

INSTITUTO FEDERAL DE EDUCAÇÃO, CIÊNCIA E TECNOLOGIA DE GOIÁS
CAMPUS APARECIDA DE GOIÂNIA
LICENCIATURA EM DANÇA

Victória Alves de Lima

Florescendo na Dança

Relações entre Educação Somática e técnica Klauss Vianna na formação
dos Licenciandos em Dança do IFG

Aparecida de Goiânia

2019

Victória Alves de Lima



INSTITUTO FEDERAL
Goiás

MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO
SECRETARIA DE EDUCAÇÃO PROFISSIONAL E TECNOLÓGICA
INSTITUTO FEDERAL DE EDUCAÇÃO, CIÊNCIA E TECNOLOGIA
PRÓ-REITORIA DE PESQUISA E PÓS-GRADUAÇÃO
SISTEMA INTEGRADO DE BIBLIOTECAS

TERMO DE AUTORIZAÇÃO PARA DISPONIBILIZAÇÃO NO REPOSITÓRIO DIGITAL DO IFG - ReDi IFG

Com base no disposto na Lei Federal nº 9.610/98, AUTORIZO o Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia de Goiás, a disponibilizar gratuitamente o documento no Repositório Digital (ReDi IFG), sem ressarcimento de direitos autorais, conforme permissão assinada abaixo, em formato digital para fins de leitura, download e impressão, a título de divulgação da produção técnico-científica no IFG.

Identificação da Produção Técnico-Científica

- | | |
|--|---|
| ☐ Tese | ☐ Artigo Científico |
| ☐ Dissertação | ☐ Capítulo de Livro |
| ☐ Monografia – Especialização | ☐ Livro |
| ☒ TCC - Graduação | ☐ Trabalho Apresentado em Evento |
| ☐ Produto Técnico e Educacional - Tipo: _____ | |

Nome Completo do Autor:

Matrícula:

Título do Trabalho:

Autorização - Marque uma das opções

- ☒ Autorizo disponibilizar meu trabalho no Repositório Digital do IFG (acesso aberto);
- ☐ Autorizo disponibilizar meu trabalho no Repositório Digital do IFG somente após a data ____/____/____ (embargo);
- ☐ Não autorizo disponibilizar meu trabalho no Repositório Digital do IFG (acesso restrito).

Ao indicar a opção **2 ou 3**, marque a justificativa:

- ☐ O documento está sujeito a registro de patente.
☐ O documento pode vir a ser publicado como livro, capítulo de livro ou artigo.
☐ Outra justificativa: _____

DECLARAÇÃO DE DISTRIBUIÇÃO NÃO-EXCLUSIVA

O/A referido/a autor/a declara que:

- o documento é seu trabalho original, detém os direitos autorais da produção técnico-científica e não infringe os direitos de qualquer outra pessoa ou entidade;
- obteve autorização de quaisquer materiais inclusos no documento do qual não detém os direitos de autor/a, para conceder ao Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia de Goiás os direitos requeridos e que este material cujos direitos autorais são de terceiros, estão claramente identificados e reconhecidos no texto ou conteúdo do documento entregue;
- cumpriu quaisquer obrigações exigidas por contrato ou acordo, caso o documento entregue seja baseado em trabalho financiado ou apoiado por outra instituição que não o Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia de Goiás.

Cyaneide de Almeida 28/01/2020
Local Data

Victória Ribeiro de Almeida
Assinatura do Autor e/ou Detentor dos Direitos Autorais

Florescendo na Dança

Relações entre Educação Somática e técnica Klauss Vianna na formação dos Licenciandos em Dança do IFG

Trabalho de Conclusão de Curso no formato de monografia apresentado ao Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia de Goiás IFG - Campus Aparecida de Goiânia, como requisito parcial para obtenção do grau de Licenciada em Dança.

Orientação: Profa. Me. Tainá Barreto.

Aparecida de Goiânia

2019

Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP)

L732 Lima, Victória Alves de

Florescendo na dança: relações entre educação somática e técnica Klauss Vianna na formação dos licenciandos em dança do IFG/ Victória Alves de Lima. - Aparecida de Goiânia, 2019. - 57f. il.

Orientadora: MP. Tainá Barreto.

Trabalho de conclusão de curso (graduação) – Instituto Federal de Educação Ciência e Tecnologia de Goiás: Campus Aparecida de Goiânia, Licenciatura em Dança, 2019.

1. Dança. 2. Educação somática. 3. Técnica Klauss Vianna,. 4. Práticas pedagógicas. I. Título

CDD792.8

Catalogação na publicação:
Suzane Gonçalves Duarte – CRB 1/2746



TERMO DE APROVAÇÃO

VICTORIA ALVES DE LIMA

Florescendo na Dança: Relações entre Educação Somática e técnica Klauss Vianna na formação dos Licenciandos em Dança do IFG

Trabalho de conclusão de curso de graduação apresentado ao Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia de Goiás – Campus Aparecida de Goiânia como requisito parcial para a obtenção do título de *Licenciada em Dança*, desenvolvido na linha de pesquisa Práticas Docentes e Processos Pedagógicos em Arte, sob a orientação da Prof. Me. Tainá Barreto.

Aprovado em 03 de dezembro de 2019.

BANCA EXAMINADORA

Profa. Me. Tainá Dias de Moraes Barreto (Presidente - orientadora)

Profa. Me. Elisa Abrão (Membro externo)

Profa. Dra. Luciana Gomes Ribeiro (Membro interno)

AGRADECIMENTOS

Eu só poderia começar essa escrita agradecendo a Deus, se não fosse ele jamais teria tido a oportunidade de chegar nesse momento tão especial da vida. Deus que sempre cuidou de mim e me protegeu me dando forças para continuar quando pensei em desistir e iluminando meu caminho para que eu conseguisse realizar esse sonho. Sinto-me uma pessoa abençoada por Deus.

Agradeço a minha família, que sempre esteve do meu lado me proporcionando amor e carinho. Minha família que me incentivou a viver meus sonhos e fazer aquilo que amo, além de me dar apoio e aconchego nas horas boas e ruins dessa minha jornada. Sou grata por uma família tão presente e amorosa, que viveu comigo todas as frustrações, derrotas, medos, vitórias e conquistas ao longo dessa graduação.

Especialmente aos meus pais, Josiane e Divino, eu agradeço por me darem a oportunidade de estudar. Meus pais que me deram a vida e jamais soltaram a minha mão, sempre cuidando e ajudando no que estava ao seu alcance. Mãe e Pai eu agradeço vocês por tudo que tenho e sou e afirmo que eu amo vocês incondicionalmente.

Para Deus e minha família não existem palavras suficientes que possa expressar toda a minha gratidão. Sinto me honrada por ter pessoas tão especiais em minha vida que me ajudaram a chegar ao final dessa graduação. Agradeço a cada palavra de apoio quando pensei em desistir, agradeço por cada beijo na testa quando pegava a estrada para ir estudar, agradeço por cada ligação preocupada em que horas iria chegar, agradeço por me incentivar a aprender mais e lutar pelo que sonho. Enfim, agradeço por tudo.

Também gostaria de agradecer ao IFG e ao próprio curso de Dança que considero um presente na minha vida. Nesse lugar pude ter a oportunidade de adquirir um conhecimento riquíssimo através da graduação. O IFG me transformou para melhor e me apresentou um universo grandioso em conhecimento, além de que me incentivou a ser um ser humano mais reflexiva, crítica e sensível.

Por fim agradeço a Dança que fez com que eu me reconhecesse um ser potente e capaz de realizar meus sonhos, além de me ensinar a superar meus limites e me aceitar corporalmente. A Dança me fez um ser humano mais florido e uma artista que segue se reconhecendo e se reinventando a cada dia por meio da vida dançante.

LISTA DE FIGURAS

Figura 1. Grupo de Pesquisa. 2019/1 Foto: Victória Alves. (Acervo pessoal).....	25
Figura 2. Flor onze horas. Foto: Victória Alves.....	30
Figura 3. Pesquisa de campo: alunos e alunas do primeiro período de Dança, na disciplina de Estudos do Movimento e Práticas Corporais 1. 2019/1. Foto: Victória Alves.....	31
Figura 4. Pesquisa de campo: alunos e alunas do primeiro período de Dança, na disciplina de Estudos do Movimento e Práticas Corporais 1. 2019/1. Foto: Victória Alves.....	34
Figura 5. Pesquisa de campo: alunos e alunas do primeiro período de Dança, na disciplina de Estudos do Movimento e Práticas Corporais 1. 2019/1. Foto: Victória Alves.....	35
Figura 6. Pesquisa de campo: alunos e alunas do primeiro período de Dança, na disciplina de Estudos do Movimento e Práticas Corporais 1. 2019/1. Foto: Victória Alves.....	36

RESUMO

O presente estudo tem como objetivo refletir sobre as relações entre Dança e Educação Somática, a partir da técnica de Klauss Vianna na formação dos Licenciandos em Dança do IFG. Partindo da perspectiva de que o aluno de graduação em Dança nem sempre tem experiência corporal prévia, bem como da ideia de que é possível trabalhar com diferentes corpos em uma mesma sala de aula, acredito ser importante estimular que o aluno de graduação em Dança reconheça suas limitações e, através da consciência corporal, possa encontrar suas potencialidades. A técnica proposta por Klauss Vianna é uma abordagem somática de Dança que busca estimular o dançar de cada indivíduo, não limitando a Dança como privilégio de bailarinos ou artistas em geral, mas sim uma Dança para todos, valorizando as experiências e o potencial expressivo de cada um. Além de refletir sobre os preceitos da Educação Somática e aprofundar estudos práticos e teóricos sobre técnica Klauss Vianna, este estudo visa pontuar os ganhos e transformações que se dão nos alunos do curso de Dança quando em contato com tais pensamentos e metodologias de Dança. Essas pontuações e problematizações serão tecidas a partir da exposição e de uma reflexão crítica da minha própria experiência e da observação, em caráter de pesquisa de campo, do processo dos alunos ingressantes no curso de Licenciatura em Dança no primeiro semestre de 2019. A pergunta que move o estudo é: como essa experiência, que acontece primeiramente em nós mesmos, tem potencial de reverberar em nossa futura atuação docente? Somado a isso, pretende-se refletir sobre as concepções de corpo e Dança inerentes às abordagens somáticas do movimento. Desse modo, essa pesquisa poderá contribuir com reflexões artísticas e pedagógicas sobre o fazer-pensar do corpo para os pesquisadores da área.

Palavras-chave: Dança, Educação Somática, Técnica Klauss Vianna, Práticas Pedagógicas.

ABSTRACT

This study aims to reflect on the relationship between Dance and Somatic Education, based on the technique of Klauss Vianna in the academic education of Dance undergraduate students at IFG. Starting from the perspective that the undergraduate dance student does not always have previous body experience, as well as the idea that it is possible to work with different bodies in the same classroom, I believe it is important to encourage the undergraduate dance students to recognize their limitations and develop their potentialities through body awareness. The technique proposed by Klauss Vianna is a somatic approach that seeks to stimulate the dance of each individual, not limiting dance as a privilege for dancers or artists, but a dance for all. This technique praises the experiences and expressive potential of each one. We aim to reflect on the concepts of Somatic Education and deepen practical and theoretical studies on Klauss Vianna technique. In this study, we also aim to punctuate the gains and transformations that the undergraduate Dance students at IFG can experience when in contact with such thoughts and methodologies of dance. The considerations will be done based on my own experience as a Dance student and the observation, as a field research, of the process of students entering the Dance course in the first semester of 2019. The main question of the study is: How does this experience, which happens primarily in ourselves, can reverberate in our future teaching performance? In addition, we intend to reflect on the conceptions of body and dance inherent in somatic approaches of movement. This research may contribute to the intellectual production for researchers in this area, and also to the artistic and pedagogical experiences that praise the body thinking.

Keywords: Dance, Somatic Education, Klauss Vianna Technique, Pedagogical Practices.

SUMÁRIO

Apresentação: Flor em Botão.....	08
Capítulo 1: Criando raízes.....	12
1.1 Educação Somática: corpo, soma, totalidade.....	12
1.2 Klauss Vianna: uma vida dedicada à Dança	15
1.2.1O bailarino, coreógrafo e pesquisador.....	15
1.2.2A técnica: movimento consciente.....	17
Capítulo 2: Florescer	21
2.1A disciplina de <i>Estudos do Movimento e Práticas Corporais I</i> : uma experiência pessoal e reveladora.....	23
2.2A pesquisa de campo: um olhar para o corpo do outro.....	31
Capítulo 3: Semeando	
Relações entre Educação Somática, técnica Klauss Vianna e Dança.....	38
Considerações finais: Novas sementes.....	46
Referências	48

FLOR EM BOTÃO

*A arte é, antes de tudo,
um gesto de vida.
Klauss Vianna.*

A Dança foi um florescer corporal na minha vida. É a partir dessa metáfora que desenvolvo minhas reflexões, iniciando com uma introdução na qual eu me visualizo como uma flor ainda em botão.

Desde criança sou uma pessoa sensível, criativa e que valoriza os pequenos detalhes da vida. Desde cedo percebi um toque artístico dentro de mim. A arte sempre esteve comigo, pois até os simples momentos do dia a dia eu apreciava com um olhar poético e os tornava mais surpreendentes. Vivia em um mundo mais sonhador e afetuoso, a cabeça lá na lua e os pés voando alto, cheia de sonhos artísticos.

Sou apaixonada pela Dança e pelas Artes como um todo. Fiz aulas de teatro e interpretação para câmera durante um bom tempo. Hoje sou uma artista da Dança em formação, mas não fiz aulas em academias antes de ingressar no curso de Licenciatura em Dança. De todo modo, dançar sempre fez parte da minha vida.

Dancei ouvindo música enquanto limpava a casa, ou dancei nas festas de família em que a Dança e a música estavam presentes. Também dancei na escola em algumas apresentações amadoras. Colocava meu fone de ouvido e me desconectava do mundo exterior, curtindo a minha dança, que me levava para outro estado de espírito. Para um mundo que era só meu. Dançava por felicidade, mas, nessa época, dançava sem me perceber potente. Eu não tinha o menor conhecimento sobre o que seria consciência ou percepção corporal. O meu conhecimento sobre Dança e movimento era pouco, pois tinha certo distanciamento do meu próprio corpo.

Quando ingressei no Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia IFG, em 2016, no curso de Licenciatura em Dança, tinha em mente que um curso de Dança era para aprender todas as danças: balé, danças urbanas, dança de salão, entre outras. Esse na verdade era o pensamento de muita gente que ingressou nesse curso. Pensávamos “Vamos aprender a Dançar” ou “Vamos ser bailarinas”, entre outras expectativas. No começo não entendia muito bem qual era a proposta do curso, fiquei

perdida, confusa e me questionava diversas vezes o que eu estava fazendo ali. Não tinha compreensão do grande potencial que é uma Licenciatura em Dança.

Pensei em desistir diversas vezes. Achava que estava perdendo tempo, assim como algumas pessoas do meu convívio que também não tinham conhecimento sobre o curso de Dança. Eu era questionada: o que você faz nesse curso? Você só dança? Dança é curso? Você vai ser bailarina? Entre outras. Foi uma batalha desconstruir esse pensamento, tanto em mim quanto nos outros. Hoje as pessoas ao meu redor valorizam o que faço, compreendem a importância, e me incentivam a cada dia aprender mais.

Nos primeiros momentos da Licenciatura em Dança, “o corpo” para mim não era um lugar de possibilidades e desenvolvimento. Eu não tinha consciência do meu próprio corpo e de como ele é capaz de realizar movimentos incríveis, assim como ter uma percepção maior de mim mesma. Eu não sabia, ainda, que o corpo e a Dança podem ser uma expressão/linguagem artística.

Durante um bom tempo tive “problemas” com meu próprio corpo, toda vida fui muito magra e isso me gerava desconforto. As pessoas às vezes faziam comentários maldosos como, por exemplo, “Seu corpo é muito magro”, “Você não é saudável porque é muito seca”, “você tem anorexia”? A própria mídia impunha um molde de corpo “perfeito” no qual eu não me encaixava. E isso foi me afetando de forma negativa e me trazendo problemas graves de baixa autoestima e não aceitação.

Esse pensamento do corpo “perfeito” e de virtuosismo é forte na sociedade e em alguns contextos de Dança, inclusive. Quando entrei na faculdade as pessoas me diziam que eu não tinha corpo de bailarina. Até brincavam que eu tinha que comer muita batata doce para ter um corpo adequado para a Dança. Esse e outros comentários são uma prova de como os princípios são distorcidos e de que como a sociedade nos torna reféns de padrões de beleza que cada vez mais criam corpos automatizados e distantes da sensibilidade. Faz-se necessário desconstruir padrões para que todo e qualquer corpo seja reconhecido como potente.

Essa situação de não aceitação e baixa autoestima se transformaram quando entrei na faculdade de Dança. Ao longo do curso fui criando consciência de mim e de como meu corpo é potente. Passei a me (re)conhecer, a me aceitar e a me amar como eu sou, o que para mim significou superação, aceitação e crescimento. Passei a compreender, também, que meu corpo tem inteligência e produz conhecimento saudável sobre si mesmo.

No decorrer do curso tive acesso a ferramentas e conteúdos que me fizeram ampliar o meu entendimento sobre Dança, corpo e a importância de um curso superior nessa área. Hoje compreendo que é um curso riquíssimo não somente em conhecimento corporal, mas em conhecimento reflexivo, crítico e humano. A Dança é uma linguagem essencial na vida das pessoas, pois ela aguça a criatividade e a sensibilidade, além de que estimula um olhar mais crítico, humano e reflexivo sobre si, os outros e o mundo.

Dentre as muitas ferramentas e conteúdos que o curso de Dança me ofereceu, o que marcou minha trajetória acadêmica mais fortemente foi o contato com o trabalho corporal de Klauss Vianna. Ele foi bailarino, coreógrafo, professor de Dança e pesquisador do movimento por aproximadamente quarenta anos, dedicou-se a um trabalho de observação e pesquisa das estruturas do corpo e do movimento humano.

Esse contato aconteceu na disciplina de *Estudos do Movimento e Práticas Corporais I*, ministrada pela professora Tainá Barreto¹. Nos domínios dessa disciplina somos convidados a fazer um mergulho em nós mesmos, nos investigando, nos escutando e nos (re)conhecendo corporalmente. Aprendemos sobre o aparelho locomotor, sobre realinhamento ósseo e sobre desfazer padrões cristalizados de movimento e postura.

Essa experiência me auxiliou no processo de criar autonomia, aprender a pesquisar a mim mesma e tornar o meu movimento consciente. Passei a estar em constante aprendizado e transformação. Uma característica importante é que nesse processo, os limites do meu corpo foram respeitados, assim como minhas particularidades, lembranças e experiências.

A prática construída por Klauss Vianna pode ser considerada uma abordagem somática do movimento e se insere em um campo de conhecimento maior, a Educação Somática, que articula saberes da Saúde, da Educação e da Arte. A Educação Somática é considerada, atualmente, um campo de estudos do movimento humano, que consiste em técnicas corporais nas quais o praticante tem uma relação consciente com o próprio corpo.

¹Bacharel e licenciada em Dança pela UNICAMP, Especialista em Dança pela Faculdade Angel Vianna FAV, mestre em Arte pela UNB. Atua como dançarina, criadora, educadora do movimento e pesquisadora das culturas tradicionais brasileiras. É docente da Licenciatura em Dança do IFG / campus Aparecida de Goiânia desde 2016.

É a partir de reflexões que conectam o campo da Educação Somática às práticas de Dança, alimentadas pela minha própria experiência enquanto estudante da Licenciatura em Dança do IFG, que encontrei motivação para desenvolver esse Trabalho de Conclusão de Curso. Foi a partir desses pontos que nasceu a minha fonte de pesquisa e onde me apaixonei pela técnica Klauss Vianna. A pesquisa é referenciada por autores que dialogam com minha vivência, e que contribuem para uma escrita crítica e reflexiva que passou a fazer parte do meu processo de florescer corporal.

As problematizações serão tecidas a partir de dois eixos de análise: A) reflexão crítica acerca da minha trajetória em Dança e, em específico, a experiência com a técnica Klauss Vianna nos domínios da disciplina de *Estudos do Movimento e Práticas Corporais 1* e também no grupo de pesquisa² complementar a essa disciplina; B) análise/observação, em caráter de pesquisa de campo, do processo de ensino-aprendizagem em Dança dos alunos ingressantes na Licenciatura em Dança do IFG, no primeiro semestre de 2019.

No primeiro capítulo foco na vida e técnica de Klauss Vianna que é a principal referência dessa pesquisa. Também discorro sobre os conceitos da Educação Somática, que têm uma abordagem ampla e que reverberam em concepções de corpo de interesse à Dança, quando perseguimos uma prática em que o indivíduo entre em contato com suas subjetividades.

No segundo capítulo me dedico às experiências práticas, relatando sobre o curso de Dança, a disciplina de *Estudos do Movimento e Práticas Corporais I* e o grupo de pesquisa. Viso descrever a minha experiência com a técnica de Klauss Vianna e também compartilho a pesquisa de campo desenvolvida junto aos alunos do 1º período do curso de Dança.

No terceiro capítulo relaciono os conceitos e a experiência prática refletindo sobre as relações entre Educação Somática, técnica Klauss Vianna e Dança. Tentando responder a pergunta principal dessa pesquisa: como essas experiências de descobertas pessoais podem influenciar nossa atuação docente? Pretendo problematizar e refletir sobre práticas pedagógicas de Dança que valorizam o indivíduo e não a forma.

² O Grupo de Estudos complementar à disciplina de *Estudos do Movimento e Práticas Corporais I* é conduzido pela professora Tainá e se relaciona com as atividades do projeto de pesquisa “Flymoon e Instabilidade Poética; uma experiência junto aos estudantes de Dança do IFG”, em andamento no campus Aparecida de Goiânia. Os laboratórios práticos visam aprofundar estudos sobre práticas somáticas, com ênfase na *instabilidade* a partir do trabalho corporal sobre o aparelho de Flymoon, criado pela dançarina e instrutora de Pilates Clara Trigo.

1 CRIANDO RAÍZES

*Não decore os passos,
aprenda o caminho.
Klauss Vianna*

O primeiro capítulo desse trabalho é dedicado a aprofundar estudos sobre a Educação Somática - campo de saber amplo que articula diferentes dimensões do movimento humano e a vida e técnica de Klauss Vianna - compreendida como uma abordagem somática de movimento pioneira do Brasil. Considero essas as bases fundamentais do meu processo de autoconhecimento e desenvolvimento na Dança, as quais me foram oportunizadas na trajetória de estudante da Licenciatura do IFG. É neste primeiro capítulo que apresento os embasamentos conceituais do trabalho. É nessa parte da escrita que busco criar as raízes do que visualizo mais tarde como meu processo de desabrochar ou florescer na dança.

1.1 Educação Somática: corpo, soma, totalidade

O termo Educação Somática foi definido pela primeira vez por Thomas Hanna em 1983, e é considerado, atualmente, um campo de estudos do movimento humano, que consiste em técnicas corporais nas quais o praticante tem uma relação consciente com o próprio corpo. O norte-americano Thomas Hanna definiu assim a Educação Somática: “[...] a arte e a ciência de um processo relacional interno entre a consciência, o biológico e o meio ambiente, estes três fatores sendo vistos como um todo agindo em sinergia.” (MIILER, 2016, p.25-26).

Thomas Hanna também definiu o termo “soma” que se associa à compreensão não de corpo, mas de “eu, o ser corporal” em sua totalidade. O soma também pode ser compreendido pelo corpo como experiência dos indivíduos, sendo um princípio norteador das práticas somáticas. Assim o corpo soma pode ser entendido como vida, o corpo vivo, em uma relação desenvolvida pela vivência, percepção e sensação.

A Educação Somática valoriza o indivíduo e sua particularidade, é uma perspectiva que aprecia as descobertas pessoais e a potencialidade do movimento de

cada um. É uma educação que visa o corpo em sua totalidade, assim como direcionar o corpo para a autorregulação em seus aspectos físico, psíquico e emocional.

A Educação Somática é um jovem campo disciplinar que se interessa pela aprendizagem e a consciência do corpo em movimento no interior de seu meio. No processo educativo o professor propõe o ensino através da palavra, ou ainda pelo gesto ou o tocar. Dando atenção à descoberta pessoal de movimentos e sensações próprias de cada aluno.

Barreto (2019) reflete sobre a Educação Somática ser um conjunto de técnicas que passaram a ser desenvolvido a partir dos anos 30, principalmente nos Estados Unidos e na Europa, com vistas a promover certa consciência de corpo, o cuidado de si nas dimensões terapêuticas, de saúde e de auto cura. Essas práticas somáticas ou, ainda, abordagens somáticas do movimento, foram bastante difundidas a partir dos anos 60 e 70, passando a ter foco no campo das Artes e nas práticas de Dança.

Esse conjunto de técnicas consideradas como abordagem somática oportuniza que cada pessoa se conecte consigo mesma, com sua forma única de mover e de ser no mundo. Contrapondo ao pensamento mecanicista de formas estereotipadas de movimento. São exemplos de práticas de Educação Somática as técnicas de Mathias Alexander; Moshe Feldenkrais; o Pilates; a Eutonia; a Ginástica Holística; a recente proposta de Flymoon e Instabilidade Poética de Clara Trigo, e também o trabalho de Klauss Vianna. Sendo que as duas últimas podem ser enaltecidas no contexto contemporâneo nacional de formação e pesquisa em Dança por se tratarem de trabalhos brasileiros.

Os principais pesquisadores da Educação Somática passaram a investigar o movimento através dos seus próprios corpos, sendo um princípio da prática somática a escuta do corpo e o (re)conhecimento de si. Essa investigação do indivíduo no seu corpo acontece de forma gradual, assim a percepção corporal vai se tornando parte do indivíduo no processo. A seguir, trago dois exemplos de técnicas de Educação Somática que foram criadas a partir das especificidades de seus criadores e de certa necessidade de auto cura.

Mathias Alexander foi um ator australiano especializado na declamação, sendo que no auge de sua carreira, perdeu a voz. Decepcionado com a medicina tradicional que era incapaz de resolver seu problema dedicou-se pessoalmente a seu tratamento. Alexander começou a desenvolver uma série de exercícios que resultaram num sistema

de reeducação corporal conhecido como Técnica Alexander. O seu trajeto justifica a sua técnica.

Moshe Feldenkrais pertencia ao mundo das ciências, era um matemático, doutor em física e apaixonado pelo esporte. Foi num jogo de futebol que sofreu uma lesão grave no joelho. Não convencido que a única solução fosse operar, começou a estudar anatomia e cinesiologia. Por meio dos seus estudos e experimentações definiu dois métodos: Integração funcional e Consciência corporal pelo movimento.

O educador somático ajuda na prevenção e dependendo do caso na manutenção da saúde do corpo, estimulando o aluno a conhecer o seu próprio corpo, suas limitações e possibilidades de movimento. A Educação Somática é um trabalho sobre a consciência de si mesmo, e por isso resulta em infinitas possibilidades. Pode ter desdobramentos terapêuticos, uma vez que toca a psique, mas ainda assim, não pode ser considerada Terapia.

Nesse sentido, a Educação Somática é uma proposta de trabalho de escuta do corpo e (re)conhecimento corporal, para autorregulação do indivíduo. Essa transformação do corpo sedentário e sem vida que passa a ser um corpo soma/vivo acontece no caminho de forma gradual ao longo das aulas ou sessões. O processo é como um florescer corporal, no qual o aluno torna-se consciente de seu corpo através da escuta de si.

Outra característica marcante das práticas de educação somática, que também encontra consonância nas configurações contemporâneas de dança, é a valorização do comportamento singular. O modo individual de organizar o movimento, a memória autobiográfica e única, o movimento singular de um, pois dançarino, são atributos que ganham destaque (DOMENICI, 2010, p. 79).

As diversas técnicas de Educação Somática, a maioria delas advindas dos Estados Unidos e da Europa, tiveram grande aceitação no universo da Dança por ser a possibilidade do aluno/bailarino ter uma maior escuta de si mesmo e dos seus processos corporais. A relação somática na Dança valoriza o corpo em sua totalidade e aguça a autonomia de estudantes e artistas. As práticas da Educação Somática possibilitaram, portanto, um novo modo de pensar/fazer Dança, que parte de novos caminhos de investigação e criação. A prática somática constrói não só uma disposição corporal para a Dança, como também para o movimento cotidiano. O indivíduo quando passa a ter

consciência de seu corpo se permite criar novas maneiras de expressividade e de ser no mundo.

No Brasil, considera-se que o trabalho de Klauss Vianna tenha sido precursor nas abordagens somáticas de movimento e Dança, em específico. Em conjunto com a bailarina Angel Vianna (sua esposa) e seu filho Rainer Vianna, Klauss foi pioneiro no desenvolvimento de uma abordagem somática nas aulas de Dança no Brasil. Enaltecendo em suas aulas o sujeito e sua subjetividade, e não a forma. As contribuições dos Vianna foram inovadoras para a época e um grande avanço no processo ensino/aprendizagem em Dança. Pois, modificaram o olhar e as maneiras de se pensar o movimento e praticar a Dança.

1.2 KLAUSS VIANNA: uma vida dedicada à Dança

1.2.1 O bailarino, coreógrafo e pesquisador

Klauss Vianna foi bailarino, coreógrafo, professor de Dança e pesquisador do movimento por aproximadamente quarenta anos, dedicou-se a um trabalho de observação e pesquisa das estruturas do corpo e do movimento humano. Klauss nasceu, estudou, instruiu, trabalhou, e faleceu no Brasil.

Nasceu em 12 de agosto de 1928, em Belo Horizonte (MG), onde começou a estudar Dança e onde viveu sua infância. Desde a sua adolescência se interessava pelo movimento humano, observando com deslumbre o movimento de familiares e pessoas próximas, o que resultou em certo distanciamento do próprio corpo. “Não tinha corpo: vivia o corpo dos outros. Os gestos do meu pai, da minha mãe, o jeito de andar, de pisar, o movimento das mãos. E me fascinavam os ossos do esqueleto, os encaixes.” (VIANNA, 1990, p.19).

Em A Dança (2005), Klauss afirmou que só olhava nos olhos quando alguém o dirigia a palavra. Sem isso, olhava sempre para baixo. Conheceu assim todo o chão de sua casa. E, com muita dificuldade, o seu corpo começou a reaparecer: da base dos seus próprios pés. Daqui pode se dizer que surgiu o interesse de Klauss pelos pés, foi assim que ele redescobriu o seu corpo.

Klauss caminhou por muitos lugares semeando o seu trabalho. Passou como professor pela Universidade Federal da Bahia; pelo Rio de Janeiro, com o prêmio

Molière; e em São Paulo, com a direção do Balé da Cidade de São Paulo. Assim como outros feitos em lugares distintos do país. Klauss também teve grandes momentos no mundo do Teatro, trabalhando com atores como, Marília Pêra e Marco Nanini. Seu trabalho estimulava nos atores o reconhecimento do próprio corpo, disponibilizando movimentos livres que preparavam o corpo cênico desses atores.

Klauss estudava, lia e sempre procurava respostas para suas inquietações, tinha muita curiosidade. Teve seu primeiro contato com a Dança, por meio das aulas de balé clássico com o professor Carlos Leite, que foi um grande bailarino, coreógrafo, professor de dança e mestre de ballet. Sobre essa experiência, Klauss afirmava:

A sala de aula massificada tira a individualidade do aluno e, se as pessoas não se conhecem nem possuem individualidade, não há como participar do coletivo: o corpo de baile tem de ser constituído por pessoas completamente diferentes, para que os gestos saiam semelhantes; a intenção é o que importa (Vianna, 2005, p. 32).

Ainda não estava satisfeito com as Danças e técnicas que encontrava no caminho. Ele não conseguia entender as coisas da forma que eram dadas, e procurou buscar o seu espaço. Construindo um trabalho que não se enquadrava em nada que já tinha sido escrito sobre o corpo. Angel, companheira e viúva de Klauss, afirma que ele “avançou adentrando caminhos diversos, em épocas distintas, permeadas de contradição” (Vianna, 2005, p.12).

Movido por minhas curiosidades e insatisfações, procurei referências e informações em tudo que, para mim, se caracterizasse como uma pesquisa séria e honesta em relação à dança, ao teatro, ao corpo. Lógico que, nessa busca, certas influências vieram de tudo que me sensibilizou profundamente. Mas nunca me afastei das minhas intuições” (VIANNA, 2005, p.69).

Durante toda a sua vida Klauss Vianna rejeitou modelos prontos, ele propôs movimentos que vinham de dentro para fora. Em seus relatos no livro *A Dança* (2005), ele contou sobre suas experiências com o ambiente e as pessoas que o cercavam. E afirmava que seu processo na Dança foi muito particular, baseado em suas vivências. Por isso podemos dizer que a Dança é única para cada sujeito e, segundo Vianna, “deve ser abordada com base na sensibilidade, na verdade de cada um.” (p.76).

Meu querido companheiro Klauss foi um mestre porque viveu... e vive por meio da liberdade manifesta nas realidades que criou, em cada aula, em cada espetáculo, em nossa família, em nosso convívio. Homem que viu o ser humano antes dos papéis, propondo investigações corajosas e simples, e por isso incitou, orientou, alimentou e incentivou novos olhares sobre o corpo, sobre uma dança a ser desbravada como a investigação do ser e de ser. (p.12).

1.2.2 A Técnica: Movimento Consciente

Por meio de estudos do movimento humano e da observação em diferentes corpos, Klauss começou a experimentar novas formas de se pensar e ensinar Dança. A escola que Klauss criou tinha como princípio a expressão de cada um, sendo função do professor incitar o movimento do aluno para que esse pudesse encontrar sua própria Dança. O que na época era uma grande mudança para o ensino de Dança no Brasil.

Sobre as inovações da metodologia Klauss Vianna podemos afirmar que trouxeram para o ensino de Dança um diferencial minucioso e extremamente importante: o cuidado e a escuta do corpo. Essas e outras características são princípios que cada docente constrói na sua caminhada de investigação e atuação pedagógica e artística.

De acordo com Miller (2016), “na prática de Klauss Vianna, a proposta é de que cada um esteja focado no (re) conhecimento do próprio corpo, compartilhando com o outro suas experiências e vivências corporais.” (p.18). Sendo assim, não existe um público alvo, suas aulas costumavam ser direcionadas para qualquer pessoa com interesse em conhecer e melhorar seu desempenho corporal e sua qualidade de vida.

Não posso esquecer que estou trabalhando com seres humanos, não com bailarinos, ou esportistas ou professores, ou donas de casa. São seres humanos que buscaram a minha aula porque acreditavam que eu lhes poderia apontar caminhos. O que busco, então, é dar um corpo a essas pessoas, porque elas têm coisas a dizer com seu corpo. Por isso não faço qualquer proposta de movimentos que não tenham aplicação na vida diária. Quero que o trabalho seja simples e natural. [...] O que importa é lançar as sementes no corpo de cada um, abrir espaço na mente e nos músculos. E esperar que as respostas surjam. Ou não. Todo esse trabalho tem qualquer coisa de paradoxal: falo sobre coisas que devem ser sentidas e não pensadas.” (Vianna, 1990. P.131-132).

A proposta de movimento criada por Klauss Vianna é conservada ainda hoje sendo um trabalho de imensa importância para os profissionais da área, mas também é inovado com outras propostas dos tempos atuais. Miller (2012) afirma que os princípios artístico-pedagógicos dos Vianna prevalecem hoje, no século XXI, como fonte de um percurso que orienta e nutre sempre novas pesquisas e, dessa maneira, também se nutre como continuidade de estudo e investigação em diversos corpos pensantes e dançantes.

Klauss dizia que seu trabalho não tinha fórmulas, nem posições básicas ou qualquer organograma, porque ele acreditava que ideias corporais pré-fabricadas forçam a individualidade do aluno. Por isso seu trabalho era diferente dos outros professores de Dança, porque ele não tinha uma fórmula específica, ou uma “técnica” padrão. Ele também afirmava que a cópia não existe, e ninguém pode copiar as aulas dele, a pessoa pode utilizar sua técnica, mas nunca será como ele utilizava, porque isso partiu das suas próprias vivências.

Nas reflexões de Miller e Laszlo (2018), a Técnica Klauss Vianna pode ser considerada como uma técnica de Dança e Educação Somática que se interessa pelo corpo em pesquisa e este estudo desperta um estado de dança. E também pode ser uma desconstrução de expectativas tanto do que se espera tradicionalmente da dança, quanto da expectativa equivocada de afirmar que a Educação Somática é “tratamento” postural e terapêutico.

Floresci corporalmente depois que passei a vivenciar a Dança com abordagem somática e em específico a Técnica Klauss Vianna, passando a ter percepção de mim mesma, do meu movimento, do meu corpo cotidiano e dançante. Eu me descobri corporalmente. Essa é uma descoberta que ainda está acontecendo, o meu florescer se desabrocha cada dia mais no meu conhecimento em Dança e no meu (re)conhecimento corporal.

Um trabalho aprofundado de sistematização da Técnica Klauss Vianna foi empreendido pela bailarina e pesquisadora Jussara Miller³. Essa sistematização consiste principalmente em didatizar/metodologizar o conhecimento e torná-lo passível de ser difundido e replicado. De acordo com Miller, a Técnica Klauss Vianna se baseia em dois eixos principais: o processo lúdico e o processo dos vetores. No processo lúdico da Técnica Klauss Vianna, inicia-se despertando o corpo, sendo que para esse despertar é necessário abordar sete tópicos corporais, que são: presença; articulações; peso; apoios; resistência; oposições; e eixo global.

Presença é uma auto-observação conduzida pelos sentidos, resultando em um estado de atenção e de um corpo disponível e presente. As articulações são reconhecidas através da exploração de diversas possibilidades de movimento de cada articulação, ou de todas em conjunto. O peso desperta os diferentes apoios do chão, prestando a atenção na dosagem do tônus muscular e do relaxamento da musculatura. Os apoios possibilitam perceber as partes do corpo que encostam ou não no chão, e o movimento ativo ou passivo.

Na resistência se trabalha as musculaturas agonista e antagonista, derivando em movimentos mais ampliados. As oposições proporcionam espaços nas articulações a partir de um jogo de forças opostas, que apresentam, conseqüentemente, tensões opostas. O eixo global é o resultado de vivência e prática dos tópicos anteriores, alcançando o equilíbrio corporal.

No início do processo se observa nas pessoas o não reconhecimento de si, assim começa o processo de desbloquear o corpo e transformar os padrões de movimento. Todo o processo da técnica que Klauss propôs depende do aluno, do seu corpo e suas limitações. O professor, nesse sentido, é um orientador.

³Dançarina graduada pela UNICAMP, Mestre e Doutora em Artes da Cena pela mesma universidade. É docente do Curso de Pós Graduação Lato Sensu em Técnica Klauss Vianna da PUC-SP; É docente convidada do Mestrado em Artes e da Pós Graduação Lato Sensu da Escola Superior de Artes Célia Helena, em São Paulo e da Faculdade Angel Vianna, no Rio de Janeiro. É diretora e professora do Salão do Movimento, em Campinas-SP.

Em seguida, aprofunda-se no processo dos vetores. Inicia-se o estudo desses vetores pelos pés e finaliza-se no crânio, de forma que todo o corpo esteja sintonizado. Esse trabalho de direções ósseas está conectado com oito vetores de força que são distribuídos ao longo do nosso corpo. Os oito vetores são: metatarso; calcâneo; púbis; sacro; escápulas; cotovelos; metacarpo; e sétima vértebra cervical. Cada um desses vetores tem sua respectiva função nesse processo de realinhamento, determinando o movimento e o tônus muscular.

2 FLORESCER

Toda minha vida uma dança.
Petra Lehnard-Olm

Uma Licenciatura em Dança tem como finalidade formar o profissional que atue como professor de Dança tanto no ensino formal quanto informal, assim como prepará-lo para a atuação como arte-educadores e pesquisadores da área de Dança. O curso ressalta a formação do sujeito como investigador e artista da Dança, por meio da relação entre ensino, pesquisa e extensão.

No IFG campus Aparecida de Goiânia o curso de Licenciatura em Dança nasceu no ano de 2013 e desde então já formou três turmas. O curso é noturno, tem duração de oito semestres e recomenda-se que seja integralizado em quatro anos. O ingresso no curso não exige pré-requisitos ou prova de habilidades específicas. Qualquer pessoa pode ingressar no curso de Dança, com ou sem experiência na área.

Os estudantes ingressantes na Licenciatura em Dança do IFG têm o perfil bastante heterogêneo, alterando entre pessoas com experiência prévia em técnicas corporais e Dança; pessoas com uma trajetória longa de formação e atuação profissional ou pessoas sem nenhuma experiência na área. Essa diversidade de corpos e experiências traz uma riqueza imensa ao curso de Dança.

O curso de Dança se organiza em torno de disciplinas práticas e teóricas que são complementares e se retroalimentam. No grupo das disciplinas majoritariamente práticas há os Ateliês de Criação em Dança⁴, que proporcionam o estudo e vivência de determinadas estéticas de dança, seus contextos de surgimento e códigos de movimento específicos.

Em outra linha, há uma cadeia de disciplinas sequenciais chamada *Estudos do Movimento e Práticas Corporais* (I a IV), que visam o estudo do corpo em movimento sem se ater a estéticas ou modalidades específicas de dança. É nessa cadeia de disciplinas que nós, alunos e alunas, temos contato com a chamada Educação Somática,

⁴São sete ateliês: I- Danças Populares Urbanas; II- Danças de Salão; III- Balé Clássico; IV- Danças Modernas; V- Danças Populares Tradicionais; VI- Danças Contemporâneas; VII- Ateliê Experimental.

em aulas que trabalham o corpo em sua totalidade e nos proporcionam descobertas pessoais.

Independente da disciplina ministrada as aulas na Licenciatura em Dança como um todo privilegiam um tipo de aprendizado que busca valorizar as diferenças de corpos e experiências, promovendo a escuta de si e do outro. Sobre o processo de escuta do corpo Jussara Miller (2016) o define como um olhar para dentro que cria uma rede de percepções: “para que o movimento se exteriorize com sua individualidade, traçando um caminho de dentro para fora, em sintonia com o de fora para dentro e com o de dentro para dentro” (p. 18).

Nesse sentido, é muito comum que os alunos, quando entram em contato com as disciplinas práticas, sofram certo tipo de estranhamento, e somente depois se entreguem à experiência das aulas. Sendo que essa experiência passa a se tornar mais rica, pois, o corpo é percebido em sua totalidade e a consciência corporal vai surgindo a cada nova descoberta dançante. Sobre esse processo de transformação, nas palavras da professora e bailarina Tainá Barreto, o que vemos são pessoas “enamoradas de si mesmas e de suas descobertas”:

Quando os alunos e alunas compreendem que toda experiência corporal é válida, seja ela codificada ou não, e que todos e todas somos (e não temos) corpos inteiros dotados de potencialidade expressiva e poética, um mundo enorme se abre. (BARRETO, 2019, p.5).

Trago essa citação da professora Tainá porque eu me reconheço nela na medida em que expressa um processo de reconhecimento e expressividade de cada um, que acontece ao longo do curso. Esse processo potente não se dá somente nas aulas que abordam as práticas somáticas, mas sim em toda a Licenciatura em Dança, ressalto. Minha observação é de que o ensino nessa graduação é humanizado e abre mundos de Dança para os licenciandos.

A minha turma no curso de Dança desde o primeiro período foi composta somente por mulheres. No início éramos mais de 20 pessoas na turma. Após o segundo período essa quantidade de alunas foi diminuindo, e hoje é composta por apenas quatro mulheres estudantes, artistas e futuras docentes de Dança.

Este segundo capítulo tem dois tópicos e é dedicado a relatar as experiências vivenciadas na disciplina de *Estudos do Movimento e Práticas Corporais I*, ministrada

pela professora Tainá Barreto, a qual eu cursei no meu segundo período de estudos da graduação, em 2016/1. Este primeiro tópico trata das minhas próprias vivências quando aluna da disciplina, da minha maneira singular de perceber os conteúdos e das relações que pude estabelecer com minhas colegas de turma. O segundo tópico contém os relatos e reflexões da pesquisa de campo realizada nessa mesma disciplina, quando fui observadora da turma do 1º período de Dança, no segundo semestre de 2019.

2.1 A disciplina de Estudos do Movimento e Práticas Corporais I: uma experiência pessoal e reveladora

Todas as experiências que tive ao longo do curso ficaram como memórias no meu corpo. Sobre a experiência com o movimento consciente e a escuta do corpo, posso dizer que estas se desenvolveram mais especificamente na disciplina de *Estudos do Movimento e Práticas Corporais I*, e também em experiências no grupo de pesquisa sobre Flymoon e Técnicas Somáticas que frequentei por um período, ambas conduzidas pela professora Tainá Barreto. Essa disciplina tem como atributos a conscientização do movimento e práticas corporais que visam o aperfeiçoamento técnico-expressivo do corpo. Tendo como objetivos gerais: a desconstrução de padrões pré-estabelecidos de movimento e postura; estudo do corpo em movimento; entre outros.

Na disciplina de *Estudos do Movimento e Práticas Corporais I* a professora inicialmente trabalha com o corpo e as dinâmicas práticas, e somente depois apresenta as referências de autores que dialogam com a prática. Sendo essa metodologia um formato que a professora definiu por acreditar que a experiência corporal deve vir antes da reflexão. Pois, cada corpo aprende de um jeito. A meu ver, essa disciplina trabalha com a potencialidade dos corpos.

Nas aulas que pude observar o próprio corpo é fonte de investigação, e o fato de ter uma pluralidade de corpos na sala torna o processo ainda mais rico e potente. Posso afirmar através das minhas observações que o referencial teórico da disciplina reforça o aprendizado que se dá através da investigação no próprio corpo. Desse modo, o corpo tem que estar presente e disponível para as aulas, pois, a aula de dança é essencialmente prática, voltada para o corpo.

Bolsanello (2005) tem como referência o conceito de corpo enquanto experiência, decorrentes de três aspectos de sua pedagogia: o aprendizado pela vivência, a sensibilização da pele e a flexibilização da percepção.

“o primeiro eixo consiste a levar o aluno a estar presente e a fazer-se disponível ao aprendizado; o segundo eixo é de direcionar a atenção do aluno a tomar consciência de suas reações motoras, hábitos posturais, compensações musculares, limites e potencial. O terceiro eixo é um convite ao aluno para entrar em um estado de exploração, tornando-se ele próprio a referência de seu aprendizado” (BOLSANELLO, 2005. p. 96).

Identifiquei esse processo nas aulas de *Estudos do Movimento e Práticas Corporais I*, na qual percorremos todas essas etapas que Bolsanello (2005) afirmou em suas considerações. Todo o processo de consciência corporal a partir dessas reflexões acontece por meio dessas etapas: Vivência: sendo uma atenção voltada para o seu corpo, o movimento, os limites, as dores, as dificuldades, e os hábitos posturais; Sensação: relaxamento e auto-observação; Percepção: exploração de novas possibilidades de se mover e se relacionar a partir da prática.

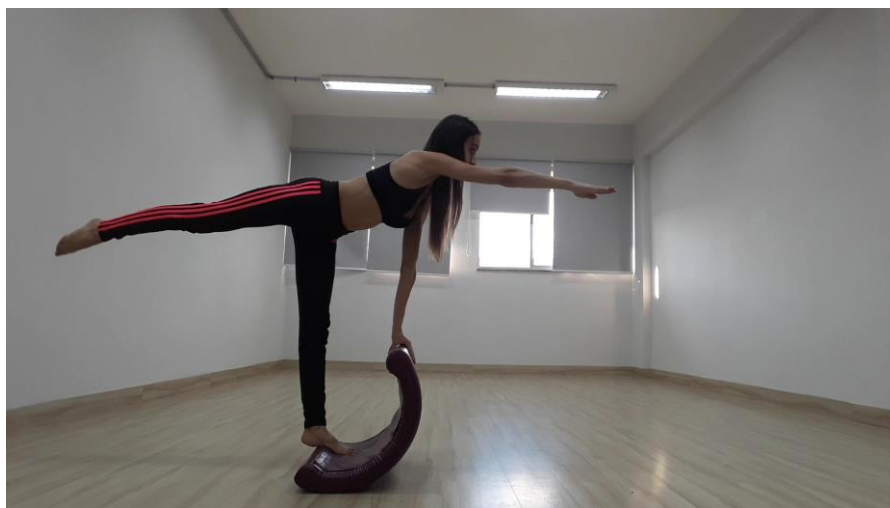
Guimond (1999) afirma que a educação somática propõe “uma nova relação consigo e com os outros: aprender a sentir o que se faz, saber o que se sente, não mais se considerar como objeto, mas criador de sua própria vida” (p.6).

As aulas são estruturadas em laboratórios criativos, dinâmicas e exercícios investigativos conduzidos pela professora. Para avaliação dos alunos e alunas, é necessária a presença, pontualidade, participação ativa nas dinâmicas e exercícios propostos, além de que a professora leva em consideração a disponibilidade corporal para as vivências em sala. Os discentes também produzem diários de bordo no qual devem fazer um relato descritivo das aulas, registrar as descobertas pessoais, sensações e impressões sobre o trabalho corporal.

A técnica Klauss Vianna reverbera em diferentes corpos que adaptam o seu aprendizado de acordo com as próprias sensações e vivências no corpo. Jussara Miller (2016) ressalta que se trata de uma pesquisa que “nasceu da prática corporal de um bailarino pesquisador e foi sendo transmitida, na prática, a outros bailarinos pesquisadores, como rios afluentes que deságuam no grande oceano do estudo do corpo e do movimento” (p.113).

A pesquisa de Klauss Vianna é como o leito de um rio que cada um preenche com a própria água, com sua própria metodologia; e o curso dessa água, na ação de cada um, vai redesenhando seu leito. O importante é deixar a água fluir de forma que dê espaço para validar abordagens atuais de estudiosos e praticantes das artes do corpo que têm seus trabalhos calcados nas práticas desenvolvidas pelos Vianna. (MILLER, 2016, p.114).

Tive acesso à Técnica Klauss Vianna na disciplina de *Estudos do Movimento e Práticas Corporais I*, e posteriormente, no grupo de pesquisa da disciplina, no qual experimentávamos movimentações com viés somático. A proposta do grupo foi vivenciar para além das dinâmicas abordadas na disciplina, laboratórios de investigação em algumas Técnicas Somáticas e, mais especificamente, no Método Instabilidade Poética - Flymoon.



**Figura 1. Grupo de Pesquisa. 2019/1.
Foto: Victória Alves (acervo pessoal).**

Foi no grupo de pesquisa que tive oportunidade de conhecer o trabalho proposto por Claro Trigo, no qual permite outro olhar para a Dança e o movimento, propiciando aos alunos autonomia e autoridade interna, ludicidade e propriocepção. Ao longo das aulas no grupo de pesquisa experimentamos diferentes exercícios e dinâmicas com e sem a Flymoon, além de trabalhar individualmente, em duplas ou grupo. Essas aulas foram propostas pela professora Tainá Barreto a partir de suas próprias experiências. Aqui percebo claramente essa ideia de um rio principal e seus afluentes.

A Técnica nasceu da investigação de Klauss Vianna que orientou outros pesquisadores, traçando um caminho respectivamente de Klauss para Rainer e Jussara Miller, de Jussara para Tainá Barreto, e de Tainá para mim, estudante e futura professora de Dança e movimento. Essa pesquisa é um mergulho em diferentes corpos que vivenciaram cada qual em sua particularidade o estudo do movimento.

É interessante refletir em como a pesquisa de Klauss foi se difundindo em novas pesquisas, onde cada investigador deu continuidade ao seu trabalho, propondo diferentes desdobramentos metodológicos. Sendo que no decorrer do tempo, esses pesquisadores foram criando metodologias a partir de suas vivências acadêmicas, pedagógicas e artísticas. Nas palavras de Miller e Neves (2013),

Esse trabalho em constante processo explicita-se a partir do espírito de pesquisa implícito na pedagogia da Escola Vianna, ou seja, os princípios artístico-pedagógicos dos Vianna embasam e orientam diferentes pesquisas que por sua vez provocam outras num constante processo de investigação e reatualização (p.5).

A partir daqui, apresento subtópicos para descrever as abordagens somáticas que marcaram meu processo de construção corporal e de consciência/percepção de mim mesma, possibilitando o que eu chamo de florescer corporal.

O toque / a pele

Uma forte característica das aulas de práticas corporais é o toque, a professora usa o toque como ensinamento. O contato com o próprio corpo e, o corpo do outro, é essencial no processo de consciência corporal. Os alunos tocam o seu corpo e o corpo do outro em um processo de (re)conhecimento corporal.

Quando ingressamos no curso, nós mal nos tocávamos e tínhamos certas restrições com o nosso próprio corpo e o corpo do outro. Na disciplina de *Estudos do Movimento e Práticas Corporais I*, vivenciamos exercícios e dinâmicas de sensibilização do toque e da pele e assim fomos aos poucos conhecendo o nosso corpo e o corpo do outro, passando a construir uma relação de amizade e sensibilidade.

O toque é a sensação mais primitiva do ser humano e é a primeira via senso-motora que os professores de educação somática abordam. A sensibilização da pele proposta pela educação somática é uma estratégia pedagógica utilizada pelo educador para levar o aluno à (re) descobrir-se além de sua aparência (BOLSANELLO, 2005. p. 93).

Um dos exercícios que trabalhamos como sensibilização aconteceu da seguinte forma: em duplas ou trios, ficamos cada grupo em um canto da sala e uma integrante deitava no chão, fechando os olhos e relaxando. As outras aqueciam as mãos e delicadamente tocavam massageando cada parte do corpo da colega, podendo sentir cada parte do corpo, como as articulações e os ossos. Virando se necessário for o corpo da colega, em outras posições para massagear outros pontos. As integrantes deixavam a colega em uma posição final, e essa se movimentava calmamente até conseguir se levantar.

Troca-se então a pessoa que recebe a massagem e a que conduz. Quando terminamos todas ficaram satisfeitas, pois podemos perceber o nosso corpo, e ficamos muito relaxadas, com o corpo muito mais leve e presente, assim como preparado para as outras dinâmicas posteriores.

Os pés

Uma característica interessante dessas aulas é a liberdade dos pés. A maioria das pessoas se esquece dos seus pés, se descuidam e, não exige uma atenção tão grande quanto a outras partes do corpo. Mas nas aulas práticas do curso de Dança os pés sempre foram bem valorizados. Passamos a fazer as aulas com os pés descalços, sentindo os dedos se encostarem ao chão e, abrindo os espaços em uma pesquisa das direções ósseas do corpo. É como se os nossos pés passassem a existir e, nunca mais fossem esquecidos.

Para ativar as articulações dos pés um dos métodos trabalhados ao longo das aulas acontecia no processo de vetores, que se inicia nessa parte do corpo. O primeiro vetor é o metatarso, que consiste nos cinco ossos localizados nos pés. A professora nos orientava a abrir os espaços entre os dedos dos pés, apoiando os seus três pontos ao chão: primeiro metatarso, o quinto metatarso e o calcâneo, formando o “triângulo do pé”. Nesse mesmo processo do primeiro vetor há uma reflexão na tíbia (o maior e mais

externo dos dois ossos da perna), sendo que gira para dentro em sentido oposto ao do tarso, e os joelhos, apontam para frente, alinhando assim entre o segundo e o terceiro dedos dos pés.

A relação com o chão

Foi na disciplina de *Estudos do Movimento e Práticas Corporais I* que começamos a ter contato com o chão, sendo que esse é essencial para o processo de observação e percepção corporal. Passamos a criar intimidade com o chão sentindo o corpo ao se deitar nele, percebendo partes do corpo que tocam ou não o chão. Sendo que esse se torna um apoio para todo esse processo de (re)conhecimento.

Uma das dinâmicas que trabalha essa relação são os corpos ao chão: De frente para o espelho fizemos com o corpo a forma de um “gatinho” encolhendo toda a coluna, abrindo o corpo, mãos na frente e ísquios bem abertos lá no alto. Sentamos nos calcanhares, levantamos os pés e retornamos a posição original. Depois ficamos de quatro e rolamos deitadas com as costas no chão. Nessa posição deitadas esticamos os pés à frente, costas firmes no chão e trabalhando sempre a respiração.

Esse foi o primeiro exercício a ser feito no solo/chão. Deitadas levamos as pernas até se aproximar dos músculos do tórax, abraçando-as, em seguida, abrimos as pernas, afastando-as uma da outra para ficar na posição “frango assado”, e nessa mesma posição rolamos de um lado para o outro, massageando a região da coluna no apoio do chão.

A respiração

Na disciplina de *Estudos do Movimento e Práticas Corporais I* as aulas possuíam também um ponto primordial que é a respiração. Não tínhamos exercícios específicos para respirar com mais atenção, mas sim ao longo das aulas fomos estimuladas a dar atenção à respiração, percebendo-a e, buscando ganhar espaços na caixa torácica e nas articulações do corpo como um todo.

A respiração, na Técnica Klauss Vianna, não é direcionada com exercícios específicos, como é comum em algumas técnicas corporais. Ela é livre e acontece como consequência do trabalho de despertar e de ganhar espaços na caixa torácica e nas diversas articulações do corpo como um todo. (MILLER, 2016, p.61).

Ao longo das aulas também experimentamos ficar apenas deitadas respirando e entregando o peso do corpo ao chão. Essa experiência é riquíssima para perceber como o meu corpo respira e tentar dar espaço a uma respiração mais atenta e saudável, sendo que antes dessas experiências não tínhamos o costume de prestar a atenção em como respiramos.

A confiança no outro

Uma das dinâmicas que descrevo foi em duplas apoiando na parceira e jogando todo o peso do corpo uma sobre a outra, procurando manter o peso equilibrado. De mãos dadas, frente a frente, contrapondo o peso, mudando as posições, abrindo os ísquios, entrando o quadril no meio dos pés e voltando. Depois, com outra parceira, dessa vez de costas a dupla se apoia, equilibra o peso, senta no banquinho, agachando e, sentando os ísquios no chão.

Nessa posição, uma alonga as pernas se encolhendo, e a outra vai deitando a coluna por cima da colega, levantando o bumbum do chão, sem desgrudar a coluna. Depois voltando uma desenrolando e a outra deslizando a coluna, e troca as funções. Por fim, a dupla se levanta recolhendo os joelhos, sem colocar as mãos no chão como apoio, somente com contra peso da dupla. Exercício que exige concentração, equilíbrio e confiança.

Isolamento das partes e soltura das articulações

Nas vivências de isolamento das partes e soltura das articulações trabalhamos com a ideia de um óleo espalhado pelo corpo. Os movimentos começavam como se o óleo fosse derramado pelo corpo, ativando a região por onde ele era espalhado. Sendo que a ênfase do exercício era que o óleo fosse lubrificando as articulações especificamente.

Em outro momento fizemos um exercício que propiciava essa soltura das articulações. Em círculo, com a coluna ereta e em posição anatômica, posicionamos os pés firmes no chão abrindo os espaços entre os dedos. Começamos a movimentar os dedos das mãos e punhos, descendo para o braço, ombro, as escápulas, quadril, dando continuidade nas pernas, calcanhares e por fim os pés e seus dedos. Nesse momento, todo o corpo se movimentava, ativando as articulações do corpo e a corrente sanguínea. Era como uma dança das articulações.

No começo foi um grande desafio, as aulas eram puxadas e cansativas, o que exigia um esforço grande das alunas. Muitas vezes o cansaço era extremo, sentia dores que eram dores boas de fortalecimento, pois não estava acostumada com práticas corporais. Pelo fato de não ter uma experiência prévia com Dança ou outra prática corporal, foi um processo lento e gradual para que eu passasse a perceber meu corpo e levasse os ganhos da aula para a vida.

No decorrer das aulas passei a me interessar mais exatamente por perceber meu corpo se transformando. Fui percebendo que após cada aula meu corpo passava a ter outra consciência, ele se tornava diferente, mais leve, com mais tônus e até passei a sentir partes do corpo que nem lembrava que existiam.

Proponho a meus alunos que cada um encontre a própria forma de dançar, que cada um incorpore meus ensinamentos e os expresse como quiser, como puder. Cada um deve usar sua musculatura dentro de um processo próprio, seguindo uma estrutura de movimentos proposta por mim, mas cuja utilização é pessoal (VIANNA, 2005, p.82).

O meu florescer corporal é uma consciência que acontece ao longo do processo e, através de pesquisas no meu próprio corpo e não no resultado final. Ressalto que meu florescer corporal ainda está acontecendo a todo o momento. O corpo nunca está pronto ou acabado, ele está em constante processo de evolução e aprendizagem, portanto, em processo de florescer.



Figura 2. Flor onze horas.
Foto: Victória Alves.

2.2 A pesquisa de campo: um olhar para o corpo do outro

Como parte das atividades para desenvolver esse Trabalho de Conclusão de Curso, realizei uma pesquisa de campo na disciplina de *Estudos do Movimento e Práticas Corporais I*, ofertada na Licenciatura em Dança em 2019/01, na qual acompanhei as aulas como monitora, e observei o processo dos alunos ingressantes. As aulas aconteciam todas as segundas-feiras, no horário das 19h00 às 22h00.

O fato de a turma ser mista e com uma quantidade grande de pessoas tornou a minha pesquisa ainda mais potente, pois meu desejo é trabalhar a dança com diferentes corpos e experiências. “O conhecimento adquirido pelos alunos de áreas tão diversas serve como material facilitador da percepção da singularidade e da autenticidade inerente ao trabalho aqui proposto”. (MILLER, 2012, p.44).

No primeiro dia de observação foram 19 alunos, mas depois houve o ingresso de mais 18 alunos em terceira chamada, o que afetou o andamento da disciplina, afinal já tinha se iniciado todo um trabalho corporal com a turma iniciante. Além de que a sala de dança não é tão grande e ficou bem cheia.



Figura 3. Pesquisa de campo: alunos e alunas do primeiro período de Dança, na disciplina de Estudos do Movimento e Práticas Corporais I. 2019/1. Foto: Victória Alves.

Ao longo do semestre realizei entrevistas em caráter de conversa para conhecer melhor alguns alunos e, também buscar informações que contribuíssem com minha pesquisa. O objetivo era colher conhecimentos sobre o corpo do outro. Interessei-me

por ouvir deles além de suas histórias de vida e experiências com Dança e técnicas corporais antes do ingresso no curso, as suas impressões do trabalho corporal realizado na disciplina e as transformações que eles mesmos perceberam em seus corpos.

Também me interessou saber como o processo influenciou as práticas corporais e como os conteúdos abordados contribuíram na formação em Dança de cada um. Essas entrevistas também podem ser consideradas uma forma de compreender como as práticas corporais influenciam os corpos e a formação em Dança. Algumas falas desses alunos/artistas de Dança estão expressas ao longo da minha escrita.

Em relação ao critério de escolha dos alunos entrevistados, primeiramente observei as aulas e os corpos que se movimentavam pelo espaço, e optei por escolher pessoas com alguma experiência em dança que nitidamente era percebido na movimentação, e outras pessoas que não tinham experiência. As entrevistadas selecionadas para serem interlocutoras desta escrita são três alunas mulheres: Viviane Reis; Betânia Pereira e Cinara Santana.

Dancei por 20 anos diferentes ritmos, sendo que a Dança para mim é o que me dá motivos para continuar vivendo. Quanto à disciplina de Práticas I foi uma experiência incrível, pois, só via essa oportunidade fora de Goiânia, e às vezes me dá vontade de chacoalhar a turma para que possam ver a riqueza que são essas aulas (Viviane, 31 anos).

Ao longo das aulas pude perceber que cada corpo tem suas dificuldades e facilidades. As aulas valorizam a individualidade de cada corpo, aguçando dessa forma o que o corpo é capaz de fazer, ao invés de limitá-lo no que ele não consegue fazer. Isso é uma característica da abordagem somática, ver o corpo como potência, incentivar o aluno a crescer a partir de seus esforços e, também da escuta de si.

A partir daqui, descrevo algumas dinâmicas que foram essenciais nesse processo de conscientização corporal e que presenciei na pesquisa de campo ao longo das aulas. Algumas delas eu também vivenciei quando cursei a disciplina no início da minha graduação.

O conhecimento dos ossos

Como metodologia para o conhecimento dos ossos, seus encaixes e torções, do aparelho locomotor e suas dobradiças, a professora se utiliza de duas estratégias: um protótipo do esqueleto humano em tamanho real e exercícios de planilhas de anatomia para colorir. Achei interessante a proposta de colorir planilhas de anatomia, pois, é uma forma de aprender a estrutura anatômica e fisiológica do corpo humano. É possível prestar atenção minuciosamente às estruturas corporais e seus componentes. Sendo que cada osso tem uma cor, seguindo toda uma composição.

Outro ponto interessante é usar o esqueleto humano para ensinar e conhecer o corpo. A professora o leva para o centro da sala e vai mostrando com o toque os ossos do corpo, assim como convida os alunos para também sentir essas partes corporais, sendo sensível e importante essa percepção.

Todos os conhecimentos dos ossos e das nomenclaturas estão relacionados com os princípios da Técnica Klauss Vianna. Sendo que durante as aulas os alunos visualizam os desenhos e o protótipo de esqueleto humano, além de manipulá-lo. Toda essa metodologia facilita a percepção da própria estrutura corporal, sendo possível acessar as direções ósseas do corpo, resultando no conhecimento do corpo humano proposto pela anatomia, fisiologia e cinesiologia.

Uma das características primordiais do ensino dialogado entre Dança e Educação Somática são os estudos anatômicos e cinesiológicos, possibilitado novas formas de se ensinar através do corpo. No entanto, cabe ao orientador do movimento alertar a turma de que não é uma aula teórica de anatomia, mas sim uma aula prática, no qual o estudo teórico apresenta-se como uma fonte de reflexão para o movimento que está sendo executado na prática. “O conhecimento anatômico, nesse trabalho, é consequência de experimentações em sala de aula, portanto, é preenchido de significado prático, facilitando a percepção” (MILLER, 2016, p.62).



Figura 4. Pesquisa de campo: alunos e alunas do primeiro período de Dança, na disciplina de Estudos do Movimento e Práticas Corporais 1. 2019/1. Foto: Victória Alves.

Improvizando formas coletivas

Em grupos, uma primeira pessoa se posiciona em determinado lugar do espaço e escolhe uma posição para ficar em estátua, a segunda pessoa se encaixa nos espaços do corpo do colega sem encostar-se a ele. Sendo que o deslocamento entre uma posição e a outra acontece sem que a movimentação se perca, explorando movimentos em diferentes níveis pelo espaço. Assim todos vão e formam uma posição nos espaços do corpo de cada colega, e depois para sair, saem por ordem do primeiro até o último, sem deixar que o corpo se encoste ao dos colegas. Muito divertido e interessante esse exercício, no qual vivenciei quando cursei a disciplina. Além de que é uma proposta de trabalho em equipe, valorizando as relações entre os colegas e propiciando novas formas de movimentações e o corpo no espaço.



Figura 5. Pesquisa de campo: alunos e alunas do primeiro período de Dança, na disciplina de Estudos do Movimento e Práticas Corporais 1. 2019/1. Foto: Victória Alves.

A minha experiência com Dança veio da dança do ventre. Com as aulas de Práticas I sinto uma abertura nos espaços, principalmente nos ombros, são mais benefícios do que dificuldades. O curso foi o lugar onde me descobri, sendo que a Dança para mim é onde eu posso ser eu mesma ou quem eu quiser ser. Sinto-me livre quando estou dançando (Cinara, 38 anos).



Figura 6. Pesquisa de campo: alunos e alunas do primeiro período de Dança, na disciplina de Estudos do Movimento e Práticas Corporais 1. 2019/1. Foto: Victória Alves.

A escuta do outro

Durante as minhas observações notei que a professora ao final das aulas faz uma roda de conversa, e abre espaço para os alunos compartilharem um pouco de suas sensações e impressões quanto às aulas. Durante uma dessas conversas a professora usou uma maçã para conduzir os relatos de experiência, sendo que quem segurava a maçã fazia seu relato e os outros ficavam em silêncio, até que a maçã ia sendo passada de mãos em mãos por aqueles que queriam e tinham algo a compartilhar.

A partilha de relatos e experiências, assim como as sensações sobre as aulas é importante nesse processo de conscientização do movimento, sendo que ouvir a experiência do outro é importante até para a nossa própria experiência. Os alunos usaram palavras que representem essas sensações, tais como, “relaxamento”; “cansaço”; “calor”; “tranquilidade”; “alegria”; “desafio”; entre outros.

O professor de Educação Somática e Dança tem um olhar mais sensível quanto ao estudo do movimento, e tem como foco levar o aluno a tomar contato com as sensações que ele tem de seu próprio corpo. Sendo assim, visa despertar a atenção do aluno ao processo de aprendizado dos exercícios propostos ao longo das aulas.

Não tive nenhuma experiência profissional com a Dança, dançava por hobbie. Mas cada dia que passa me apaixono mais pelas aulas, a disciplina é muito abrangente e cada aula é um mergulho mais profundo no próprio corpo. Depois que comecei o curso me recordei dos tempos de criança onde o ritmo fazia parte, e aflorei um lado que por muito tempo tinha esquecido dentro de mim (Betânia, 37 anos).

A ênfase do ensino é posta não sobre o quê se aprende, mas como se aprende. Não são os movimentos executados, mas sim a atenção dada ao executá-los. “O professor de educação somática não se interessa somente pelo corpo da pessoa, mas principalmente por sua experiência através do corpo” (BOLSANELLO. 2005. p.95). Os alunos afirmam que as aulas são um ganho até mesmo para o dia a dia, e que apesar do cansaço, a dor é boa, pois podem sentir transformações positiva em seu corpo e torná-lo mais presente.

O movimento na disciplina de *Estudos do Movimento e Práticas Corporais I* envolve outros aspectos do ser, além dos simplesmente mecânicos. Sendo que a percepção, cognição, memória, imaginação e consciência estão intimamente conectadas ao movimento.

O entendimento do corpo como Soma

O corpo que defendo nessa pesquisa não se trata de um corpo instrumento, pronto para ser lapidado a se expressar melhor ou emitir informações, muito menos corpos que estão sendo preparados para um determinado fim. Mas sim o corpo enquanto soma, possibilitando a escuta de si e uma consciência corporal mais afluída. O corpo soma é um corpo vivo/somático, que possibilita outro estado de ser, integrado e consciente.

Os próprios alunos afirmaram que as aulas fazem com que eles redescobrissem os seus corpos, sentindo partes do corpo que nem lembravam mais que existiam. A maioria acha as aulas enriquecedoras, afirmando que cada dia aprende mais, e até se relacionam melhor uns com os outros, pois o contato com o outro é aguçado de forma sensível.

O corpo percebido a partir de si mesmo, como percepção em primeira pessoa. Quando o ser humano é percebido de fora, do ponto de vista de um terceiro, o fenômeno do corpo humano é percebido... O soma, sendo percebido internamente, é categoricamente distinto de um corpo, não porque o sujeito é diferente, mas porque o modo de percepção é diferente- é a propriocepção imediata- um modo de sensação que fornece dados únicos (HANNA apud FORTIN, 2002.p.121).

Para finalizar este segundo capítulo afirmo que faz se necessário problematizar outros caminhos para o processo de aprendizado e formação em Dança, que possibilitem um viés somático do movimento, sendo esse elemento importante para esse aprendizado.

3 SEMEANDO

Relações entre Educação Somática, Técnica Klauss Vianna e Dança

*Que espero, não busque nem estabeleça certezas, mas desperte
o desejo permanente de investigação perante a dança e a arte –
que, para mim, se confundem com a vida.*
Klauss Vianna

Reflito nessa monografia sobre minha experiência na graduação em Dança e a disciplina de *Estudos do Movimento e Práticas Corporais I*; como observadora do corpo do outro na pesquisa de campo e; agora como investigadora do movimento e futura docente em Dança. Sigo buscando reflexões que vão ser desdobradas em novas pesquisas sobre o corpo. Sendo que esse olhar mais cuidadoso para o corpo do outro já se torna um olhar de futura docente. Neste capítulo apresento reflexões que me movem enquanto artista/pesquisadora de Dança e movimento.

Os processos artísticos e pedagógicos estão em constante transformação e, novas investigações surgem e se reatualizam em constante movimento. Assim segue essa pesquisa, que a cada nova descoberta cria um florescer dançante e apresenta um leque de possibilidades para a formação e atuação em Dança. “A formação em dança é, conscientemente, uma pesquisa permanente - um estudo plural, transformador, uma proposta de vida para aqueles que a ela se dedicam” (MILLER, 2016, p.11).

As práticas pedagógicas de Dança que referencio nessa pesquisa buscam valorizar o indivíduo e não a forma. Sendo assim, ensinar Dança não se resumiria a sequências coreográficas prontas, mas sim à investigação do movimento no ato do dançar. Klauss Vianna foi um dos propositores de um pensamento e uma prática de dança que valoriza justamente esses aspectos de enaltecimento do indivíduo e sua subjetividade, e não a mera execução de formas. Assim como Klauss, diversos outros pesquisadores atuaram e vêm atuando nessa linha de pensamento, pesquisa e ensino de Dança, um exemplo é a dançarina e educadora Clara Faria Trigo.

Clara Faria Trigo possui mais de 20 anos como profissional do movimento e da Dança, assim como pesquisadora e educanda. É criadora da metodologia Instabilidade

Poética e do equipamento conhecido como Flymoon⁵, que propicia desafios de coordenação motora, de equilíbrio, força e ludicidade. Atualmente Clara é professora da Escola de Dança da Universidade Federal da Bahia (UFBA).

Conheci o trabalho de Clara Trigo quando a mesma veio ao IFG, ministrar uma palestra e aula aberta sobre o método Instabilidade Poética, em 2016. Só tive contato com o seu trabalho no grupo de pesquisa/estudo oferecido pela professora Tainá Barreto, quando passei a frequentá-lo em 2019, com o intuito de incrementar a experiência corporal e alimentar a pesquisa prática descrita nessa monografia.

O trabalho com o aparelho de Flymoon pode ser entendido como uma abordagem somática de educação do movimento, pois, ao proporcionar desafios de equilíbrio e propriocepção, permite que cada indivíduo encontre estratégias próprias para se manter por sobre o aparelho. Acredito que o trabalho proposto por Clara dialoga com essa pesquisa, pois apresenta possibilidades poéticas e diversificadas de se trabalhar com o corpo e a Dança.

Nos domínios do projeto de pesquisa mencionado, o que mais interessa é a possibilidade de construção de certa autonomia corporal e a qualidade que almejamos como profissionais da dança. É nesse ponto especificamente que encontro eco nas minhas reflexões. O interesse comum recai por práticas pedagógicas criativas que não apenas reproduzam acriticamente uma tradição ou método, mas que favoreçam a experiência pessoal como forma privilegiada de construção de conhecimento.

A professora Tainá, na busca por uma prática corporal que propicie senso crítico e autonomia, compreende, em consonância com Trigo (2014), que além do processo de aprender e executar movimentos pré-determinados, é fundamental incluir sistematicamente estratégias para a busca criativa individual nos processos de aprendizado e vivência de movimento. É nesse ponto que minhas reflexões e desejos de pesquisa dialogam com o trabalho sobre Instabilidade Poética.

O ensino de Dança que aqui abordo não é sinônimo de aquisição acumulativa de habilidades ou técnicas. Mas sim um processo de investigação que provoca nos alunos um caminho a estar no mundo de forma consciente e potente através da expressão corporal. “Teria, assim, o papel não de “soltar” ou reproduzir, mas sim de instrumentalizar e de construir conhecimento em/por meio da dança com seus alunos,

⁵ Meia-lua invertida que proporciona um balanço contínuo e provoca no praticante o trabalho com a instabilidade, ou seja, sem a sensação de “terra firme”.

pois ela é forma de conhecimento, elemento essencial para a educação do ser social.” (MARQUES, 2003, pp.23-24).

As coreografias possuem o seu papel importante no ensino de Dança tanto em academias no ensino informal, quanto em escolas na rede básica de ensino. Reconheço sua potencialidade como metodologia para o ensino aprendizagem em Dança. Porém, o que levanto como questionamento é no sentido de não limitar a Dança a esse lugar da mera repetição de passos. “O bailarino não se restringe a decorar e a reproduzir passos do coreógrafo, mas também atua na criação em processo colaborativo, proporcionando, portanto, espaço à expressividade de cada um” (MILLER, 2016, p.40).

Se a Dança não se resume somente a executar passos como poderia ser o ensino de Dança? Quais as possibilidades que o professor poderia apresentar aos seus alunos através da Dança e do movimento consciente? Como as práticas corporais juntamente com a técnica Klauss Vianna poderiam contribuir para o processo de ensino aprendizagem em Dança? São alguns questionamentos que trago para discussão nesse capítulo de monografia.

Para Marques (1998), a dança é uma forma de conhecimento, sendo essencial para a educação do ser social, sendo nesse sentido capaz de mobilizar e educar de outra forma ao longo da formação humana. Então é necessário perceber essas sutilezas para que possamos construir outras formas de ensino-aprendizagem valorizando as individualidades dos alunos, que podem ser provocadas e proporcionadas por meio de um conjunto de procedimentos de investigação e aplicação da Técnica Somática e da Dança.

Contudo, se a própria técnica já se apresenta como processo de investigação na sua construção didática, como o faz a técnica Klauss Vianna, o indivíduo já se disponibiliza de forma distinta em outras aulas, e a sua aplicação será direcionada à pesquisa corporal em questão (MILLER, 2012, p.28).

A Educação Somática e Técnica Klauss Vianna contribuem para a formação do profissional da Dança, ampliando seus conhecimentos tanto como educador quanto artista.

Em uma aula de dança baseada em princípios da Educação Somática, a repetição é importante, porém a sensação do corpo não é sacrificada em detrimento da execução de um movimento. A repetição de um movimento é baseada na investigação de como o movimento se dá e não na cópia da forma ditada pelo professor. Não se busca a maestria da forma, nem aperfeiçoamento, através de uma repetição exaustiva do movimento diante do espelho. O movimento é feito a partir do sentir. Enfatizando a consciência corporal e a aquisição de novas habilidades motoras, as estratégias pedagógicas da Educação Somática têm assim um impacto na qualidade do movimento dançado (BOLSANELLO. 2005. P.14).

Sendo que o ensino através do conhecimento corporal pode redirecionar o corpo, o equilíbrio, a tonicidade muscular, os micro e macro movimentos das articulações, valorizar a importância da pele, e a tornar os sujeitos dançantes perceptivos e mais integrados. Além de que as aulas promovem autonomia corporal, remetendo o corpo ao estado de soma, ou seja, o corpo humano na sua totalidade. Essas propostas seriam possíveis porque possui um ensino de Dança com enfoque somático.

Os professores de Dança alimentados pela Educação Somática desenvolvem um olhar mais sensível e afluído quanto ao movimento humano e sua abordagem nas aulas. Esse profissional possui um estudo muito mais aprofundado do corpo e movimento, incitando, orientando e incentivando novos olhares sobre o corpo. O que por consequência é capaz de ver o potencial de cada aluno e suas limitações, estimulando a expressividade e propondo movimentações de qualidade. Desse modo, o professor provoca nos alunos um corpo soma/vivo e consciente, elaborando aulas de forma mais consciente e crítica, construindo um caminho de pesquisa.

Relata Clara Trigo sobre sua própria experiência:

No momento em que, a partir dessa autonomia, transformei meu esquema perceptivo, reconheci meu corpo de diferentes maneiras e incorporei a investigação pessoal como atitude de vida, passei a transformar e modificar o repertório de movimentos aprendido e avancei no desenvolvimento de novos repertórios. Entendi que era muito relevante que as minhas estratégias de ensino passassem também pela investigação pessoal e não ficasse reduzidas à transmissão automática e repetitiva de vocabulários e exercícios específicos (TRIGO, 2014, p.19).

Desse modo, é interessante valorizar o conhecimento que vem de cada aluno, pois isso faz parte de seu aprendizado não só na sala de aula, mas também na vida. Sendo que Rainer Vianna afirmava que há diferença entre um aluno que se torna professor e outro aluno que estuda para se tornar professor. Ou seja, aquele que se dedica a um estudo mais aprofundado do movimento se torna um professor de qualidade.

Paulo Freire (2009) afirma sobre a necessidade dos educandos entenderem que ensinar não é transferir conhecimento, mas criar possibilidades para a construção do saber. Sendo que os educandos podem reconhecer-se como sujeitos que não só aprendem, mas produzem saberes e, com esse conhecimento não se permitem seres moldados. O ensino que aqui defendo tem um grande potencial e se aproxima do pensamento de Freire, pois são aulas que estimula o aluno ao seu crescimento individual e, possibilitam a construção de pensamentos reflexivos e sensíveis por meio do conhecimento.

A experiência dos alunos junto com suas descobertas ao longo das aulas ampliam as necessidades específicas de cada corpo, criando práticas pedagógicas pessoais que enriquecem o processo de ensino/aprendizagem em dança e, possibilitam uma melhora no estado físico, mental e afetiva dos alunos. Sendo que para Isabel Marques (2010) é necessário fazer com que nossos alunos e alunas se tornem sujeitos críticos e autores que produzem dança. Com isso, poderão ser também sujeitos reflexivos no mundo.

A formação desse profissional enquanto artista, professor e pesquisador do movimento abarca um conhecimento que permite aplicar a metodologia com clareza e cuidado aos alunos. Sendo esse conhecimento não superficial, mas sim adequado e rico no processo de aprendizagem em Dança. Processo esse teórico/prático/criativo no qual o trabalho de pesquisa e aprendizado pretende se chegar a processos potentes.

Refletindo sobre esses olhares no ensino aprendizagem em Dança, ressalto que a vivência que tive ao longo do curso de Dança torna o meu olhar docente mais afluído. Toda a minha experiência com o corpo vai reverberar na minha futura atuação docente. Pois, primeiro eu vivo a dança, somente depois posso ensinar Dança. Desse modo, preciso (re)conhecer o meu próprio corpo para ser uma professora que trabalha com o corpo. É preciso ter consciência de si, para aguçar a consciência corporal no corpo do outro.

Eu me pergunto, então, como a minha experiência modifica a minha futura prática docente? Como essas experiências de descoberta pessoal podem influenciar na atuação docente? É necessário aguçar o olhar enquanto artistas e estudantes de Dança ao longo da graduação. Por isso é importante que esse processo de florescer corporal dos licenciandos seja produtivo.

É importante ressaltarmos que a formação do docente em Dança assim como as instituições que proporcionam esse ensino/formação é ligada a toda uma história da Dança no Brasil. Sendo que esses entrelaçamentos definem atuações artísticas e pedagógicas que são passadas de geração para geração, e que se atualizam a cada nova aprendizagem e olhares dançantes.

As relações que se processam entre corpo, dança e sociedade são fundamentais para a compreensão e eventual transformação da realidade social. A dança, enquanto arte, tem o potencial de trabalhar a capacidade de criação, imaginação, sensação e percepção, integrando o conhecimento corporal ao intelectual (MARQUES, 2010, p.5).

Desse modo, o aprendizado que é histórico e cultural fundamenta a prática docente e a prática discente em Dança. Refletindo sobre o contexto escolar e sobre essa trajetória histórica e cultural da Dança, temos um universo muito rico por sua diversidade. Sendo que cada aluno tem uma história particular e um contexto familiar distinto, o que influencia nessas trajetórias. Desse modo, as aulas de Dança podem ser um espaço-momento de reconhecimento dessas individualidades, de se trabalhar com preconceitos, bullying, e outros fatores sociais, econômicos e culturais. O professor está instigando o aluno o tempo todo a perceber como o corpo sente? O que move o corpo? O que é o corpo?

Essa atenção não se dá somente entre as quatro paredes da sala de aula, mas na vida. É um convite a perceber o corpo na rua, no trabalho, em casa. Portanto, a destreza técnica não é o foco, como em algumas aulas de dança. É uma prática corporal que dá espaço à criatividade, em que são trabalhados elementos técnicos necessários para o corpo, resultando na melhor execução e na expressão do movimento. A proposta dessa abordagem é o uso da técnica como construção de um corpo próprio, buscando um caminho para acessar o próprio corpo, singular, que é diferente do corpo do outro (MILLER, 2016, p.22).

Desse modo, os princípios trabalhados com essa metodologia não se reduzem ao acúmulo de habilidades corpóreas, mas sim envolvem um pensar/sentir o corpo que está no movimento enquanto executado com atenção, sentindo-o e tornando-se pesquisador e espectador do próprio corpo. Essa característica poderia ser uma forma de participação e inclusão não só de bailarinos ou profissionais da dança, mas executivos, músicos, donas de casa, entre outras pessoas, em uma mesma aula.

Sendo assim, quando abordado o corpo de maneira simples e movimentos cotidianos o aluno se aproxima do seu dia a dia, o que faz o ensino ser mais leve e produtivo. O corpo nesse sentido se torna mais disponível, tendo em si a escuta do próprio corpo. Nas palavras de Jussara Miller (2016), “não existe dança se não houver primeiro o corpo” (p.59).

Atualmente, muitos estudiosos e docentes em Dança atuam na área somática do movimento e de outras técnicas corporais que abordam o corpo como fonte de pesquisa, inovando para uma metodologia não mecanicista do corpo. Esse trabalho com enfoque somático nas aulas de dança é um tanto minucioso e se constrói com base em pesquisas, reflexões e muito movimento. Sendo também que esse trabalho não é fechado na técnica em si, mas na proposta de acessar o corpo por meio de experimentações com foco no processo investigativo do movimento, e não no produto artístico e acabado.

Se a aula de Dança que pretendo enaltecer se refere a um universo somático, sensível e de consciência corporal, ao invés de técnicas prontas e mecanicistas, que Dança seria essa que tanto defendo? Afirmo que a Dança se encontra no interior de cada

sujeito, essas respostas poderiam ser afirmadas no corpo de cada um que pode vivenciar a sua dança, o seu movimento, criativo e único.

A Dança, um universo tão grandioso, poderia ser dançada nas metodologias de criatividade, autonomia e sensibilidade no contexto escolar, para além das coreografias criadas em datas comemorativas... Poderia ser dançada nos movimentos de qualidade e prevenção de lesões no contexto da saúde... Poderia ser dançada no desenvolvimento de habilidades, tonicidade muscular e técnicas de criação artística... “Este conjunto de saberes pressupõe reconhecimento do corpo em movimento e das capacidades perceptivas e criativas individuais como fonte de autoconhecimento e transformação pessoal” (TRIGO, 2014, p.129).

Essas e outras reflexões são parte de uma pesquisa que está em constante movimento. Poderia trazer algumas respostas, mas não seria possível, pois as respostas estão dentro de cada corpo dançante. Ao mesmo tempo em que reafirmo a minha pretensão de levantar reflexões, não ideias pré-fabricadas e conclusivas. “Necessitamos perceber a importância de continuar alimentando o processo ao invés de torná-lo um produto acabado” (MILLER, 2016, p.89).

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Novas Sementes

*Gente é como nuvem, sempre
se transforma.
Angel Vianna*

Nesta monografia busquei relacionar minha vivência enquanto estudante da Licenciatura em Dança, observação na pesquisa de campo, entrevista feita com alguns alunos da disciplina, e minha investigação baseada em autores da área da Dança, Educação Somática e Técnica Klauss Vianna. Durante o processo fui atravessada por esse desejo de investigação, sendo que a escrita fez parte do meu processo prático/corporal.

Desejo ter contribuído para a reflexão e discussão sobre processos pedagógicos e criativos na área da Dança, bem como, para a produção de conhecimento no campo das Artes do Corpo através dessa pesquisa. Anseio também ter despertado no mínimo o interesse, naqueles que trabalham com a Dança, sobre a importância do movimento como propulsor de consciência corporal e de um corpo enquanto soma/vivo.

O encontro das áreas de conhecimento abordadas ao longo dessa investigação (Dança, Educação Somática e Técnica Klauss Vianna) também pretende propiciar um senso crítico e autônomo para o processo de ensino aprendizagem em Dança. Sendo que a abordagem aqui defendida não se finda em aprender e executar movimentos pré-determinados. Mas sim, defende como prática fundamental incluir estratégias para a busca criativa individual no processo de (re) conhecimento e aprendizado do movimento enquanto somático, ou seja, do movimento enquanto vida.

A formação e atuação docente em Dança são permeadas por desistências, medos, dúvidas, lutas, resistência, conquistas e reconhecimento. Sendo um espaço de muitas fragilidades, por isso faz-se necessário reafirmar o lugar da Dança como potência. As pesquisas na área da Dança possibilitam reforçar a potencialidade que o ensino artístico

e pedagógico possui. Trago essa reflexão porque ela se relaciona com a minha investigação e experiência dançante, pois busquei aquilo que tinha desejo em investigar e ao mesmo tempo levantei reflexões e possibilidades para esse universo que tanto precisa ser reforçado e valorizado.

A intersecção das áreas da Dança, Educação Somática e Técnica Klauss Vianna apontam para futuras pesquisas para a Arte-educação, mais especificamente em Dança, e nas metodologias de ensino dos licenciandos e futuros docentes. Sendo que apontei minimamente caminhos para uma formação e atuação mais florida e recheada de possibilidades.

Somado a isso, refleti sobre as concepções de corpo e Dança intrínsecas às abordagens somáticas do movimento. Desse modo, essa pesquisa pretendeu contribuir com reflexões artísticas e pedagógicas sobre o fazer-pensar do corpo para os pesquisadores da área. Por fim, fui desvendando possíveis caminhos de Dança.

REFERÊNCIAS

BARRETO, Tainá Dias de Moraes. **Poética de corpos transitando entre a Dança e a Flymoon: relatos de uma prática de pesquisa desenvolvida no IFG**. Artigo não publicado. Apresentação oral no IVENPAIF – Encontro Nacional de Professores de Arte dos Institutos Federais, Curitiba, 2019.

BOLSANELLO, Débora Pereira. **Educação somática: o corpo enquanto experiência**. Motriz, Rio Claro, v.11 n.2 p.89-96, mai./ago. 2005.

BOLSANELLO, Débora Pereira. **A educação somática e o contemporâneo profissional da dança**. Revista DAPesquisa - Universidade do Estado de Santa Catarina - UDESC - Centro de Artes – CEART. V. 7, n. 9. 2012.

DOMENICI, Eloisa. **O encontro entre Dança e Educação Somática como uma interface de questionamento epistemológico sobre as teorias do corpo**. Pro-Posições Campinas, V.21, N.2 (62), P.69-85, MAIO/AGO. 2010.

FREIRE, Paulo. **Pedagogia da Autonomia: saberes necessários à prática educativa**. 39.ed. São Paulo: Paz e Terra, 2009 (Coleção Leitura).

FORTIN, Sylvie; VIEIRA, Adriane; TREMBLAY, Martyne. **A experiência de discursos na dança e na educação somática**. Journal of Dance and Somatic Practices, Bristol, UK, v. 1, n. 1, p 47-64, 2009. DOI: 10.1386/JDSP.1.1.47/1.

LIMA, José Antonio de Oliveira. **Educação somática: limites e abrangências**. Pro-Posições. Campinas, v.21, n.2 (62), p.51-68, maio/ago. 2010.

MARQUES, Isabel. **Linguagem da dança: arte e ensino**. São Paulo. 2010.

_____. **Dançando na Escola**. São Paulo: Cortez Editora, 2003.

_____. **Parâmetros Curriculares Nacionais e a Dança: Trabalhando com os Temas Transversais**. Revista Ensino de Arte, nº 2, ano I, 1998;

MILLER, Jussara. **A escuta do corpo: sistematização da Técnica Klauss Vianna**/ Jussara Miller. -3 ed. - São Paulo: Summus, 2016.

_____. **Qual é o corpo que dança? : dança e educação somática para adultos e crianças**/ Jussara Miller. - São Paulo: Summus, 2012.

MILLER, Jussara; NEVES, Neide. **TÉCNICA KLAUSS VIANNA – CONSCIÊNCIA EM MOVIMENTO**. Revista do LUME. Núcleo interdisciplinar de Pesquisas Teatrais- Unicamp. N.3, set. 2013.

MILLER, Jussara; LASZLO, Cora Miller. **Começar diferente: Técnica Klauss Vianna para crianças e adolescentes**. R E V I S T A T K V V. 2 , N ° 2 - 2 0 1 8.

NEVES, Neide. **Klauss Vianna: estudos para uma dramaturgia corporal/** Neide Neves. - São Paulo: Cortez, 2008.

STRAZZACAPA, Márcia. **Entre a Arte e a Docência- A formação do artista da dança.** Campinas, SP: Papirus Editora, 2006.

SOUZA, Giorrdani. **O Corpo Cênico, Movimento e Imagem Corporal: Uma Proposta Prática na Formação do Ator-Criador.** Monografia de especialização. Faculdade Angel Vianna. Recife. 2013.

TRIGO, Clara Faria. **Instabilidade poética: síntese provisória de uma prática de movimento** / Clara Faria Trigo. – Salvador, 2014.

VIANNA, Klauss. **A Dança.** São Paulo: Siciliano, 1990.

VIANNA, K.; CARVALHO, M. A. de. **A Dança.** São Paulo: Summus Editorial, 3ª ed., 2005.

