

# A DANÇA, O TRABALHO CORPORAL E A APROPRIAÇÃO DE SI MESMO

Eliane Dias Castro\*

CASTRO, E.D. A dança, o trabalho corporal e a apropriação de si mesmo. *Rev. Ter. Ocup. USP*, 3(1/2):24-32, jan/dez, 1992.

## RESUMO

O trabalho corporal, e em especial a dança, constitui-se em possibilidade de tratamento de pessoas que buscam auxílio psiquiátrico. Foram realizados encontros semanais com usuários do Centro de Atenção Psicossocial Prof. Luís da Rocha Cerqueira (CAPS-SP), ao longo de dois anos (1989-1991), cuja fundamentação teórica baseia-se Rudolf Laban, Gerda Alexander e nas aulas com Naísa França. Os encontros revelaram entre outras coisas, que esta população muito se beneficia de um momento em seu tratamento que lhes dê a vivência do corpo inteiro numa perspectiva de auto-conhecimento e expressão, desencadeando uma disposição para o lúdico, para a comunicação com o outro, e para o conhecimento de si.

## DESCRITORES

Terapia Ocupacional, tendências; Psicoterapia de grupo, tendências; Dança, tendências; Dança, psicologia.

## Ponto de Partida

Localizaremos aqui, mesmo que brevemente, aspectos da metodologia utilizada na organização dos encontros do Grupo de Dança e Expressão Corporal do CAPS, no período entre 1989-1991. A inserção nesta equipe de Saúde Mental, permitiu o acompanhamento deste grupo, caracterizado como uma atividade que compõe o cotidiano e a rotina das pessoas que buscam auxílio psiquiátrico e são atendidas nesta casa.

Após um período de observação e baseando-nos no princípio de "grupo aberto" - que estabelece que a demanda não deve ser selecionada segundo qualquer critério técnico de priorização pré-estabelecida, representando uma forma de trabalhar que não hierarquiza necessidades ou sofrimentos (BARROS, 1990: 126)<sup>3</sup> - todo o usuário presente na casa no dia do encontro era convidado a participar.

Ao chegar para nossos encontros, perguntávamos para cada usuário :

- Você quer dançar hoje? ou,

- Você quer participar da Expressão Corporal?

\* Docente do curso de Terapia Ocupacional da Faculdade de Medicina da Universidade de São Paulo  
Endereço Eliane Dias de Castro. Rua Ourizona, 99 - Pinheiros - CEP 05429-050 - São Paulo, SP

As repostas variavam em:

- 50% das pessoas presentes na casa no dia, se interessavam, e logo vinham compor o grupo;

- aproximadamente, 3 ou 4 pessoas necessitavam de uma argumentação no convite, assegurando ao usuário a possibilidade de "só assistir", e então com esta garantia vinham integrar o grupo;

- em geral, 3 ou 4 pessoas afirmavam categoricamente que não queriam participar, e isto foi respeitado, embora, a cada encontro o convite fosse refeito. Houve eventuais mudanças de atitude: usuários que por algum tempo compunham o grupo e depois se afastavam; ou, em alguns casos, usuários que se lançaram na experimentação da atividade e passaram a integrar o grupo com frequência;

- algumas pessoas nunca participaram do grupo.

Esta forma de proceder configurou-se como a primeira atitude na rotina que caracteriza o eixo do trabalho desenvolvido. Com essa população é importante um acordo claro e preciso, e na prática verificamos ser necessário a reafirmação do acordo a cada encontro.

### Na Sala

Com o grupo reunido, o momento de chegada e encontro dos usuários era orientado no sentido de que as pessoas pudessem vivenciar com atenção este "tempo de chegada", observar individualmente o que era chegar com seu corpo, no espaço e para aquelas pessoas. Assim, as pessoas eram convidadas a perceber que, para cada momento e situação da vida, há uma qualidade de atenção necessária, e para que essa atitude se instale é importante a sua prática. Com os usuários praticamos o despertar da aten-

ção, o que nos introduziu em um ritmo de trabalho que era dado pelas pessoas presentes no dia.

Esse "tempo de chegada" é favorecido através de um acompanhamento paciente e atencioso do coordenador, para facilitar ao usuário a observação nem sempre fácil e tranquila do próprio corpo. Nesse momento, a pessoa poderá iniciar uma conversa com o próprio corpo, descobrir necessidades, sentimentos, perceber o que possui e o que lhe falta - ato que pode gerar angústias - e, através da dança e da expressão corporal encontrar formas e possibilidades de expressão.

Nessa etapa, foi importante deixar um momento, após o "tempo de chegada", para que cada um experimentasse por si o seu repertório de movimentos, possibilitando a observação das dificuldades e facilidades para a improvisação ou para experimentação livre dos movimentos, do tônus e das posturas mais fixadas.

O convite individual, o "tempo de chegada" e a pesquisa do repertório de movimentos estabeleceram uma espécie de ritual nos encontros e permitiram compreender, a cada encontro, quais itens do programa de trabalho poderíamos introduzir no dia. No desenvolvimento do trabalho conjunto, íamos adquirindo conhecimento sobre o que era vital e necessário que estas pessoas aprendessem em relação ao próprio corpo.

Sendo assim, de forma geral, organizamo-nos da seguinte forma:

#### 1) Atividades Dentro da Sala de Dança e Expressão Corporal

- Convite individual para o encontro;
- Tempo de chegada;
- Pesquisa do repertório de movimentos;
- Jogos e Brincadeiras;
- Vivência Corporal\*;
- Encerramento\*\*;

\* Vivência Corporal: dança, expressão corporal, eutonia, massagem, pesquisa dos sentidos, improvisação e criação de movimentos, pesquisa de formas expressivas.

\*\* Encerramento: sempre marcávamos o final do trabalho com algum movimento, jogo ou relaxamento, ou ainda, com conversas e reflexões.

- Registro(realizado somente pela coordenadora).

## 2) Atividades Fora da Sala

- Convite individual para o encontro;
- Tempo de chegada;
- Passeio;
- Encerramento;
- Registro.

## Dança e Expressão Corporal

A dança é uma arte que reúne características fundamentais para a realização do humano em cada indivíduo. A gestualidade, a movimentação, a criatividade e a expressão são partes de sua estrutura. A atividade de dançar dá origem ao conhecimento do corpo, ao conhecimento da relação psique-corpo e ao conhecimento de si. Em sua amplitude, a dança atua no corpo anatômico, no corpo social e no corpo psíquico do homem, tendo assim uma ação importante sobre as condições do contexto em que vivemos.

A dança foi introduzida lentamente: havia uma timidez e um gosto da parte dos usuários em experienciá-la. Utilizamos, para "quebrar o gelo e a timidez", modalidades mais populares da dança como, por exemplo, valsas, rocks e lambadas, sempre estimulando a participação conjunta. Devagar, passamos a dançar outras modalidades e a compor individualmente.

Laban, em sua Teoria do Movimento (LABAN, 1971: 186)<sup>8</sup>, apresenta uma concepção de dança baseada na linguagem do movimento, definida como um sistema de expressão não verbal, advindo em respostas a estímulos internos ou externos, para exprimir idéias, sentimentos, para satisfazer necessidades físicas ou pelo puro prazer de movimentar-se (NEVES, 1987: 12)<sup>11</sup>. Com a convicção de que a dança não deveria ser privilégio de alguns, mas que cada pessoa é um dançarino em potencial, estimulou a par-

ticipação de muitas pessoas para dançarem conjuntamente. Assim, a contribuição individual era essencial para a expressão comum do grupo e o maior beneficiado era o próprio dançarino, pois nessas danças não havia uma preocupação de mostrar algum resultado.

No princípio, a pessoa que se mostra interessada em dançar deve ser animada para que impregne suas próprias idéias e esforços sem correções. Aqui, o uso da repetição é natural. Os movimentos devem incluir todo o corpo, ambos os braços e as pernas e não se deve exigir precisão para não impor restrições à individualidade. A aprendizagem da dança desde suas primeiras etapas, tem como principal interesse ensinar formas de viver, mover-se e expressar-se no ambiente que rege a vida.

O material da dança é o movimento pelo qual queremos significar a interação de esforço e espaço por intermédio do corpo. Um dos seus objetivos é ajudar o homem moderno a encontrar uma relação corporal com uma totalidade da própria existência. O movimento é um traço presente em todas as atividades do homem. Na dança mergulhamos no processo da ação, preocupando-nos com o manejo do seu material que é o próprio movimento.

A atividade criadora apresenta, na opinião de LABAN(1990)<sup>7</sup>, um efeito benéfico sobre a personalidade, é um meio pelo qual se fomenta a expressão artística de maneira criativa e apropriada para o desenvolvimento das pessoas. Seu método consiste em elaborar formas universais básicas de movimento, sua assimilação e reflexos subjetivos, não fundamentando-se na concepção de apresentação externa (LABAN, 1990: 108)<sup>7</sup>.

Uma outra referência utilizada no nosso Grupo de Dança e Expressão Corporal foram os ensinamentos de Naísa França. Bailarina, professora de Expressão Corporal e Arte do Movimento, organizou informações fundamentais relativas à educação na dança e na expressão corporal, que refletem



### ***A apropriação de si mesmo através da dança***

na atenção e no cuidado do corpo e na prática dessa arte. Pesquisando o que estava presente no corpo de cada um de nós no dia do encontro e baseando-nos em sua metodologia na qual "tudo é válido desde que sirva para aproximar a pessoa de seu corpo e para desbloquear os canais expressivos", fomos descobrindo o que é chegar a si mesmo, ao outro e ao espaço. Percebendo pulsações, ritmos, desejos e necessidades, dávamos movimento ao corpo, com a força e a energia, com a angústia, com a preguiça, com a alegria, o sono, a dor que identificávamos naquele dia. Experimentamos a atenção aos mais variados estados existenciais, tentando perceber o dinamismo interno presente no corpo relacionados às diversas experiências de vida. Sua orientação nos dizia:

*"- Aqui e agora o que o corpo pede para fazer? Tragam para cá a perna que ficou esquecida no ônibus, dancem como puderem as cenas que vocês tem em mente. Não paralizem, se deixem circular." (SILVA, 1988:2)<sup>12</sup>.*

Ocorria então uma aproximação, nem sempre fácil e tranquila, do corpo de cada um, uma relação com cada parte. Instalava-se uma "conversa de corpo", fazendo os movimentos que cada pé, perna, tronco iam pedindo, os movimentos que sentiam que precisavam fazer para entrar em contato

consigo mesmo. Percebia-se então a sutileza de diferentes sensações serem descobertas e a força de algumas danças que explodiam, às vezes, espontaneamente.

Esta foi uma importante etapa na construção do conhecimento do corpo, que permitiu um reconhecimento do vivido, e de como o vivido nele se instala. Ao longo dos encontros pudemos ir conhecendo e reconhecendo o corpo dos usuários e o meu, os limites, os ritmos, as formas, tensões e estados emocionais e mentais, a variação da temperatura e os estados de relaxamento.

A volta ao corpo implica um trabalho para que o corpo se desafogue e se desengasgue e possa "tomar a iniciativa de selecionar e usar somente aquilo que lhe convier, se o quiser"(ALVES, 1989: 42)<sup>2</sup>. O trabalho de volta ao corpo reconstitui sentidos. Para ALVES(1989)<sup>2</sup>:

*"Voltar ao corpo como grande razão tem, um sentido político e um sentido pedagógico. Político, porque é o corpo que dispõe de um olfato sensível aos aspectos qualitativos da vida social, em oposição às funções cerebrais, tão ao gosto dos tecnocratas e dos comandantes, que trabalham sobre abstrações quantitativas. Pedagógico, porque a sabedoria do corpo impede de sentir, aprender, processar, en-*

*tender, resolver problemas que não estejam diretamente ligados às suas condições concretas"*(ALVES, 1989: 42)<sup>2</sup>.

Outro aspecto desenvolvido e trabalhado nesta perspectiva, foi a criatividade, estimulada no sentido de que todos pudessem ir criando e improvisando os próprios movimentos, suas próprias coreografias, descobrir novos movimentos, outras possibilidades de aberturas das articulações do corpo, outros ritmos. A dança fluindo de dentro, fortalecendo e estimulando a criatividade, o desenvolvimento da auto-imagem e da autoconfiança.

No decorrer desta prática surgem alterações. À medida que conhecemos os conteúdos presentes no corpo, podemos redimensionar atitudes, reconhecer necessidades, explorar novas percepções e transformar a qualidade da própria vida, e, quando integrada ao cotidiano da pessoa, fornece novos níveis de sensibilidade, percepção e consciência.

A metodologia de trabalho com a dança e a expressão corporal desenvolvida por Naísa França realça pontos praticados por nosso Grupo no CAPS, que situaram-se como ali-cercas da prática desenvolvida. São eles:

- o andamento e a pausa;
- a função lúdica da dança;
- a valorização das relações humanas;
- a auto-avaliação;
- a figura do coordenador como espelho do outro;
- a busca da autonomia.

## **Música e Passeios**

Realizamos, uma série de gravações em fitas cassete com diferentes gêneros de música. A música, o ritmo e a melodia são emissões pulsantes, vitais e, como sugeriu um usuário: - "Coloque músicas porque de-

pois de ouvi-las todo mundo sai feliz!". Em alguns momentos, a música foi tocada (com bambu, violão) e cantada pelos usuários.

No decorrer dos encontros, tivemos com ela uma nova abordagem. De tempos em tempos, foi nossa prática perguntar aos participantes que música eles gostariam de dançar. Esse procedimento surgiu a partir da observação de que, em alguns momentos uma determinada música não trazia o estímulo necessário para envolver o usuário e facilitar o ato de dançar. O importante foi selecionar músicas que se relacionavam com os aspectos culturais da história de cada um, que os envolviam, pois o que os "colocava em movimento" eram principalmente músicas significativas nas suas histórias pessoais.

Um outro objetivo em relação à música era estimular uma participação maior do usuário e de pessoas da Equipe de Saúde Mental do CAPS. Pedimos que as pessoas trouxessem fitas-cassetes ou discos com músicas que gostavam para dançarmos nos encontros. Alguns usuários trouxeram fitas e uma pessoa da Equipe, que gostava muito de música e possuía um acervo bastante diversificado e interessante de discos, com frequência colaborou com o nosso trabalho de selecionar e gravar músicas, durante todo o tempo de realização deste trabalho.

Um leque muito variado de gêneros musicais foi vivenciado: óperas, clássicos, boleros, valsas, rock, música popular brasileira, músicas especiais para relaxamento. O trabalho com a música demandou uma composição atenciosa e lenta, baseada em conversas com usuários e na colaboração mútua entre coordenador, usuário e equipe.

A utilização da música, além de acompanhar os jogos e a dança também apresentou outros desdobramentos. Durante os encontros, alguns usuários puderam tocar violão acompanhados por outras pessoas do grupo, que cantavam ou batiam palmas. Houve também pedidos para que pu-

dessem seguir escutando música após os encontros, o que foi permitido.

Entendemos ser este um recurso importante para a composição do cotidiano destas pessoas, e no CAPS, à música está reservado um momento especial de trabalho.

O passeio surgiu como uma possibilidade de trabalho com o corpo nos dias de sol. Caminhávamos até o Parque do Trianon (localizado próximo ao CAPS). Nele, trabalhamos a atenção no modo de caminhar de cada um, na respiração, nos acontecimentos externos. Quando encontrávamos um lugar para sentar ou deitar, trabalhávamos a observação da luminosidade, das formas das plantas e das construções, dos gestos das pessoas, dos ruídos e sonoridades e das sensações do contato da pele com o sol. No retorno à sala, vivenciávamos uma satisfação na qualidade do trabalho corporal, nas trocas interpessoais que surgiam quando cada um contava um pouco da própria história de vida.

Aqui o fundamental foi estabelecer um diálogo com os usuários. Através dele puderam mostrar o que gostavam e o que não gostavam, o que era muito difícil e quais técnicas iam de acordo com suas necessidades.

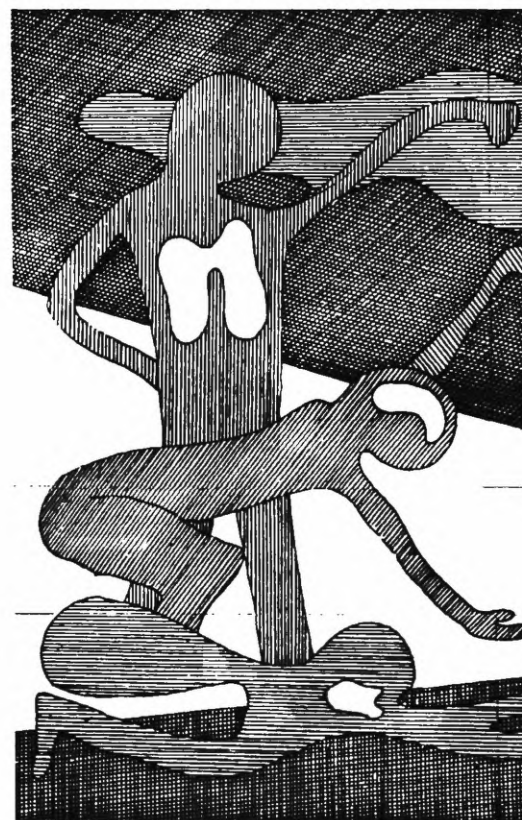
### Trabalho Corporal

Nesse sentido, a Eutonia apresentou-se como uma forma de contato e investigação corporal que auxiliou os usuários a viverem o próprio corpo, desenvolvendo, numa primeira instância, a capacidade de observar sem preconceitos, as reações que nele se produzem. Para a maioria dos usuários foi de grande valor observar as mudanças objetivas que o trabalho apresentou, mudanças que se podem medir como, por exemplo, temperatura, pulsação e tônus.

A Eutonia é um método para o desenvolvimento da percepção corporal, cuja finalidade é permitir ao homem redescobrir sua capacidade máxima de reagir, tanto a nível motor quanto relacional, com a maior liber-

dade possível, dentro dos limites da realidade psicológica de cada um. Seus princípios baseiam-se em informações anatômicas, fisiológicas e físicas; sua prática consiste em convidar o aluno a vivenciá-la no próprio corpo, iniciando com relaxamento sem, contudo, desligar-se ou isolar-se do ambiente. A partir daí, o aluno é conduzido a uma investigação corporal baseada na atenção e observação das partes do corpo e do contato daquelas que estão apoiadas no chão. Essa tarefa serve para desenvolver a capacidade de observar as reações que se produzem no corpo, possibilitando distinguir imaginação e sensação real.

A base do trabalho eutônico está no pressuposto de que todo pensamento, ainda que extremamente abstrato, tem uma repercussão sobre o organismo inteiro, provocando mudanças palpáveis e mensuráveis no tônus muscular e na circulação (ALEXANDER, 1983: 33)<sup>1</sup>. Do mesmo modo, sentimentos como angústia, ódio, ciúme, alegria ou tristeza, são acompanhados de alterações corporais. A eutonia procura criar as condições para que a pessoa observe os processos corporais tal como os experi-



menta em seu organismo num momento determinado.

Um dos pedidos mais frequentes refere-se a introdução de toques e massagens como uma atividade constante nos encontros.

*"O maior sentido do nosso corpo é o tato. Provavelmente é o mais importante dos sentidos no processo de dormir e acordar; informamos sobre a profundidade, a espessura e a forma; sentimos, amamos e odiamos, somos suscetíveis e tocados em virtude dos corpúsculos táteis de nossa pele" (MONTAGÚ, 1988: 21)<sup>10</sup>.*

Porém, sua característica mais importante é que através dela mantemos contato com os outros e com o mundo externo. O ato de tocar fornece a verificação e confirmação da realidade, atesta a existência de uma "realidade objetiva", no sentido de que é alguma coisa fora, que não eu mesmo.

As massagens foram feitas tanto pelo coordenador nos usuários, entre os usuários e pelos usuários no coordenador. Para atendermos a solicitação organizamos da seguinte forma: em primeiro lugar, era importante que cada um experienciasse sua forma de tocar a si próprio e os outros, testando atenção em como tocavam e que sensações individuais surgiam durante o ato de tocar. Num segundo momento, introduzíamos alguns "padrões" de massagem corporal que possibilitassem um maior alívio da atenção em diversas partes do corpo, auxiliando o usuário a trabalhar com atenção todo corpo de seu companheiro, e ao mesmo tempo perceber a experiência sensorial que ocorria em si mesmo.

Pela grande demanda e pela importância do toque e da massagem para a normalização das tensões no corpo, deixamos bastante tempo para esta atividade. Com isso, pudemos introduzir junto ao usuário a noção da importância de tratar a si mesmo com respeito.

*"Quando as coisas se tornarem difíceis, é hora de parar e descansar. O ponto de referência é sempre o seu próprio corpo e não o ambiente em que estamos" (FELDENKRAIS, 1988: 25)<sup>5</sup>.*

O relaxamento físico, com essa população, constitui-se um aprendizado vital. No processo percebemos que era importante tecer uma metodologia flexível, na qual me disciplinei a um ritmo bem mais lento, vagaroso o suficiente para acompanhá-los no enfrentamento de mudanças e na construção do conhecimento do corpo que se esboçava. Meu desejo era poder conhecer como esse gesto estava presente em seus cotidianos. O relaxamento apareceu enquanto necessidade e, aos poucos, introduzimos outras formas para praticá-lo. Valorizando a maneira de relaxar de cada um, estabelecendo momentos de trocas entre os usuários e pesquisando novas posições que auxiliassem no relaxamento muscular, trabalhamos sobre o tema.

Assim, no decorrer dos encontros os usuários passaram a relatar sobre a transposição da experiência da prática do relaxamento para outros momentos de suas vidas, como por exemplo, ao deitar antes de dormir, e até em momentos de insônia.

BASAGLIA(1981: 339)<sup>4</sup> diz que as pessoas que vivem histórias de intervenção psiquiátrica, em geral, sentem-se ameaçadas na sua integridade física e o corpo está no centro da experiência ansiosa, como lugar mais imediato, mais próximo, no qual está focalizado, para elas, qualquer possibilidade de "dano". O corpo, em virtude da ansiedade, torna-se ao mesmo tempo "objeto-instrumento" que a pessoa possui e do qual pode ser privado.

Devido a constância de nosso trabalho, a experiência conduziu-nos a um relacionamento de confiança e trocas. O mais importante foi desmistificar a idéia de um corpo perfeito e pronto, introduzir o conceito do dinamismo de um corpo que precisa ser

retomado e cuidado a cada dia (MAY, 1982: 43)<sup>9</sup>.

Em nossa prática, desenvolvida a cada sete dias, a tônica do trabalho foi "desconstruir" a idéia preconcebida da diferença entre o que é bonito e feio, do que é certo e errado; valorizar a movimentação e expressão de cada um, demonstrando que todos os movimentos eram válidos à medida que eram criados por eles. Devido a isso, houve uma atenção redobrada para que meus movimentos não limitassem a experiência, mas servissem de desencadeamento para novas investigações e novas pesquisas na movimentação de cada um.

O início, a implantação e o desenvolvimento desta prática com a dança e o trabalho corporal caracterizou-se por encontros tímidos, por uma empatia e um respeito pelos usuários que se lançavam ao encontro de seus próprios corpos. A forma de estruturação dos encontros e o número de participantes exigiu a permanência de mais uma pessoa da equipe durante o trabalho. Ficou evidente a necessidade de desenvolver um trabalho com uma atenção mais individualizada.

A alegria dos usuários em moverem-se e o prazer de realizarem uma atividade como a dança, onde cada um experienciava seu potencial, fez com que um grande número de usuários se identificasse e participasse com frequência do Grupo de Dança e Expressão Corporal. O repertório de movimentos de cada um foi ampliado, houve pesquisas de novas posturas e novos movimentos. Os encontros ganharam ritmo e fluíram para a conscientização do corpo e do espaço. Ao longo do tempo, passaram a exprimir suas necessidades, seus pedidos e suas propostas de atividades corporais - este fato caracterizou uma fase da construção do conhecimento do corpo.

#### **Para terminar**

Verificamos, ao analisar o trabalho desenvolvido e realizado, que se instalou um

dinamismo complexo e intenso em relação à movimentação, à atividade de dançar, ao trabalho corporal e à apropriação por parte dos usuários dos vários aspectos que surgiram. Sem dúvida, a construção de uma metodologia de trabalho junto aos usuários permitiu uma aproximação e um conhecimento das reais necessidades dessa população em relação a seus corpos.

A urgência do resgate do ato de tocar configurou-se como um trabalho muito especial, como algo a muito esquecido, guardado e não utilizado. Encorajados em experienciar suas próprias formas de tocar, aos poucos foram vivenciando o toque de forma lúdica, através dos jogos e compreenderam e expressaram a necessidade de tocar e serem tocados, apropriando-se e praticando esta forma de contato.

A dança propiciou a vivência de uma linguagem não-verbal, na qual a pessoa depara-se com seu potencial gestual e de movimentação, trazendo-o, assim, à luz da consciência. Recupera ao homem a importância de seus gestos como um potencial criador. E, para que o homem realize este potencial, é necessário que cada um possa crescer em seu tempo vital, e possa amadurecer e integrar-se como ser individual e cultural (FUX, 1983: 89)<sup>6</sup>.

Junto aos usuários do CAPS, a dança e a expressão corporal apresentaram-se como uma atividade que despertou a vontade do autocuidado e um novo contato e aprendizado em relação aos próprios corpos - uma nova forma de prestar atenção na linguagem que o corpo nos ensina, nas necessidades de movimentação e na discriminação de sensações.

Em cada encontro, buscamos novas situações para estimular as possibilidades que estavam dentro de todos. O fundamental foi acreditar - mesmo quando nos deparamos com a aridez e com os desertos que as dificuldades do trabalho apresentaram - na nossa curiosidade e no potencial de investigar com paciência as questões que o grupo trazia.



No decorrer do processo, ficou clara a importância de realizar um trabalho pessoal antes dos encontros, onde eu pudesse trabalhar minhas tensões, apreensões e cansaços antes de ir de encontro ao grupo: era necessário que eu garantisse uma qualidade em minha disponibilidade para nossos encontros. Para tanto, realizei alguns relaxamentos, trabalhos com a eutonia, enfim, práticas

que me pusessem em sintonia pessoal e que me possibilitassem "dançar junto com eles".

Nas propostas de atenção em Saúde Mental, há a necessidade de muitas intervenções e projetos para a emancipação e tratamento que juntos se complementam. O trabalho corporal, a dança e a expressão corporal correspondem a uma possibilidade, a um pequeno tijolo dentro de uma rede muito complexa e carente de recursos.

CASTRO, E.D. Dance, body work's and self appropriation. *Rev. Ter. Ocup. USP*, 3(1/2):24-32, 1992.

## ABSTRACT

The body work's, and in special contents the dance, constitute one possibility on the treatment of people that search for psychiatric help. A study about dancing and body expression has been developed at Centro de Atenção Psicossocial Prof. Luis da Rocha Cerqueira (CAPS-SP), along two years weekly meetings. A study program has been organized, fundamentally based on Rudolf Laban, Gerda Alexander and on the classes with Naísa França. The meetings has revealed, among other things, that this people take a great advantage of a moment in their treatment, possibiliting a living of the whole body in inner self-knowledge perspective, so as expression, allowing a disposition to the play, to communication with other, and to self-care.

## KEY WORDS

Occupational Terapy, trends; Psychoterapy group, trends; Dancing, trends; Dancing, psychology.

## REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. ALEXANDER, G. *Eutonia: um caminho para a percepção corporal*. São Paulo, Martins Fontes, 1983.
2. ALVES, R. *Conversas com quem gosta de ensinar*. São Paulo, Cortez, Autores Associados, 1989.
3. BARROS, D. D. *A desinstitucionalização italiana: a experiência de Trieste*. São Paulo, 1990. Dissertação (mestrado) - Pontifícia Universidade Católica de São Paulo.
4. BASAGLIA, F. *Scritti II*. Torino, Giulio Einaudi, 1981.
5. FELDENKRAIS, M. *Vida e movimento*. São Paulo, Summus, 1988.
6. FUX, M. *Dança, experiência de vida*. São Paulo, Summus, 1983.
7. LABAN, R. *Dança educativa moderna*. São Paulo, Ícone, 1990.
8. LABAN, R. *Domínio do movimento*. São Paulo, Summus, 1971.
9. MAY, R. *A coragem de criar*. Rio de Janeiro, Nova Fronteira, 1982.
10. MONTAGÚ, A. *Tocar: o significado humano da pele*. São Paulo, Summus, 1988.
11. NEVES, M. R. de M. S. *Dança: arte do movimento para crianças deficientes auditivas*. São Paulo, 1987. Dissertação (mestrado) - Pontifícia Universidade Católica de São Paulo.
12. SILVA, R.J.G. *Relato da minha experiência em dança*. In *Curso da Dança Educacional*. São Paulo, Instituto de Psicologia, Universidade de São Paulo. São Paulo, 1988

Recebido para publicação em: 20/01/92

Aceito para publicação em: 05/02/92