

## **MOVIMENTOS CORPORAIS E GESTUAIS COMO FUNDAMENTAIS NA ESCUTA NO *SETTING* MUSICOTERÁPICO**

**PORTO**, Ludmilla de Souza<sup>1</sup>; **ZANINI**, Claudia Regina de Oliveira<sup>2</sup>

Palavras-chave: Musicoterapia, Música, Gestos e Movimentos Corporais.

### **1. INTRODUÇÃO (justificativa e objetivos)**

Os seres humanos são complexos, comunicam-se através de gestos e expressões corporais, que podem ser observados isoladamente ou simultaneamente à verbalização. Segundo Fregtman (1989), há três níveis de manifestação de comunicação que acontecem durante uma sessão de Musicoterapia: Linguagem Sonora, Linguagem corporal e Linguagem verbal. “O musicoterapeuta trabalha com a expressão integrada desses três níveis, ou ‘linguagens’, e resgata o papel e a importância do corpo e de seus sons no processo terapêutico” (p. 48). Num ambiente terapêutico grupal há muita riqueza no campo das relações. É importante que o musicoterapeuta esteja cada vez mais atento às manifestações corporais de seus clientes. Segundo Brikman (1989), aprendemos que “para ir ao encontro da linguagem do corpo é preciso desenvolver todas as possibilidades do movimento corporal, o que exige a descoberta do próprio corpo pela via da sua sensibilização, vivência e conscientização” (p.13). A Musicoterapia busca utilizar os sons para proporcionar além da satisfação pessoal, prazer, prevenção, reabilitação e/ou tratamento, melhor qualidade de vida para o indivíduo. Bruscia (2000) ressalta que “a música é a arte em que a pessoa se expressa através do som; através dela transformamos nossas sensações corporais internas, nossos movimentos, sentimentos e idéias em formas sonoras externas que podem ser ouvidas” (p. 68). A Musicoterapia permite que o cliente utilize gestos e expressões corporais durante suas vivências, favorecendo um processo de comunicação. Abordando a livre expressão, Lowen (1982) afirma que “a liberdade é a ausência de qualquer restrição ao fluxo de sentimentos e sensações, a graça é a expressão desse fluir em movimentos, enquanto a beleza é a manifestação de harmonia interna que tal fluir provoca” (p. 38). Não podemos ignorar a influência da música no corpo, como gerador de movimentos e expressões corporais pelo fato de mobilizar efeitos biológicos, psíquicos, sociais e culturais. “Os efeitos fisiológicos dos elementos sonoro-ritmo-musicais podem ocorrer como reações sensoriais, hormonais e fisiomotoras, e como efeitos psíquicos podem desencadear descargas emocionais em graus variáveis...” (Baranow, 1999, p.19). Zimerman & Osório (1997) defendem que “o ser humano é gregário por natureza e somente existe, ou subsiste, em função de seus inter-relacionamentos grupais” (p. 26). Entendendo esta totalidade do homem e sua necessidade de se comunicar, percebendo estas maneiras conscientes e inconscientes de significados gestuais é que nos atentamos cada vez mais para a importância de se pesquisar sobre as expressões corporais num *setting* musicoterápico. O objetivo geral desta pesquisa qualitativa é contribuir para pesquisas na área de Dinâmica Grupal em Musicoterapia.

### **2. METODOLOGIA**

2.1 - Pesquisa bibliográfica sobre aspectos da expressão corporal e gestual de indivíduos participantes de um grupo, para contribuir na compreensão do processo musicoterápico e da leitura musicoterápica de grupos que estão em atendimentos musicoterápicos.

2.2 - A pesquisa de campo foi realizada a partir do projeto de pesquisa “A Movimentação

PORTO, L. de S.; ZANINI, C. R. de O. Movimentos corporais e gestuais como fundamentais na escuta no *setting* musicoterápico. In: CONGRESSO DE PESQUISA, ENSINO E EXTENSÃO DA UFG - CONPEEX, 3., 2006, Goiânia. **Anais eletrônicos do XIV Seminário de Iniciação Científica** [CD-ROM], Goiânia: UFG, 2006. n.p.

de Grupos em Musicoterapia – Vivenciando Musicalmente Papéis Grupais” de autoria e coordenação da Prof<sup>a</sup> Ms. Claudia Zanini, que aconteceu no Laboratório de Musicoterapia da EMAC, na Praça Universitária. Realizou-se sete atendimentos musicoterápicos, semanalmente, com duração de sessenta minutos, com um grupo misto formado por seis participantes. Os atendimentos foram realizados por uma musicoterapeuta e uma co-musicoterapeuta.

2.3 - Relatórios, anotações e filmagens das sessões foram realizados, com a devida autorização individual dos participantes dos grupos. A presente aluna pesquisadora permaneceu na Sala de Espelho, local separado do *setting* musicoterápico por uma parede e com um espelho que só permite a visibilidade de quem está do lado de dentro da sala de espelho, observando o processo que acontecia com o grupo durante os atendimentos.

2.4 - A análise dos dados coletados sobre as expressões, gestos, movimentos e posturas corporais foram correlacionados à leitura musicoterápica do processo deste grupo, através de reuniões do grupo de pesquisa, assistindo as filmagens das sessões musicoterápicas, fazendo reflexões sobre os mesmos, tendo como base a revisão de literatura.

2.5 - Métodos musicoterápicos utilizados nas sessões foram os quatro descritos por Bruscia (2000), como: Experiências de Improvisação, Composição, Re-criativas e Receptivas.

### **3. RESULTADOS E DISCUSSÃO**

Os acontecimentos do grupo pesquisado serviram como base destes resultados e discussão. É importante ressaltar que cada grupo é um grupo e que cada grupo tem o seu processo. A musicoterapeuta iniciou o trabalho com o grupo com uma técnica musicoterápica chamada audição. Corporalmente observou-se uma imobilidade em quase todos os participantes, um estado de tensão e travamento até mesmo da respiração, revelando o incômodo de estar num lugar desconhecido. Foi o primeiro contato com aquele ambiente terapêutico e com a musicoterapeuta. Não podemos ignorar que era também um contato intenso consigo mesmo. Percebe-se que este movimento num grupo é comum. Numa primeira sessão pode acontecer de ter dificuldade, curiosidade, ansiedade e as falas podem se contradizer com o corporal. No segundo encontro, trabalhou-se a respiração como preparação para cantar. A musicoterapeuta fez uma base harmônica com o violão, fazendo alguns acordes e eles cantaram o nome. Corporalmente o grupo ainda parecia estar apreensivo; muitos com pernas cruzadas, expressões faciais fechadas e sérias e com intensidade vocal *piano*. Alguns componentes se afastaram da roda, outros se debruçaram corporalmente para dentro da roda. Isto mostra o engajamento de uns, o envolvimento com a atividade e a abertura de participar do processo terapêutico. O grupo encerrou a atividade mais descontraído, com braços e pernas soltos, com sorrisos e verbalizações dizendo sobre o prazer de estar ali. Na sessão seguinte, o grupo demonstrou harmonia e sintonia, mostrando temas comuns sobre sentimentos do momento. Isto mostra que a nucleação do grupo estava firmada, não cada um, mas sim um todo que possuía uma essência comum. O grupo encontrou a riqueza de estarem juntos, reunidos, soando na mesma nota, com sentimentos e necessidades comuns que o ambiente musicoterápico proporcionou ao grupo. Uma unidade grupal nasceu no momento. O corporal mostrou-se descontraído, com respiração mais profunda, membros superiores e inferiores relaxados e o uniu-os novamente naquele “lugar sagrado”. A maioria dos participantes tirou os sapatos, mostrando que o grupo tirou de si o que os aperta, dando a impressão de estarem ainda mais abertos para a experiência. A mudança corporal foi visível. Nessa fase do processo conteúdo da fala foi condizente. O grupo começou a quebrar as resistências. Na quarta sessão,

PORTO, L. de S.; ZANINI, C. R. de O. Movimentos corporais e gestuais como fundamentais na escuta no *setting* musicoterápico. In: CONGRESSO DE PESQUISA, ENSINO E EXTENSÃO DA UFG - CONPEEX, 3., 2006, Goiânia. **Anais eletrônicos do XIV Seminário de Iniciação Científica** [CD-ROM], Goiânia: UFG, 2006. n.p.

repetiu-se a técnica da audição com outra canção. A identidade sonora do grupo musicoterápico, o grupo já não se importava em “manter” uma postura firme, passava-se a impressão de uma entrega total. Nesta sessão o grupo foi conduzido a dançar. Os participantes entraram na atividade, balançando o corpo, sorrindo, de maneira livre e descontraída, evidenciando um sentimento de entrega. Na quinta sessão, a musicoterapeuta trabalhou a questão da aproximação com o outro. O grupo mostrou-se introspectivo e com dificuldade de aproximação. Percebeu-se que o movimento de um grupo não é linear. O grupo pode estar totalmente aberto para o contato físico numa sessão; como pegar nas mãos ou segurar todos juntos um mesmo objeto, mas há momentos em que se recusa e quer se manter reservado. No último encontro, recordou-se todas as experiências do processo musicoterápico. Corporalmente, o grupo mostrou imobilidade. Acredita-se que esta postura foi pelo impacto de ser a última sessão. Demonstraram muito envolvimento, levaram, a pedido da musicoterapeuta, uma música para oferecer para o grupo, mostrando a continuidade do trabalho realizado no *setting* para o cotidiano e trazendo algo para o grupo. Um membro disse que aqueles momentos foram bons para conhecer a si e ao outro. Através destes relatos, podemos considerar a importância para um ser de viver em grupo, percebendo no outro algumas necessidades comuns e não se sentindo só. Ao mesmo tempo percebe-se a riqueza do compartilhar o grupo, onde cada um exerce sua empatia e sensibilidade. Assinala-se o quanto a Musicoterapia pode envolver musicalmente os seus participantes trazendo uma melhora de sua qualidade de vida, aliviando o estresse, prevenindo futuras doenças psicossomáticas causadas pelo desgaste do cotidiano.

#### **4. CONCLUSÃO**

Ressalta-se, a partir da presente pesquisa, a necessidade dos musicoterapeutas se atentarem para os aspectos corporais, para as movimentações e as expressões, buscando melhor compreender seus clientes. Considera-se o fato de se lidar tanto com a subjetividade musical e preocupar-se não somente com os aspectos musicais, mas também com todas as manifestações subjetivas, como por exemplo: como esta música está sendo produzida, como a pessoa tocou o instrumento; se debruçado, com ele entre as pernas..., como aquela pessoa chegou corporalmente naquele dia na sessão, se estava com a testa franzida mostrando algum sentimento..., quais as expressões faciais que aquela pessoa mostrou durante a produção musical no *setting*. Finalmente, todos estes aspectos irão melhorar a qualidade da análise e da leitura musicoterápica tornando-a mais consistente, imersa em percepções e observações que farão diferença na conduta do musicoterapeuta, nas suas intervenções, interferências e pontuações durante a sessão.

#### **5. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS**

- BARANOW, Ana Lea Vieira Maranhão. *Musicoterapia: uma visão geral*. Rio de Janeiro: Enelivros, 1999.
- BRIKMAN, Lola. *A Linguagem do Movimento Corporal*. São Paulo: Summus, 1975.
- BRUSCIA, Kenneth. *Definindo musicoterapia*. Tradução por Mariza Velloso Fernandez Conde, 2. ed., Rio de Janeiro: Enelivros, 2000.
- FREGTMAN, Carlos Daniel. *Corpo, música e terapia*. São Paulo: Cultrix, 1989.
- LOWEN, Alexander. *Bioenergética*. Trad. de Maria Silvia Mourão Neto. São Paulo: Summus, 1982.
- ZIMERMANN & OSÓRIO. *Como Trabalhar com Grupos*. Porto Alegre: Artes Médicas, 1997.

<sup>1</sup> Voluntário de iniciação científica. Escola de Música e Artes Cênicas da Universidade Federal de Goiás - Curso de Musicoterapia.

<sup>2</sup> Orientador/ Escola de Música e Artes Cênicas da Universidade Federal de Goiás - Curso de Musicoterapia –email: mtclaudiazanini@gmail.com