

# "O 'eu corporal' em terapia morfoanalítica"<sup>1</sup>

Neide Diefenbach\*

## 1. PRELIMINARES

O interesse deste estudo intitulado como "O 'eu corporal' em Terapia Morfoanalítica" foi definido pela evolução da análise do movimento humano, onde o terapeuta corporal em sua abordagem acompanha as necessidades do "outro", e, nada mais justo do que a preocupação com a formação pessoal uma vez que esta tem uma dimensão educativa-terapêutica.

Este artigo é produto da dissertação apresentada no Programa de Mestrado em Ciências do Movimento Humano na Escola de Educação Física da Universidade Federal do Rio Grande do Sul, que teve como orientador o professor doutor Airton Negrine.

A investigação situa-se dentro da linha de pesquisa intitulada de "*Práticas Corporais Alternativas*", tendo como indagação o seguinte problema:

Quais são os significados e influências do 'eu corporal' em Terapia Morfoanalítica?

Os objetivos desta proposta vivencial foram de reconhecer os elementos do quadro terapêutico com os registros do processo de identidade corporal, ou seja, imagem e consciência corporal e verificar as implicações na conduta pessoal e profissional.

Diante da problemática corporal, e para melhor apresentar os resultados dessa investigação, organizamos este artigo em momentos distintos. O primeiro referente ao histórico do método, evolução, assunto da pesquisa, con-

texto do problema e perspectiva teórica. No segundo momento, apresentamos os aspectos metodológicos do estudo e as estratégias utilizadas na coleta de informações e no terceiro momento, situamos a discussão nos resultados da metodologia adotada com os voluntários com as devidas discussões e conclusões.

## 2. HISTÓRICO

A Terapia Morfoanalítica é fruto do processo profissional e pessoal de Serge Peyrot (1992), que iniciou a carreira como fisioterapeuta com tratamentos clássicos de reeducação, que, na maioria dos casos, tornaram-se insuficientes, com escassas mudanças físicas e de contatos humanos superficiais. Essa premissa da qual partiu foi suficiente para evoluir em seus estudos até a elaboração da Terapia Morfoanalítica, método que trata o corpo como todo, onde a globalidade é levada em consideração, pois, de acordo com o método, aspectos não físicos passam pelo corpo e podem ser elaborados, discutidos e avaliados.

A partir da formação com Mézières na década de 70, Serge Peyrot deparou-se com a análise do corpo numa abordagem dinâmica, incluindo os aspectos psicoemotivos do quadro corporal com a própria experiência em diversas técnicas corporais, psicocorporais e analíticas, aprofundando-se no aspecto vivencial do corpo encontrando apoio nos estudos de Sarkissov (1992), que com um enfoque psicanalítico situa o corpo como peça fundamental na reestruturação do ser humano. Conseqüentemente, Peyrot, a partir dessas premissas

**...a Terapia Morfoanalítica é um trabalho psicocorporal global e analítico que se dirige a vários aspectos do ser humano".**

...sas definiu um método afirmando que a *Terapia Morfoanalítica é um trabalho psicocorporal global e analítico que se dirige a vários aspectos do ser humano*".

A Terapia Morfoanalítica integra em uma mesma atuação o trabalho corporal global, mediante a harmonização das tensões musculares, o ajustamento das cadeias musculares de compensação com o despertar e desenvolvimento da consciência corporal e sensorial. O trabalho é analítico por entender que o sofrimento é global, pois pode manifestar-se em dores corporais como emocionais.

**O corpo humano – sujeito, objeto e ação – é resultado de uma estrutura corporal verbal e psíquica, que sofre influências diretas no processo vital.**

O despertar da sensibilidade profunda, o reencontro e a verbalização das sensações, a expressão das emoções, permitem o indivíduo sentir, elaborar e compreender as suas manifestações, para poder ter uma reparação e restabelecer a harmonia em todas as suas dimensões de ser.

Em função da necessidade, Serge Peyrot criou na França um centro de estudos, com um programa de formação com grupos terapêuticos, onde trabalhos práticos e teóricos são elaborados, analisados e experimentados com o intuito de facilitar a assimilação e compreensão dos aspectos comportamentais, tônicos e proprioceptivo do corpo, que se justifica pelos seguintes fatores:

1) A descoberta da sensibilidade com o trabalho vivencial responde a necessidade de reconectar o "ser" com a verdadeira linguagem do corpo, em sua expressão e seu significado;

2) O despertar da consciência proprioceptiva e sensorial permite a identificação do corpo, favorecendo a percepção da unidade psicocorporal;

3) A verbalização decifra a vivência, comunica a experiência e permite o acesso ao conteúdo de cada ação. A palavra auxilia a ordenar, compreender e manifestar o sentido do momento vivenciado.

O requisito indispensável para a atuação é a terapia pessoal, onde o terapeuta pode desenvolver a sua habilidade e sensibilidade corporal e mental. A identificação com esse

método, traduz-se por uma necessidade de qualidade no âmbito profissional e pessoal, o que faz concordar com Bonaventure (in Von Franz, 1984), quando diz que ninguém pode ter uma ligação com o outro se não tiver consigo mesmo, assim a investigação teve esta preocupação com o "outro" e o "ser terapeuta".

### 3. ASSUNTO DA PESQUISA E CONTEXTUALIZAÇÃO DO PROBLEMA

O corpo humano – sujeito, objeto e ação – é resultado de uma estrutura corporal verbal e psíquica, que sofre influências diretas no processo vital. Na opinião de Keleman (1992), o corpo sente e reflete a sua própria continuidade e forma, pois é um organismo em autoconstrução e o conteúdo, forma e volume devem ser considerados na relação homem/movimento e postura/ação, dos quais tem, até então, fatores desconhecidos, controlados e desconsiderados dos próprios experimentos. O equilíbrio postural e a dinâmica corporal fazem parte da ciência do movimento humano, que busca entender como se processa a análise interna e externa de cada um de nós.

E no entendimento do indivíduo, devemos considerá-lo como um todo, inseparável de seu corpo, seus aspectos conhecidos, desconhecidos e não assimilados, o que em expressão "fala" muito.

A abordagem de Campus in Melo Filho (1992) elucida a compreensão do assunto quando diz:

"O indivíduo fala com o corpo e com ele se defende, com o corpo ele obtém atenção e cuidado, com o corpo ele exprime seus desejos e fantasias. Com o corpo ele enfrenta situações estressantes e provavelmente com o corpo também se recrimina, também se culpa" (p.23).

A observação de si mesmo, a experimentação, a atenção e a consciência são aspectos importantes que são tidos como ferramentas para realização e compreensão dos mecanismos corporais. E através ou atrás destes mecanismos se encontram ou se escondem os aspectos da vida emocional. Então, para

considerar o corpo, há de se considerar a sua integridade e sua unidade diferenciada do outro. Assim, encontramos subsídios para entender que o estado corporal e o estado emocional dão a sensação de existência, onde a vivência corporal passa a ser o favorecedor desses aspectos e de sua consciência.

#### 4. METODOLOGIA QUE NORTEOU O PROCESSO INVESTIGATÓRIO

A metodologia adotada é descritiva e situa-se dentro de um paradigma de pesquisa qualitativa. Conforme Bogdan e Biklen (1992), por ser descritiva, o investigador deve preocupar-se com o processo e não simplesmente com o resultado do produto, implicando-se com a intenção de análise e do significado e influências da experiência para cada um dos envolvidos na investigação.

Para o desenho metodológico, tomou-se apoio também Metzeler e colaboradores (1994), seguindo algumas algumas sugestões com a intenção de observar os detalhes, refletindo sobre o discurso e em busca do que estava por trás da consciência corporal e das próprias sutilezas da identidade corporal.

Para coletar informações, utilizou-se os seguintes instrumentos: entrevistas, desenhos, observações, questionários-diários e memorial descritivos.

Os critérios de confiança com o quadro terapêutico em atitude de presença, respeito e ritmo instalado com cada voluntário, necessitou de um nível de produção desafiante por ser uma investigação disciplinada, avaliada por critérios de qualidade, onde investigador fez sua auto-reflexão e auto-análise para sedimentar ainda mais o crescimento pessoal, do qual esta internamente dependente o crescimento profissional.

#### 5. PARTICIPANTES E ESTRATÉGIAS NA COLETA DE INFORMAÇÕES

Foram selecionados 24 (vinte e quatro)

voluntários, sendo a maioria da área da saúde com idades entre 25 (vinte e cinco) e 40 (quarenta) anos. A escolha da faixa etária se deu pelo fato de ser uma fase significativa no sentido existencial de comunicação consigo mesma, conforme sugerem Mosquera e Stöubaus (1983).

A coleta de informações foi realizada entre os meses de setembro e dezembro de 1996, com vivências individuais, com a periodicidade de uma vivência por semana. Estas foram realizadas em uma sala apropriada quanto à luz, som e suficientemente confortável, de forma que possibilitasse o desenrolar do processo investigatório.

Para coletar informações foi necessário definir algumas estratégias e etapas do trabalho que envolveu a definição de instrumentos como: *A entrevista inicial* com dois momentos distintos, um explicativo sobre a prática corporal e o método seguindo da leitura morfológica, momento da verificação segmentária do aspectos corporais do voluntário. E finalmente, a solicitação do desenho da representação do corpo (representação gráfica do corpo do voluntário).

*As vivências corporais*, num total de 11(once) tiveram um caráter individual e evolutivo onde os questionários-diários foram o documento de registro sobre o aspecto vivenciado, verbalizado e analisado de cada vivência. Tiveram a finalidade de constatar a coerência do discurso com o aspectos vivenciado e expressado por cada um dos voluntários.

*A entrevista final* ocorreu após o término das vivências, momento em que também foi solicitado a cada voluntário que realizasse o segundo desenho da representação do corpo. Neste momento de coleta de informações o facilitador adota uma postura de escuta para ouvir dos voluntários a análise comparativa dos desenhos que foram produzidos por cada um dos participantes.

Levando em consideração a solicitação dos voluntários, foi realizado um *encontro coletivo de encerramento* no mês de dezembro/96, momento de troca de informações e

**O trabalho é analítico por entender que o sofrimento é global, pois pode manifestar-se em dores corporais como emocionais.**

reflexão sobre o que foi vivenciado na Terapia Morfoanalítica.

As etapas de coleta de informações foram sistematicamente transcritas e acompanharam a seqüência conforme aparece no quadro 1 (no final do artigo).

## 6. ROTINA DAS VIVÊNCIAS CORPORAIS EM TERAPIA MORFOANALÍTICA

Todas as vivências corporais foram divididas em momentos. O primeiro, denominou-se *chegada e preparação*, onde houve o tríplice contato, isto é, a empatia, o toque e a verbalização, três fatores que se interligaram na interação do investigador com o voluntário. O tríplice contato constitui-se um veículo de entendimento e favorecimento da relação terapêutica corporal. Estímulo de atenção às sensações, percepções e sentimentos, com o intuito de colocar o voluntário em contato consigo mesmo.

O segundo momento foi a realização da *leitura morfológica*, tempo e espaço de constatação do investigador sobre as referências corporais que o voluntário relatou.

O terceiro momento, o principal da sessão de morfoanálise, teve um aspecto evolutivo, e se constitui de etapas, onde a primeira foi o convite ao trabalho no solo, em decúbito dorsal com a realização novamente do *tríplice contato*; a segunda foi com o *trabalho postural global*, que compreendeu as seguintes fases: (1) instalação do trabalho respiratório; (2) alinhamento do corpo no solo, (3) solicitação do trabalho ativo/passivo. Na terceira etapa, realizou-se a *massagem sensitiva*, com o deslizamento suave das mãos do investigador ao longo dos membros superiores e inferiores do voluntário. E na última etapa a *verbalização* sobre o aspecto vivenciado, com intuito de elaborar o sentido da informação corporal.

Na continuidade da sessão, havia o momento final da vivência, caracterizada pelo voluntário na posição em pé novamente, momento em que se realizava a *segunda leitura morfológica*, para comparação, constatações

corporais e reflexões das modificações. Logo em seguida, o voluntário era orientado para elaborar o questionário-diário, e, ao encerrar a sessão, o facilitador/pesquisador, solicitava ao voluntário para elaborar o memorial descritivo, ou seja, fazer seus registros pessoais sobre o que foi vivenciado (registro das emoções, sensações sensitivas e sensoriais, confortos e desconfortos, etc.)

## 7. DESCRIÇÃO E ANÁLISE DAS INFORMAÇÕES

O procedimento de descrição das informações foi de manter originalidade do discurso e anotações de cada voluntário, tendo presente categorias que verificamos à luz dos pilares de atuação da Terapia Morfoanalítica. Nesse artigo faremos um apanhado geral dos resultados obtidos em cada etapa do processo vivencial.

### a) Entrevista inicial

Na entrevista inicial, obtivemos, em síntese, que a maioria dos voluntários falou de seu corpo de forma muito breve e negativamente, com um discurso ligado a estética corporal e que tinham intenção de mudança em vários aspectos. Sinalizaram níveis baixo de auto-estima e auto-imagem, dos quais interferiam no aspecto profissional. Apresentaram uma identidade e uma unidade corporal fragilizada, dando idéia de corpo associado a sofrimentos e traumas, carregados de muita emoção gerando ansiedades e angústias.

Na leitura morfológica, o discurso traduziu, de certa forma, o que os voluntários percebiam, sentiam e pensavam em relação aos segmentos corporais. Verificamos, assim, uma carência do conhecimento de si mesmo, com uma forma dispersiva quando falaram de si e em si, e, em contrapartida, evidenciavam uma necessidade de atenção. A postura, o olhar, comunicação não-verbal e os gestos acompanharam uma verbalização também dos aspectos afetivos, cognitivos e simbólicos do corpo e uma aparente falta de identificação com o próprio corpo.

**Todas as vivências corporais foram divididas em momentos. O primeiro, denominou-se chegada e preparação, onde houve o tríplice contato, isto é, a empatia, o toque e a verbalização, três fatores que se interligaram na interação do investigador com o voluntário.**

Cabe ressaltar que a unidade corporal dos voluntários, enquanto analisados na posição em pé, foi muito mais rica em termos do aspecto observado, do que pela própria palavra referida. O que nos faz concordar que o homem é um ser em movimento e, ao mover-se, põe em funcionamento formas de expressão completas e complexas, e, ao exprimir-se com seu corpo, ele o faz de maneira tão clara, que não há como desdizer ou voltar atrás. E compactuando com Damásio (1996), encontramos subsídios que o estado corporal e o estado emocional se refletem na estrutura e, logo na imagem corporal, nos dando um caminho da relação com o meio e as suas necessidades.

As afirmações nas entrevistas iniciais nos indicaram uma existência de conflito de alguns voluntários, com reflexos no desempenho profissional e uma carência de aprofundamento no conhecimento de si. Índices de uma relação justa da intenção dos voluntários com a própria investigação na busca dos significados e influências do "eu corporal".

Revisando certos conceitos, Lapiere e Aucouturier (1982) falam sobre a consciência do corpo dizendo que esta se traduz pela representação mental que o indivíduo tem de si mesmo, sobre a situação respectiva das partes corporais, sua unidade, conjunto; enfim, identidade. Seguindo este raciocínio se pode inferir que a auto-imagem é construída a partir da visão que se tem de si mesmo, partindo dos próprios pontos de referência e, por influência advindas da imagem que se faz de outras pessoas. Nesse sentido, Feldenkrais (1977) fala que a auto-imagem é responsável pelo modo como pensamos, agimos e sentimos. Com essas revisões, soubemos o quanto a pesquisa esteve diante da corporeidade e sua função no processo educativo-terapêutico.

De acordo esses pressupostos teóricos e com que manifestou o grupo de voluntários, podemos analisar aspectos pouco positivos em relação aos elementos da ação, ou seja, movimentos, sensações, sentimentos e pensamentos sobre si mesmo dos voluntários. Ficando claro o pedido de cada um, onde nos fizemos a seguinte pergunta no momento inicial: *Será que as dores e os desconfortos na superfície do corpo dos voluntários estavam sendo subs-*

*tituto de sensações dolorosas internas?* Por outro lado, pareceu-nos que as dores internas encontravam lugar para manifestarem-se no corpo. E diante das expectativas iniciais, verificarmos, descrevemos e analisamos os aspectos vivenciados de cada voluntário.

## b) Vivências corporais

Na análise das vivências corporais, houve uma evolução no processo de identificação corporal, dos quais alguns podemos entender e descrever, sendo que outros tantos apenas acompanhamos e seguimos a trajetória vivencial, esperando a própria verbalização do voluntário para poder entender o seu momento.

Com o enfoque analítico, deparamo-nos com os pilares de atuação Morfoanalítica com categorias distintas onde o voluntário falou de seu *corpo real*, ou seja, quando ocorreu a distinção do seu corpo, como substância material, o qual pode ser medido, pesado, etc.; *o corpo vivenciado* com a concepção de ser e ter um corpo, lugar das sensações e percepções, isto é, o corpo subjetivo, local de consciência do toque, do peso, do volume, do contorno e dos estímulos proprioceptivos e exteroceptivos; *o corpo emocional*, onde contém toda a memória da evolução psicoafetiva, resultado do histórico de vida de cada um e, finalmente, com intercâmbio com o meio e o investigador, na interação da própria vivência corporal, houve a manifestação e estímulo do *corpo relacional*.

Em síntese, com a maioria dos voluntários, houve um reconhecimento de si e identificação de suas expressões. Onde os sentimentos foram associados ao passado, em história de abandono, repressão, punição e ausência de afeto e amor. Fatores regressivos e transferências ocorreram acompanhados de desejos, segurança e mudança. O processo terapêutico desvendou aspectos do corpo, sua história e emoção, com o questionamento sobre si mesmo, sua função e missão de vida em relação a si mesmo e ao "outro". Descrições como as que seguem foi muito evidenciada através dos memoriais descritivos:

**O segundo momento foi a realização da leitura morfológica, tempo e espaço de constatação do investigador sobre as referências corporais que o voluntário relatou.**

"Senti uma forte presença materna, calorosa e carinhosa que transmitiu segurança e, após isto, aconteceu o relaxamento, prazer e satisfação. Enquanto estava vivenciando, parecia estar em outro lugar, ou seja, no colo de uma mãe(...) da qual me transbordou em sentimentos que antes da vivência eram ausentes e me davam a sensação de vazio; agora a plenitude e satisfação ao sentir que é possível receber o que diariamente eu transmito aos meus pacientes" (V16-viv:5).<sup>2</sup>

das a cada momento vivenciado. As vivências corporais possibilitaram verificar a partir do enunciado de alguns voluntários que houve um desvendar dos seus conflitos o que não aconteceu em uma terapia verbal.

"Trabalhei muito em vários níveis, mas ainda não tinha feito isso com o meu corpo. Este trabalho me auxiliou a complementar o que faltava e consegui esta integração. Sinto que não há esta dualidade e as sensações resultaram em unificação, que me fazem sentir completamente inteira" (V11-viv: 8).

Os aspectos vivenciados levaram alguns voluntários a reflexões do aspecto profissional, a tal ponto de fazer uma análise de vida para poder entender tamanha crise de identidade pessoal e profissional por qual passavam.

"Um trabalho deste nível me leva a pensar nas pessoas que atendo e quem sou eu? Se o que faço é de forma espontânea e satisfatória? Que tipo de resgate é a minha profissão. Questiono ainda a continuidade e necessidade de supervisão dos meus casos? Senti a necessidade de ter uma formação continuada para trabalhar meus conflitos e poder ajudar os outros numa outra dimensão" (V18-viv:6).

Sabemos que as duas unidades corporais (investigador e voluntário) se constituíram, na verdade, de duas estruturas de interior vivo, pleno e em constante movimento, onde o processo de identificação do próprio corpo se integra no lugar do corpo. Para isto ocorrer, dependeu, em primeiro lugar do conhecimento e integridade em pensamentos, sentimentos e emoções do investigador, para que cada voluntário se sentisse acompanhado em seu processo. Em segundo, valeu-se do elemento escuta, ou seja: o saber escutar e ao mesmo tempo permitir o voluntário comunicar ao nível da palavra, do gesto e da expressão de suas intenções, desejos e vontades; uma possibilidade em ampliar a comunicação corporal para si mesmo e para o "outro".

Um dos maiores estimuladores dessa escuta corporal foi o toque, que, como a escuta verbal teve seus momentos de acontecer, permitindo a cada um falar de como se traduziram e significaram o contato com as suas próprias informações.

O terceiro e último elemento foi a pre-

**O terceiro momento, o principal da sessão de morfoanálise, teve um aspecto evolutivo, e se constitui de etapas, onde a primeira foi o convite ao trabalho no solo, em decúbito dorsal com a realização novamente do triplíce contato; a segunda foi com o trabalho postural global, que compreendeu as seguintes fases:**  
**(1) instalação do trabalho respiratório;**  
**(2) alinhamento do corpo no solo,**  
**(3) solicitação do trabalho ativo/passivo.**

A comunicação, aos poucos, passou a ser o reflexo da averiguação das sensações internas de cada voluntário, e o mundo interior tornou-se cúmplice do mundo sensível, resultado da construção da unidade corporal. Assim, os movimentos corporais e a tomada de consciência nos fizeram refletir sobre as relações entre o conteúdo emocional e a forma corporal. Onde a vivência corporal passou a ser um elemento facilitador terapêutico muito forte, verdadeiro e otimizador da identificação de si mesmo.

"A vivência possibilitou uma modificação do sentimento de raiva em uma tranquilidade, que me pôs em contato com a essência interna da minha própria vida, coisa que não sabia que existia. Sentir, refletir e pensar, sempre estavam fora, nas situações da vida e não nas minhas sensações; hoje posso me escutar enquanto tato, contato e toque, não há palavras de tantas informações que me chegam agora, de hoje e de todo um passado" (V3-viv:7).

Os aspectos regressivos nos deram indícios entre a forte ligação dos aspectos sensitivos do corpo e a fragilidade da estrutura onde a história pessoal fora registrada. Demonstrando a capacidade potencializadora da memória, revelando uma emoção onde descobrimos que os sentimentos mais profundos tem um lugar no corpo.

"Me veio a imagem de mim mesma, um bebe mesclado de sentimentos, com resistência na entrega e também abandonado. Tenho uma dificuldade em me sentir um bebe aceito" (V12-viv:5).

Com a maioria dos voluntários, houve uma necessidade de preencher lacuna de sofrimento que precisaram ser vivenciados e tiveram este espaço durante todo processo. Muitas vezes, os voluntários não encontraram palavras para explicar o que aconteceu, mas percebemos muita emoção e muita verdade não só no discurso, mas nas expressões manifesta-

sença do terapeuta no olhar, nas palavras e no próprio silêncio, favorecendo o lado emocional contido no corpo, local dos registros das experiências, desvendando o aspecto relacional do corpo e o significado de uma experiência de cunho educacional e/ou terapêutico.

O contato como fio condutor teve vários caminhos dos quais podemos enumerá-los: o primeiro foi a diretriz através da palavra e acompanhada pelo voluntário no seu corpo; o segundo, pelo pedido do investigador em conscientização; e o terceiro, pela aceitação do toque em determinadas partes corporais aceitando e estando junto em cada movimento direcionado e solicitado. As aportes de Brito (1966) nos ajudam a entender um pouco mais sobre esta questão quando diz: "as comunicações transmitidas por meio do toque constituem o meio mais poderoso de criar relacionamentos humanos, como fundamento da experiência. Sem o toque, há uma tendência de que a palavra ocupe o lugar da experiência e a demonstração de envolvimento é, assim, substituída por declarações verbais"(p.257).

Esse fato foi claro ao longo do processo, pois no início, além da falta de contato, houve uma certa dificuldade pelo constrangimento e também, para alguns voluntários, uma temeridade que foi se diluindo ao longo das vivências. E, aos poucos, a necessidade verbal foi sendo substituída por maior necessidade de toque, possibilitando, ainda mais, intimidade com aspectos verbalizados mais profundos e emotivos. Outro aspecto identificado foi a carência dos voluntários em relação à escuta, de seus próprios corpos e pela falta de diálogo; indicados pela necessidade de explicar muito sobre si mesmo.

Podemos averiguar que, quando associado o toque, a verbalização e a comunicação são empáticas, ou seja, o tríplice contato com a valorização da escuta das sensações, o momento vivenciado se tornou dinâmico e pleno de informações. O aspecto verbalizado tomou o sentido do próprio corpo numa forma diferente de entendimento de si mesmo, pois conforme Montagu (1988), o tato foi o propulsor do que não podemos pronunciar, pois ele é a verdadeira voz da sensação.

Admitindo as possibilidades corporais,

conscientes e inconscientes, os voluntários exercitaram a sua consciência corporal desde o instante em que foram tocados e falaram no que sentiram, identificando sentimentos, lembranças, imagens, sensações e emoções.

"Pela minha posição corporal, de ataque e de defesa, com braços retraídos, punhos serrados e uma respiração contida, curta e com pouca amplitude, e a cabeça baixa, tenho esta mesma atitude perante a repressão da minha mãe. Lembro-me com muito medo dela e isto está aqui como repressão"(V21-viv: 4).

O lado subjetivo se fez presente em cada um, sendo desperto o corpo sensorial, através das técnicas de consciência corporal, estimulando as sensações proprioceptivas (através da pele, dos músculos, dos órgãos internos, etc.) nas diversas percepções de peso, volume, toque (com o chão e as mãos do investigador). O processo vivenciado possibilitou reflexões quanto à responsabilidade do trabalho psicocorporal global e analítico, onde o campo relacional foi estímulo de reconhecimento, entendimento e facilitação, onde a fragmentação, identificação projetiva e despersonalização, foi sendo substituída pela introspecção, integração e identificação, com maior comunicação.

O estímulo de viver, sentir e falar, tornou-se dinâmica impulsionadora da verdade em cada instante, e nos colocou diante da imagem corporal mais integrada e consciente, resultando em aspectos mais positivos e verdadeiros de cada um. Os elementos fundamentais de toda a reparação do sentir foram de entender, aceitar e saber da verdade do momento vivenciado do voluntário e acompanhá-lo, na qualidade do toque, do estar junto, proporcionando o crescimento e o fortalecimento de si mesmo.

"Aprendi muito sobre mim mesma, em me sentir, em me ouvir e ao mesmo tempo me proporcionar tempo e maior intimidade comigo mesma e com alguém que me entende"(V19-viv:11).

O quadro terapêutico com momentos ativo e passivo marcou o dinamismo da relação, valorizando a verdade com limites de segurança entre as partes envolvidas, onde o subsídio fundamental foi a consciência da função, forma e identidade. Pois identificar e desman-

***Cabe ressaltar que a unidade corporal dos voluntários, enquanto analisados na posição em pé, foi muito mais rica em termos do aspecto observado, do que pela própria palavra referida.***

telar os refúgios que cada um escolheu para si dependeu da capacidade de "ser" do investigador, do conhecimento e da formação continuada pessoal. O comprometimento foi físico, psíquico e emocional, em estar inteiro, atento às manifestações e acompanhando o ritmo, sem interromper, e deixando que cada um fizesse e tivesse acesso ao conteúdo da própria manifestação do seu ser.

"O meu corpo resiste em função da minha razão, fico elaborando o que o corpo vai fazer; como ele está e não me permito deixar fluir sem o controle; tenho vontade de vasculhar a minha vida, me questiono quem sou e o que faço ...sozinho muito agora"(V18-viv:11).

**A comunicação, aos poucos, passou a ser o reflexo da averiguação das sensações internas de cada voluntário, e o mundo interior tornou-se cúmplice do mundo sensível, resultado da construção da unidade corporal.**

Assim, o manifesto corporal se apresentou internamente mais interdependente das impressões sensoriais dos quais desvendou aspectos emocionais dos quais foram integradoras da unidade psicofísica e permitiram a evolução pessoal. Uma verdadeira revelação da vida interior num encontro com a verdade pessoal, ou seja, do "eu" corporal.

Diante disto, soubemos que a investigação atingiu diretamente a imagem corporal com representações simbólicas e reais do corpo, com manifestações de aspecto intrapsíquico, onde o lado intersíquico foi favorecido conforme verificamos em Navarro (1995).

A relação justa entre voluntário e investigador nesta abordagem corporal definiu as vias de acesso ao ser humano e possibilitou resgatar sentimentos, pensamentos e movimentos oriundos de instintos, desejos e impulsos.

"Estou consciente de uma fuga de mim mesmo, denotado na fuga das sensações do meu corpo, parece que não quero ouvir e perceber todo o conflito, o medo e a revolta que tenho em mim. E que fica claro na minha forma de caminhar, de me posicionar e em toda a minha inibição"(V19-viv:4).

O contato favoreceu a comunicação psíquica e corporal a favor da sensibilização e harmonização corporal, e isso permitiu a presença, a entrega, a aceitação, acolhimento e a compreensão de vários aspectos do ser humano. Onde o suporte na abordagem corporal de Vishnivetz (1994) possibilitou a compreensão

da formação pessoal como caminho de profissionalização quando fala do conhecimento em si, como base para o crescimento e responsabilidade profissional.

### c) Entrevista final

A entrevista final foi de caráter individual, estruturada em etapas. Primeiro, o voluntário realizou o 2º desenho da representação do corpo e falou sobre ele. Em segundo lugar, verbaliza sobre o 1º desenho da figura humana realizado na entrevista inicial. Em terceiro lugar, faz uma comparação entre os dois desenhos e, finalmente, realizou-se a entrevista propriamente dita.

Quanto ao resultado dos desenhos da representação do corpo nos levou a classificá-los em quatro categorias em função da semelhança tanto de discurso como da representação gráfica realizada pelos voluntários.

**1ª) Corpo morfológico:** Com um conteúdo que referenciou a forma e a identidade corporal indicando uma ambivalência em relação ao gênero, e encontramos coincidência que perfilaram em uma pré-história similar de relacionamentos conflitantes.

**2ª) Corpo sensitivo:** Agrupou-se os desenhos e depoimentos que estiveram relacionados ao lado subjetivo, ou seja, lugar das sensações e percepções.

**3ª) Corpo abstrato:** Nesta representação, ficou evidenciado aspectos abstratos e simbólicos, também na verbalização dos voluntários, a respeito de seus desenhos houve um sentido para cada traço e direção das linhas.

**4ª) Corpo em um entorno:** Nesta relação, o voluntário retratou em seus desenhos o lado do corpo relacional, em comunicação e interação com o meio.

Com relação a entrevista propriamente dita, a síntese das respostas obtidas pelos questionários, os voluntários falaram da melhora dos aspectos corporais, melhora da estrutura,

equilíbrio, movimento, consciência da linguagem corporal e o começo da valorização das sensações e da sensibilidade corporal. De uma preparação física, psíquica e emocional para encarar o mercado de trabalho, resultado do processo vivenciado.

O conhecimento teórico e racional não é suficiente, mas um conhecimento que se produz a partir da experiência corporal, que na visão de muitos terapeutas não é levado em consideração, foi uma constatação de muitos voluntários.

“Me sinto sensibilizado, no meu dia-a-dia, fico mais tranquilo, atencioso e carinhoso. Percebi que me alimentei e o meu nível de exigência diminuiu. A experiência me mostrou a necessidade como terapeuta em vivenciar, questionar e valorizar as minhas atitudes profissionais” (V24).

Comparando o nível de respostas da entrevista inicial com a final, observamos um vocabulário mais rico, com maior expressão de si em atitudes, gestos e sentimentos. E, por outro lado, uma liberdade maior em expor seus próprios conflitos.

Em conteúdo e descrição, ficou nítido a aceitação em relação aos seus corpos e de si mesmos, revelando que teriam muito a aprender sobre aspectos de movimento, tonicidade e a linguagem corporal a partir do aspecto pessoal. Falaram de tempo para si, para a própria vida e da valorização profissional, com diminuição de problemas, angústias e medos, com uma crença nas próprias potencialidades.

“A minha percepção se abriu como um campo ao vento, e foi muito sutil no toque que interagiu com a minha pele, e esta referência me deu a dimensão de mim e tem me informado sobre o outro”(V16).

Assim, pela manifestação verbal e corporal dos voluntários, verificamos maior entusiasmo e motivação com que falaram de sua aprendizagem e resgate durante todo o processo investigatório.

Sintetizando em uma relação maior de interiorização da unidade corpo-mente, na expressão, sentimentos e emoções, refletindo em mudanças de atitudes pessoais e profissionais.

As vivências sinalizaram um caminho novo nas descobertas pessoais, com um conteúdo riquíssimo de reflexão sobre a identidade corporal consciente.

“A minha mudança está relacionada ao espaço corporal e à minha auto-imagem. Antigamente, eu tinha uma tendência depressiva, e hoje pelo fato de ter tempo para o meu diálogo interno faço associações do meu estado corporal ao meu estado emocional” (V1).

As referências estiveram associadas a uma comunicação interna, externa e íntima de muitos significados e análises. Uma resposta global de um trabalho analítico, numa investigação do corpo como um todo em seus aspectos.

A consciência dos registros marcados no corpo, de um passado remoto teve um reflexo nas atitudes do presente, sendo que o estímulo à presença do corpo no “aqui e agora” trouxe à tona o passado, onde o mais importante foi a busca dos questionamentos, desde as primeiras relações no mundo, dos primeiros contatos profundos e, do valor deles, na construção da auto-imagem, com o desenvolvimento e valorização da individualidade.

“Hoje mais integrado, mais calmo e menos rígido. As vivências foram me ajudando a apagar certos rótulos que até então os tinha e fui me sentindo cada vez melhor. Não me vejo tanto como uma criança, me vejo mais sensível, me preservando, trabalhando e resgatando uma melhor relação com as pessoas a partir de uma melhora de comunicação com o meu interior” (V18).

Numa comparação das respostas da entrevista inicial para a final, verificamos respostas bem mais definidas e esclarecedoras, e uma passagem para um aspecto mais flexível e de maior entendimento e uma percepção maior de si mesmos; um entendimento dos conflitos e uma positiva referência de identidade corporal em relação ao seus conteúdos, esboçando aos outros maior confiança, segurança e maturidade, ou seja, reflexo do trabalho e evolução pessoal.

“Houve uma melhora significativa comigo mesma na relação íntima com o meu corpo, que refletiu na relação com as pessoas. Estou me valorizando mais e me conhecendo mais, passei a entender minhas inseguranças, meus bloqueios e conflitos”(V1).

**“As comunicações transmitidas por meio do toque constituem o meio mais poderoso de criar relacionamentos humanos, como fundamento da experiência. Sem o toque, há uma tendência de que a palavra ocupe o lugar da experiência e a demonstração de envolvimento é, assim, substituída por declarações verbais”.**

Cabe ressaltar que os estágios de atenção foram conquistados graças a uma preocupação permanente nos diferentes níveis de comunicação, intra e interpessoais. Tratar o indivíduo a partir do próprio corpo foi entender o universo individual, complexo e em processo constante de mutações. As influências relacionadas à experiência foram em relação à consciência corporal com uma profunda necessidade de elaboração dos aspectos pessoais, pois estes influenciam no trabalho com o "outro". Alguns questionaram os conhecimentos teóricos e práticos, muito longe da valorização e do reconhecimento do próprio processo pessoal.

utilizam e trabalham com a linguagem corporal educacional e/ou terapêutico) e os aspectos de âmbito pessoal na referência do "eu corporal", uma vez que observamos mediante estes voluntários uma progressão de aspectos pessoais, como que em certos momentos a sustentação de suas bases profissionais fossem aspectos externos e não fundamentados em suas próprias linguagens.

Portanto, o relevante foi a descoberta de si mesmos, do corpo para si, desvelando-se, descobrindo-se, explorando-se e decodificando as próprias vias de acesso à sua identidade, ao seu "eu corporal".

A tarefa de vivenciar e descrever avançou em direção a análise dos horizontes internos e externos que o corpo expressou, através da vivência. Tal análise se deu em função das questões do aspecto do mundo interno e do mundo externo considerando a imagem e a consciência corporal.

O fator inovador do método acompanhado da própria vivência de quem o aplica foi o potencializador e renovador das informações expressadas e registradas. A necessidade da vivência, a nível real, vivenciado e afetivo, interferiu na descoberta do próprio corpo. Os elementos de introspecção e interiorização potencializados gerou uma reflexão, comunicação e expressão com cada um dos voluntários. O que faz concordarmos com Navarro (1995) quando menciona que o contato consigo mesmo determina o estado de consciência, e este é dialeticamente ativado por uma boa relação com o mundo interior, sendo fundamental para a instauração de um bom contato com os outros.

Os estímulos aos mecanismos sensíveis do corpo (proprioceptivos, exteroceptivos e interoceptivos) foram realmente os elementos importantes e interessantes que o trabalho considerou, dos quais surtiram efeitos na forma de se sentir, olhar para si mesmos e para o outro, na palavra, na gestualidade e na maneira de entender o próprio corpo. O manifesto corporal ficou internamente mais interdependente das impressões sensoriais de si mesmos e do outro, que acompanharam as experiências emocionais em toda a evolução pessoal.

**Podemos averiguar que, quando associado o toque, a verbalização e a comunicação são empáticas, ou seja, o tríplice contato com a valorização da escuta das sensações, o momento vivenciado se tornou dinâmico e pleno de informações.**

"Me explica de que adianta tanta teoria se não compreendo às vezes o que acontece comigo, e como vou compreender o que acontece com o outro!? Não preciso sentir a dor, mas posso entendê-la, e isto é um caminho melhor do que apenas racionalizar, teorizar e rotular as pessoas" (V3).

Os significados e influências foram de acordo com o processo de cada um, respeitando o corpo, as suas evidências e a expressão do que pode ser a tempo resgatado e manifestado, para muitos o começo, para outros constatações e algumas conclusões de que o corpo reconhece o "eu" e o "eu" muitas vezes não reconhece o corpo. Assim, o trabalho teve o seu êxito confirmado nas próprias respostas dos voluntários.

Os significados para a maioria foi de mudança, crescimento, reconhecimento de si, maior integração de consciência física, psíquica e emocional e oportunizou o contato com o mundo interior, tornando-se sujeitos de suas próprias vidas.

O estímulo à vida interior, ao mundo interno, através da sensibilização corporal, com as várias técnicas deste método, foi uma proposta crescente de atendimento ao ser, que resultou em um manifesto da descoberta de si mesmo em níveis que questionam sua autoimagem. O comum a todos foi o estado de harmonia entre corpo, mente e emoções e que fecham com que muitos falaram: "*sinto-me com paz interior*".

Constatamos que existe mesmo uma lacuna entre o mundo profissional (destes que

## 8. CONCLUSÕES

Nesta investigação, verificamos o valor do aspecto vivencial do corpo. Os resultados nos mostraram uma melhora na comunicação e escuta dos registros dos aspectos corporais, sensoriais e perceptivos, confirmando-se com uma liberação da ação, do pensamento e uma conscientização com um desenvolvimento pessoal. Diante dos objetivos confirmados, alinharemos as discussões finais em dois aspectos; por um lado, o corpo lugar de integração do "eu" e, por outro, a imagem corporal em Terapia Morfoanalítica.

### *O Corpo lugar de integração do "eu"*

A expressão do corpo foi lugar da integração do "eu", e este "eu" falou de si, do seu corpo, de sua vivência e de suas emoções., atingindo a imagem de si mesmo, um estímulo de consciência corporal e integração de vários aspectos de si mesmo.

Através das expressões, deparamo-nos com aspectos interligados desta mesma realidade, e que ainda existe muito a ser descoberto, tanto por aqueles que atuam, como os que se utilizam deste método.

Os resultados nos revelaram aspectos objetivos, subjetivos e afetivos do corpo com manifestos interdependentes e interligados, dos quais se apresentaram como modificadores da imagem corporal no quadro terapêutico, resultando em uma maior consciência corporal. Os níveis de estímulo foram tão profundos e a potência dos efeitos foi estruturantes na unidade psicocorporal de cada um dos voluntários.

Na triangulação dos resultados, entre aspectos objetivos, subjetivos e afetivos do corpo, verificamos um desdobre em outros níveis, que foram os aspectos expressivos, simbólicos e espirituais da existência corporal. De qualquer forma, o pano de fundo para toda esta modificação foi a imagem corporal, onde o estímulo foi realizado através do corpo relacional que refletiu no entorno e favoreceu a consciência corporal.

Assim, a construção da consciência corporal nos pareceu dependente do processo de

identificação que se apresentou em sinais, sintomas e registros, dos quais através da sensibilização do corpo, dos estímulos sutis e do quadro terapêutico puderam ser vivenciados, comunicados e expressados, o que favoreceu a evolução e o progresso terapêutico.

### *A imagem do "eu corporal" em Terapia Morfoanalítica*

Os verdadeiros construtos da consciência corporal foram os elementos da imagem corporal, resultados do somatório dos aspectos proprioceptivos vivenciados.

O corpo, forma e conteúdo, reconheceu a si a partir da imagem corporal e foi estímulo de consciência, sendo que o fator estimulador foi o contato e a escuta das sensações e expressões mais autênticas da imagem corporal, o qual resultou em um resgate da realidade interna e externa, representada no quadro terapêutico.

A comunicação entre o investigador e o voluntário, estimulou os mecanismos sensoriais e a valorização do sentir, traduziram-se num verdadeiro reconhecimento de si mesmo enquanto palavra, gesto e intenção psicocorporal. Assim, o "eu" corporal dependeu do "eu ser", que foi valorizado através do "sentir" o próprio corpo e refletiram em elementos conscientes e inconscientes da verdadeira imagem de si mesmo, que em muitos momentos foram descobertos em meio a emoções profundas com registros de experiências de vida até então não elaborados.

A condição da experiência nesta investigação foi o "sentir", estimulado através de três elementos: primeiro, o *contato com a pele*, delineando a forma do corpo real; o segundo, através dos *aspectos sensitivos proprioceptivos*, na expressão, comunicação e movimento e finalmente o resgate dos *registros da própria história* do corpo emocional.

O mundo da corporeidade, nesta investigação, passou pela formação e desenvolvimento pessoal, da qual verificamos, através da ciência do movimento humano, que o "eu" ao qual acabamos descobrindo é um universo que merece cuidado e atenção em relação a vários

***A relação justa entre voluntário e investigador nesta abordagem corporal definiu as vias de acesso ao ser humano e possibilitou resgatar sentimentos, pensamentos e movimentos oriundos de instintos, desejos e impulsos.***

aspectos interligados que interagem dinamicamente em todas as relações e é extremamente sensível.

Os critérios para obter resultados no estudo foram a compreensão das teorias de comunicação, escuta, observação e a lingua-

**Quadro. 1. Síntese detalhada das etapas do estudo.**

VIVÊNCIAS	OBJETIVOS	TEMA	DESENVOLVIMENTO	TEMPO
Entrevista Inicial	Descobrir a necessidade do voluntário	Individualidade corporal	Entrevista, leitura morfológica e desenho da representação do corpo	1h
1	Sensibilização corporal	Espaço corporal	Vivência do volume interior	1h
2	Descobrir o ritmo interno	Movimento respiratório	Instalação do trabalho respiratório	1h
3	Alinhamento e pompages	Eixo corporal	Introdução do trabalho postural	1h
4	Descobrir tendências das forças musculares	Equilíbrio corporal	Mobilização de segmentos corporais	1h
5	Exagerar nas tendências das forças musculares	Esquema corporal	Seqüência no trabalho postural global	1h
6	Manipulação da coluna	Mobilidade cervical	Trabalho postural global com movimentação passiva cervical	1h
7	Descoberta das tensões cervicais e da face	Tensão facial de pescoço e face	Trabalho postural global com a manobra de pescoço e face	1h
8	Descoberta das tensões da região dorso-lombar	Consciência da região lombar	Trabalho postural global com bolinhas na região lombar	1h
9	Trabalho das cadeias musculares	Flexibilidade e conscientização	Trabalho postural global com elevação dos membros inferiores	1h
10	Trabalho das cadeias musculares	Consciência	Evolução no trabalho postural	1h
11	Descoberta do "eu corporal"	Identidade corporal	Trabalho postural global completo	1h
Entrevista Final.	Verbalização da experiência	"Eu corporal" e imagem	Verbalização, questionário e desenhos	1h
Encontro Final	Satisfazer e registrar o pedido coletivo	A expressão do "eu"	Relato da experiência em Morfoanálise	4h

gem verbal e não-verbal, individualmente e em grupo (este no último encontro); o conhecimento de si, muito além dos conhecimentos teóricos e metodológicos e a elaboração de uma linguagem e da sistematização de um trabalho ordenado para todos os voluntários. Assim, com o toque, o contato e a análise corporal, todas as vivências estiveram dentro do contexto do corpo dinâmico relacional, possibilitando a comunicação e a expressão.

Os impactos de toda a investigação e diante das conclusões, não duvidamos da representatividade de cada gesto, do simbolismo de cada ato e o desenvolvimento de uma educação através da relação terapêutica, sendo esta carregada de afeto e calor humano. Acreditamos que o corpo humano se move em um espaço tridimensional, e o papel do observador, do investigador e do terapeuta morfoanalista foi uma redefinição do "si mesmo" (consciência corporal) através das vivências, oportunizando o contato consigo mesmo (imagem corporal), na busca do "eu".

Para concluir, confirma-se o quanto é preciso diferenciar-se, acreditar e conquistar uma sabedoria de um caminho pessoal para concretizar uma experiência, sendo esta um indicador do conhecimento na construção da identidade profissional adquirida através de uma consciência que teve um sentido, nesse caso, o retorno ao próprio "eu".

## BIBLIOGRAFIA CONSULTADA

- BOGDAN & BIKLEI. *Qualitative research for education: introduction to theory and methods*. Boston: Allyn and Bacon, 1992.
- VON FRANZ. *A individuação nos contos de fada*. São Paulo: Ed. Paulinas, 1984.
- BRITO, C. *Consciência corporal: Repensando a educação física*. Rio de Janeiro: Sprint, 1996.
- MELO FILHO, J. *Psicossomática hoje*. Porto Alegre: Artes Médicas, 1992.
- DAMÁSIO, R. *O erro de descartes: emoção, razão e o cérebro humano*. São Paulo: Companhia das Letras, 1996.
- FELDENKAIS, M. *Consciência pelo movimento*. São Paulo: Summus Editorial, 1997.
- GIL, A. *Como elaborar projetos de pesquisa*. São Paulo: Editora Atlas, 1994.

- KELEMAN, S. *Realidade somática, experiência corporal e verdade emocional*. São Paulo: Ed. Summus, 1994.
- \_\_\_\_\_. *O corpo diz sua mente*. São Paulo: Ed. Summus, 1996.
- LAPIERRE, A. e AUCOLUTURIER, B. *O corpo e o inconsciente*. Barcelona: Ed. Científico Médica, 1982.
- METZLER, CARPENA e BORGES. *Fenomenologia da percepção*. São Paulo, 1988.
- MONTAGU, A. *Tocar: O significado humano da pele*. São Paulo, 1988.
- MORIN, E. *Ciência com consciência. Portugal: Europam, 1982.*
- MOSQUERA e STÖUBAUS. *Educação para a Saúde – Desafio para a sociedade em mudança*. Porto Alegre: Editora da UFRGS, 1983.
- NAVARRO, F. *Caracterologia pós-reichiana*. São Paulo: Summus, 1995.
- \_\_\_\_\_. *Somatopsicodinâmica. Sistemática reichiana da patologia e da clínica médica*. São Paulo: Summus, 1995.
- NEGRINE, A. e FRAGOSO, R. Práticas corporais alternativas e seus significados: *Revista Movimento*. Porto Alegre: Escola de Educação Física da UFRGS, 6, p.14-33, 1997/1.
- PEYROT, S. La Therapie Morfoanalytique de la Kinésiotherapie a la Somatotherapie. In *Journal de Psychologues*: Paris: Collection Somatotherapie et somatologie, p.113-129, 1992.
- \_\_\_\_\_. La unidade cuerpo/espírito. *Revista Ser Uno Mismo*. Barcelona. Vol.24 p.62-69, 1992.
- SANTIN, S. *Educação física: uma abordagem da corporeidade*. Ijuí: Unijuí Editora, 1987.
- SARKISSOF, J. *Pour une psychanalyse plus active. Corpus et psychanalyse*. Intégrale, Paris, 1992
- \_\_\_\_\_. *Cuerpo y psicoanálisis*. Bilbao. Spain. Ed. Desclée de Brouwer, 1996.

**Comparando o nível de respostas da entrevista inicial com a final, observamos um vocabulário mais rico, com maior expressão de si em atitudes, gestos e sentimentos. E, por outro lado, uma liberdade maior em expor seus próprios conflitos.**

## NOTAS

<sup>1</sup>A dissertação na íntegra está à disposição de quem interessar na Biblioteca da ESEF/UFRGS.

<sup>2</sup>Significa que esta descrição foi feita pelo voluntário 16 referente à vivência de número 5.

## UNITERMOS

*Morfoanálise, reeducação postural; consciência corporal; formação pessoal; terapia psicocorporal.*

*\*Neyde Diefenbach é fisioterapeuta com formação em Terapia Morfoanalítica e Mestre em Ciências do Movimento Humano pela ESEF/UFRGS.*