoterapia. Em outras palavras, o fato de Reich trazer a Análise do Caráter como sendo um processo cuja via se dá propriamente na externalização do caráter, possibilita introduzir a dança como uma ferramenta facilitadora expansiva do caráter, totalmente coberta por uma visão analítica.

A dança e a educação somática por meio dos movimentos possibilitam que o corpo possa expressar-se, colocando-se frente a novas descobertas e pesquisas. Porém, nessas abordagens, evidencia-se a falta de suporte frente ao conteúdo do inconsciente e a organização psíquica. Na técnica reichiana, por outro lado, a expressão oriunda da dança pode servir de subsídio para a construção da análise psicoterapêutica. Reich caracteriza que qualquer expressão que não é devidamente analisada ou que não se submeta aos critérios da formalidade psicoterápica está sujeita a uma interpretação errônea: “[...] a nossa interpretação organiza o material inconsciente fornecido pelo paciente e dá-lhe a linguagem da consciência. Sem o material inconsciente não há interpretação. Qualquer outra coisa é análise selvagem.” (Reich, 2013, p. 193). Visto isso, fica evidente que a dança facilita a produção deste material inconsciente sem o qual não há trabalho para a interpretação que faz parte da prática psicoterápica.

Complementando o exposto, é importante pontuar a noção de couraça muscular, a qual só se faz possível entender a partir de sua relação com a construção topográfica do cérebro desenvolvida por Freud – utilizada também por Reich – que o divide em três estruturas: consciente, pré-consciente e inconsciente. A primeira corresponde à menor parte da mente humana, à percepção que age diretamente no que nos é ciente, nas experiências do dia a dia e no aqui e agora, podendo ser percebido e acessado de forma totalmente intencional. Ademais, se relaciona diretamente com a segunda estrutura, o pré-consciente, uma vez que este nível da mente abriga alguns conteúdos acessíveis ao consciente, o que facilita suas funções básicas e o contato com o mundo externo. Porém, os conteúdos do pré-consciente não permanecem ali por muito tempo, principalmente quando agem de forma repressora; tão logo haja repressão, estes processos psíquicos são

transferidos para a terceira estrutura, o inconsciente, que corresponde à maior parte da mente humana e armazena a maior parte dos conteúdos vivenciados na mente. Diante destes conteúdos temos o grande diferencial de Reich, que além de compreender que tais conteúdos podem ser transferidos para o inconsciente, também são transferidos e armazenados no corpo através de couraças musculares – e esse conteúdo inconsciente que, na visão de Freud são trazidos à tona por meio de sonhos, insights e associações livres, Reich elucida que estes conteúdos também são despertados no corpo, através das couraças musculares e trabalhos psico-corporais, como, por exemplo, a dança.

O trabalho sistemático com a técnica da Análise do Caráter levou Reich a descobrir que os distúrbios psicoemocionais estão sempre associados a disfunções anátomo-fisiológicas, que por sua vez fazem parte de um sistema unitário. Este conjunto de disfunções corporais recebeu o nome de couraças musculares, que são tensões crônicas que se formam no corpo ao longo da vida, cuja função é proteger o indivíduo (ego) de experiências dolorosas e ameaçadoras. (Volpi; Volpi, 2003, p. 31).

Dentro deste registro, o corpo possui a história do indivíduo e através dele a Psicologia Corporal pretende resgatar as emoções mais profundas. Seu objetivo principal é o restabelecimento da mobilidade biopsíquica por meio da anulação da couraça muscular (encouraçamento/rigidez) que, como supracitado, pode se dar mediante processos biopsicocorporais. É justamente neste ponto que a dança pode novamente como uma ferramenta auxiliar tanto no diagnóstico da couraça quanto em seu tratamento.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Conforme pretendido no início, este trabalho debruçou-se sobre a questão da dança e seus possíveis desdobramentos terapêuticos, e assim pôde compreender que a dança caminha com o ser humano como forma de expressão de vida, fazendo história e gerando saberes.

O trajeto inicial de compreensão das diferentes formas de percepção da dança ao longo do tempo fez possível concluir que apenas na contemporaneidade, com o advento da dança moderna, ela pôde ser percebida e vivenciada de uma forma mais introspectiva e subjetiva. Este movimento possibilitou a emergência de teorias que fazem uso da dança como elemento gerador de autocuidado, como é o caso da educação somática.

Assim, ainda que a dança seja muito utilizada como entretenimento, seu viés terapêutico nunca esteve tão presente. Diante desta ebulição, é viável pensá-la para além do processo terapêutico e buscar inseri-la no contexto analítico psicoterapêutico, tendo sido essa a

investigação principal deste trabalho.

Por fim, conforme proposto, o diálogo entre dança e Psicologia Corporal se dá a partir do entendimento das noções reichianas de Análise do Caráter e couraça muscular. Uma vez que o trabalho de Wilhelm Reich evidenciou a importância de atentar-se para uma leitura psicoterapêutica do corpo em toda sua expressividade, presença e espontaneidade, é concebível, portanto, estabelecer com a dança a ponte entre o intrapsíquico e o interpssíquico. Assim, essa se mostra, dentro das noções de Psicologia Corporal, como uma ferramenta passível de utilização.

Referências

- ACHCAR, Dalal. **Ballet** – Arte, Técnica e Interpretação. Rio de Janeiro: Cia. Brasileira de Artes Gráficas, 1985.
- AMARAL, Jaime. Das danças rituais ao ballet clássico. **Ensaio Geral**, Belém, ano 1, Belém: Escola de Teatro e Dança da UFPA, v. 1, n. 1, [S3.1], p. 101-105, Disponível em: ufpa.br. Acesso em: 12/08/2026, jan./jun. 2009.
- BOADELLA, David. **Nos caminhos de Reich**. São Paulo: Summus, 1985.
- BOLSANELLO, Débora P. Pilates é um método de educação somática? **Revista Brasileira de Estudos da Presença**, Porto Alegre, Porto Alegre: UFRGS, v. 5, n. 1, p. 101-126, Disponível em: <https://seer.ufrgs.br/index.php/presenca/article/view/46815>. Acesso em: 12/08/2026, jan./abr. 2015.
- BOURCIER, Paul. **História da dança no Ocidente**. São Paulo: Martins Fontes, 2. ed., p. 1-360, 2001.
- DANTAS, Mônica Fagundes. Toda mudança desse dia... uma dança. Uma abordagem histórica da dança artística. In: ENCONTRO NACIONAL DE HISTÓRIA DO ESPORTE, LAZER E EDUCAÇÃO FÍSICA, 2. **Anais...** [S7.1], 1994, Ponta Grossa, v. 1, n. 1, p. 105-115, 1994.
- FARO, Antônio José. **Pequena história da Dança**. Rio de Janeiro: Jorge Zahar, 1986.
- FELDENKRAIS, Moshe. **Consciência pelo movimento**. São Paulo: Summus, v. 5, p. 1-144, 1977. (Novas buscas em Psicoterapia).
- LABAN, Rudolf. **Domínio do Movimento**. São Paulo: Summus, 1978.
- LEITE, Fernanda Hubner de Carvalho. Contato improvisação (contact improvisation) – um diálogo em dança. **Movimento**, Porto Alegre, v. 11, n. 2, p. 89-110, mai-ago / 2005.
- LOMMEL, Andreas. **A arte pré-histórica e primitiva**. Rio de Janeiro: Expressão e Cultura, v. 1, p. 1-175, 1966. (O mundo da arte: enciclopédia das artes plásticas em todos os tempos).
- MAGALHÃES, Marta Claus. A dança e sua característica sagrada. **Existência e Arte**: Revista Eletrônica do Grupo PET – Ciências Humanas, Estética e Artes da Universidade Federal de São

- João Del-Rei, ano 2005, São João del-Rei, v. 1, n. 1, p. 1-10, jan./dez. 2005.
- MEDINA, J. P. **O brasileiro e seu corpo**. 2ª ed. Campinas: Papirus, 1990.
- MENDES, Mirian Garcia. **A Dança**. 2ª ed. São Paulo: Ática, 1987.
- MILLER, Jussara. **Qual é o corpo que dança?** Dança e educação somática para adultos e crianças. São Paulo: Summus, 2012.
- NAVARRO, Federico. **Caracterologia pós-reichiana**. São Paulo: Summus, 1995.
- PILATES, Joseph Hubertus; MILLER, William John. **A obra completa de Joseph Pilates**. Sua saúde e O retorno à vida pela Contrologia. São Paulo: Phorte, 2010.
- PORTINARI, Maribel. **História da Dança**. 2ª ed. Rio de Janeiro: Nova Fronteira, 1989.
- REICH, Wilhelm. **As origens da moral sexual**. Rio de Janeiro: Dom Quixote, 2013.
- SILVA, Maristela M. **Apostila Dança Moderna Educacional**. Viçosa: Universidade Federal de Viçosa, 1985.
- VIANNA, Klauss. **A dança**. São Paulo: Siciliano, 1990.
- VOLPI, José Henrique; VOLPI, Sandra Mara. **Dinâmicas da Psicologia Corporal aplicadas a grupos**. Curitiba: Centro Reichiano, 3. ed., v. 1, p. 1-144, 2017.
- VOLPI, José Henrique; VOLPI, Sandra Mara. **Psicologia Corporal**. Curitiba: Centro Reichiano, v. 3, p. 31, 2003.
- ZOTOVICI, Sandra Aparecida. Elementos sobre história da dança: em torno de Roger Garaudy. In: ENCONTRO NACIONAL DE HISTÓRIA DO ESPORTE, LAZER E EDUCAÇÃO FÍSICA, 3. **Anais...** Curitiba: DEF/UFPR, v. 1, n. 1, p. 337-344, 1995

Credenciais dos autores

Italo Mendonça Adams

Psicólogo, Faculdades Integradas de Ciências Humanas, Saúde e Educação de Guarulhos (FIG). cursando Especialização em Psicologia Corporal, com habilitação para atuar como Psicoterapeuta e Analista Corporal de abordagem reichiana e bioenergética, pelo Centro Reichiano, Curitiba/PR.

Sandra Mara Volpi

Psicóloga (CRP-08/5348) (PUC-PR), Analista Bioenergética (CBT) e Supervisora em Análise Bioenergética (IABSP). Especialista em Psicoterapia Infantil (UTP). Psicopedagoga (CEP-Curitiba). Mestre em Tecnologia (UTFPR). Especialista em Acupuntura clássica e Método Ryodoraku (eletrodiagnóstico computadorizado de medição da energia dos meridianos do corpo) (IBRATE). Diretora do Centro Reichiano, Curitiba/PR.

Como citar este trabalho

ADAMS, Italo Mendonça; VOLPI, Sandra Mara. Terapia em movimento. In: 29, Congresso Brasileiro de Psicoterapias Corporais, 2026. Curitiba: Centro Reichiano. ISBN 978-65-89012-07-8. Disponível em: <https://centroreichiano.com.br/anais/terapia-em-movimento/>. Acesso em: 04/09/2026.