

# PROCESSOS AFETIVO-CORPORAIS RESSIGNIFICANDO A POSTURA DE EDUCADORES

Amélia Maria da Soledade Dias – UFPB  
Fabrícia Correia de Oliveira - UNCISAL

“Quando a ciência está a serviço da vida, é a vida que determina sua agenda. A vida pergunta, a ciência se esforça para responder”. (Rubem Alves, 2002)

## **Resumo:**

Como facilitadoras e pesquisadoras de um grupo de educadores da Secretaria Municipal de Maceió percebemos a importância de dar continuidade ao trabalho de pesquisa desenvolvido por Dias (2003), sobre a questão do *burnout* (mal-estar docente). Neste trabalho consideramos, que para a pessoa do educador, sua corporeidade, seu investimento emocional, seus sonhos de realizações pessoais e profissionais são silenciados ou totalmente desconsiderados, o que causa um desgaste emocional, pela sensação de frustração e impotência perante seu trabalho. Assim, daremos continuidade a esta pesquisa, à luz da perspectiva da Educação Biocêntrica, com a metodologia da biodança, que preconiza o desenvolvimento da afetividade, da percepção ampliada e da expansão da consciência ética como prioridade absoluta na formação e desenvolvimento humanos. A partir de uma visão baseada no princípio biocêntrico, objetivamos proporcionar o desenvolvimento dos potenciais desses professores, vendo cada uma como uma pessoa em construção, cuja profissão está centrada na relação com o outro, e como princípio mais amplo a proteção da vida.

**Palavras-chave:** Educação Biocêntrica, biodança e afetividade.

**Abstrat**

As facilitators and researchers of a group of educators (Elementary and High School of the Municipal Secretary of Education of Maceió, Alagoas), we observe the importance of continuing the research work developed by Dias (2003) about the “burn out” question ( teachers^ stress). In this paper it is considered the person of the Educator with his/her body conscience, emotional investment, personal dreams as well as professional goals which are, most of the times, silenced or totally disregarded - what causes a great emotional stress due to frustration and impotence regarding his duties at work. So, we hope to continue this research program for the next years, considering the perspective of a Biocentric Education using Biodanza methodology, which supports the development of affection and personal connections as well as a wider perception and ethical consciousness expansion as an absolute priority of the constitution and development of human being. Based on the Biocentric Principle, the objective of this work is to develop the hidden potential of these teachers, considering them as a person always “on a construction process”, which profession is centered on relation with other people and, all together , in accord to the greater principle – the protection of Life.

**Key words:** Bicentric Education, Biodanza, affectiveness

**1. O Sistema Biodança na Formação Continuada de Professores**

Como professora e participante do grupo regular da Profa. Ms. e Facilitadora de Biodança Amélzia Dias, na Secretaria Municipal de Educação de Maceió, percebi que Biodança tem sido procurada por pessoas que buscam algo diferente para melhorar seu estilo de vida. O grupo é aberto à comunidade, num bairro popular, mas a maioria dos participantes é educador.

Na pesquisa de mestrado desenvolvida por Dias (2004), com esse grupo, a autora coloca a questão do *burnout* (mal-estar docente, apagamento, desilusão, frustração) como foco de seus estudos e os efeitos de Biodança na prevenção e intervenção neste problema, afirmando que “A pessoa do educador com sua corporeidade, seu investimento emocional, sua realização, seus sonhos [...] são

silenciados ou totalmente ignorados no modo de organizar os processos de formação do professor.” (idem, p.); o que causa um desgaste emocional, pela sensação de frustração e impotência perante seu trabalho em sala de aula.

Também em nossas experiências, como professoras e instrutoras em formação continuada, em escolas estaduais e municipais (Maceió-AL), temos observado que Biodança nos induz a trabalhar o nosso ser de modo mais integrado, proporcionando o desejo de auto-conhecimento, desenvolvendo o cuidado consigo mesmo, com as pessoas, e o desejo de bem-estar.

Numa sociedade capitalista, onde o ser humano vale pelo que tem e pela posição social e econômica que ocupa, e o fracasso social e/ou profissional é visto como apenas o resultado de empreendimentos e metas mal traçadas, faz-se necessário questionar: quem é este profissional, enquanto ser humano? Qual é o seu sentir: sonhos, aspirações, dores, limites, onipotência, impotência? Quem o escuta nas suas angústias? Na unidade escolar há espaço para o desabafo do professor? São questões que muitas vezes, são silenciadas ou totalmente ignoradas no modo de organizar os processos de formação continuada do professor.

Vivemos num sistema onde a educação prioriza o conhecimento racional, e desconsidera a diversidade sócio-política e corpóreo-afetiva do sujeito. Biodança nos oferece uma proposta vivencial, corporal, de encontro poético e afetivo, quebrando paradigmas com um novo aprendizado através do nosso modo de viver, e proporcionando às pessoas expressarem-se em sua plenitude.

Nesse sentido, gostaríamos de possibilitar alguns elementos que nos ajudassem a ter novos referenciais sobre o sistema biodança e sua contribuição na compreensão de seu significado para a educação. Não como um modismo a mais, nem com o crivo de uma conotação romântica (abstrata) fora da realidade da educação atual, mas por ter uma base de fundamentação teórica que contribui para nosso exercício de uma Educação Biocêntrica.

Biodança é a dança da vida. O movimento da vida que se expressa e se manifesta numa variedade de modalidades. Apresenta

outro olhar sobre o dinamismo da vida nas suas variadas possibilidades de ser contemplada, integrada e vivida. Como afirma Flores (2002) “Um olhar epistêmico mais integrador, sistêmico e holístico da vida”.

Ao nosso ver, uma educação centrada na vida busca recuperar, resgatar e integrar modalidades mais equilibradas do ser humano nos níveis físico, psíquico e espiritual, desenvolvendo suas potencialidades (sentir, pensar e agir), para apreciar o sabor e o sentido da vida. Rubem Alves (2008, p. 82) diz que “O educador é o cozinheiro que deseja iniciar seus discípulos nos sabores do mundo – saberes que podem ser a contemplação da simetria de uma teia de aranha, o conhecimento do movimento das plantas, a habilidade de resolver um problema teórico ou prático, a beleza de um poema...”. A educação também apresenta-se como um esforço de fortalecer e potencializar os sujeitos para viverem intensamente a vida no encontro e no acontecer com o outro. Para isso, requer uma postura, uma atitude e uma pedagogia de viver. Conforme, Rolando Toro (2003), autor do movimento em prol da vida, Biodança “... é um sistema de integração afetiva, renovação orgânica e reaprendizagem das funções originárias de vida, baseada em vivências induzidas pela dança, pelo canto e por situações de encontro em grupo”.

Sua base conceitual provém da “meditação” sobre a vida e do que a humanidade já acumulou de experiência através dos seus mecanismos de organização e conservação, como a ciência e as outras formas culturais de sistematização. Meditação contém em si a palavra “médio”, que remete à meio, centro, e à “ação”, prática, atitude, intermediadas pela consoante de ligação “T”, que podemos aferir à idéia de tempo. Então, meditação seria aqui compreendida como o equilíbrio nas ações no tempo vivido (aqui e agora). Sendo assim, a meditação estaria em todas as áreas do conhecimento, seja a nível científico-acadêmico ou senso comum (vivencial). Ao afirmar isso, podemos remeter essa idéia ao sentido de vivência preconizado por Rolando Toro (1968): “la vivencia es una experiencia vivida con gran intensidad por un individuo en un lapso de tiempo aquí - ahora (“génesis actual”), abarcando las funciones emocionales, cenestésicas y orgánicas.” Assim, o princípio biocêntrico é o primeiro e mais

fundamental paradigma de Biodança, uma vez que esta centra-se no impulso de vida como força organizadora.

Tecendo uma crítica à educação ocidental, Rolando Toro (1991) afirma que

“A Educação contemporânea, em quase todo o Ocidente, não cumpre sua tarefa de entregar ao indivíduo pautas internas de desenvolvimento. Não desperta nele os germens naturais de vitalidade, nem os valores do íntimo. Não desenvolve os potenciais criativos, a liberdade intelectual, nem a singularidade das aptidões. Não fomenta o esplendor das relações humanas.”

Com o trabalho de integração afetiva proposto por Biodança, busca-se restabelecer a unidade perdida do ser humano com a sua própria natureza e com a biodiversidade. O núcleo integrador é a afetividade que influi nos centros reguladores límbico-hipotalâmicos, os quais por sua vez, influem sobre os instintos, as vivências e as emoções (Flores, 2002). A renovação orgânica é a ação autorreguladora sobre o organismo. Esta é estimulada através das situações de transe que ativam processos de reparação celular e regulação global das funções biológicas, diminuindo os fatores de desorganização e dissociações. Com a reaprendizagem das funções originárias de vida, Rolando Toro (2003) nos ensina a viver a partir dos instintos, sendo o corpo humano a mais delicada e maravilhosa manifestação da força vital. Assim, o estilo de vida deve ter coerência com os impulsos primordiais de vida. Os instintos têm por objetivo conservar a vida e permitir sua evolução.

Nesse sentido, este trabalho pretende trazer uma proposta de educação pautada no princípio biocêntrico que se inspira na intuição do universo organizado em função da vida e consiste numa proposta de totalidade numa busca incessante de descoberta de conexões e relações que possam ampliar o sentido da existência.

## **2. Educação Biocêntrica: ressignificando a postura de educadores pelo afeto**

A palavra educação, segundo Libâneo (2002) pode ser examinada a partir de sua origem. Ele encontrou duas versões, a saber: *educatio*, com o significado de alimentar, cuidar, criar; e *educere*, com o sentido de tirar para fora de, conduzir, modificar um estado. A Educação, numa perspectiva biocêntrica, pretende tirar de dentro de nós, seres humanos, tudo aquilo que nos revela, permitindo a manifestação de nosso ser como pessoa.

A Educação Biocêntrica tem como objetivo a conexão com a vida. Sua metodologia é vivencial, por isso utiliza-se do sistema biodança como instrumento de mediação por meio do qual se desenvolvem os potenciais genéticos: vitalidade (energia vital e auto-regulação orgânica); sexualidade (capacidade de reprodução e busca de prazer); criatividade (impulso de inovação existencial e artística); afetividade (necessidade de amor, solidariedade e compaixão), e transcendência (capacidade de transcender o Ego e expandir a consciência.

Essa teoria apresenta a visão de um ser humano integrado, relacional, “o ser humano ecológico”, “o ser humano cósmico”, e procura recuperar o sentimento da “sacralidade da vida”. Por isso preconiza o desenvolvimento da afetividade, da percepção ampliada e da expansão da consciência ética como prioridade absoluta na formação e desenvolvimento humanos (TORO: 2003). Nesse sentido, a Educação Biocêntrica tem como finalidade:

### **I. O Cultivo da Afetividade.**

- Danças de solidariedade, danças da amizade, encontro em feed-back. Superar toda discriminação social, racial ou religiosa.

### **II. O Contato com a Própria Identidade.**

- Exercícios de desafio pessoal frente às dificuldades. Coragem para defender seus pontos de vista. Conexão com a própria força.

### **III. O Cultivo da Expressividade e da Comunicação.**

- Expressar as emoções através da dança e do diálogo.
- Exercícios de criatividade artística: Poesia, Música, Pintura e Cerâmica.
- Desenvolvimento da expressão verbal, oratória e recitação.

### **IV. Desenvolvimento da Sensibilidade Cenestésica, percepção do próprio corpo e destreza motora.**

- Exercícios de fluidez, coordenação, sinergismo, eutonia, acurácia motora e prazer cenestésico. Aulas de natação orgânica.

### **V. Aquisição do Aprendizagem Vivencial.**

- Sessões de aprendizagem vivencial da natureza: Geologia, Botânica, Zoologia e Astronomia.

### **VI. Integração à Natureza e desenvolvimento da consciência ecológica.**

- Excursões ao mar e à montanha.
- Percepção da natureza com os cinco sentidos.
- Busca do ninho ecológico.

## **VII. Desenvolvimento e ampliação da percepção.**

- Exercícios de percepção musical e de obras de artes plásticas.
- Percepção com os cinco sentidos de situações humanas.

## **VIII. Expansão da consciência ética.**

- Exercícios de regressão e expansão de consciência. Coros e danças na natureza.

A vivência regular de biodança proporciona ao participante a superação das dissociações entre o sentir, o pensar e o agir que são fatores que desencadeiam a ansiedade e as tensões tão frequentes no meio profissional. Isso se faz através da percepção corporal. Ao descobrir seu próprio corpo, há uma abertura a novas possibilidades: transformação do que é preciso transformar e a qualificação no modo de viver a partir da sensação do bem-estar, pois “o corpo não sabe mentir quando se move” (FUX, 1996, p.74).

A vivência em biodança é sempre grupal. Portanto, o grupo adquire diferentes funções para a experiência de renovação do próprio viver: será permissivo, facilitador, deflagrador, integrador, criador, e transcendente (TORO, 1991), tornando-se um espaço de revelação das potencialidades de cada um.

Em biodança, a música tem uma linguagem universal e atinge a todos a partir da emoção, com a força de ultrapassar as barreiras criadas pelas nossas defesas racionais, induzindo vivências com comprometimento emocional. É importante lembrar que a música tem um efeito regressivo muito forte, dando-nos a possibilidade de mudar nossos padrões e registros corporais, favorecendo a reimpressão de novas vivências.

Conforme afirma Góis (1995, p.100):

“A música tem a propriedade de tocar rápida e profundamente o ser humano como a outros animais. Altera todo o corpo, desde as sensações mais elementares até as estruturas emocionais e lingüísticas mais complexas. Pode estimular o organismo tanto à prontidão como à regressão, modificando estados emocionais crônicos resistentes a outras artes e técnicas terapêuticas.”

Nesse sentido, a música induz os mecanismos autorreguladores e a homeostase, ativando o sistema nervoso simpático e parassimpático<sup>1</sup>. É pela combinação desses dois sistemas, estimulados pela música e pelos exercícios propostos que o nosso organismo vai encontrando o equilíbrio, proporcionando uma viver mais natural e saudável. Assim, Biodança atua na oscilação da consciência intensificada de si mesmo e da regressão (consciência diminuída de si mesmo), levando ao desbloqueio afetivo e a ativação instintiva, o que possibilita um despertar para o desenvolvimento de potencialidades que foram reprimidas. Para Toro (1997, p. 38), “a solução proposta por Biodança consiste em abandonar esses padrões culturais alienantes para permitir a expressão dos padrões biológicos arcaicos, destinados a restabelecer a ordem no organismo.”

Segundo Toro (2003), os movimentos expressivos se originam em impulsos interiores carregados de emoção. A expressividade humana se manifesta desde o nascimento e corresponde a uma necessidade profunda. A sensação de fome no bebê, por exemplo, que ainda não está apto a resolver, sozinho, essa situação, começa a chorar em pânico, logo mais aparece a mãe para saciar essa fome. O bebê começa então a aprender: “se expressar sua sensação desagradável, seu desconforto, surgirá uma resposta. Esta resposta se constitui numa gama de informações: a mãe chega, segura o bebê e o abraça. Este sente o contato de sua pele [...] as batidas do coração materno e começa a sugar por reflexo”. (Molcho:

---

<sup>1</sup> O sistema nervoso parassimpático é estimulado com a música lenta, melódica e suave. Combinado com o movimento corporal adequado, faz diminuir o ritmo do organismo predispondo-o para o sono e para o repouso, trazendo a sensação de plenitude e paz. Já o sistema nervoso simpático é ativado por ritmos alegres com movimentos conectados com o mesmo.

2007, p. 31). Nesse sentido, para alcançar a “comunicação no movimento” se requer uma maior evolução motora, sensibilidade da percepção, empatia e um nível de “distinção” que se caracteriza pelo *feed-back*. No exemplo citado, o sinal emitido: “eu choro e minha fome é saciada”, ou seja, não preciso ter medo, por isso que nossas primeiras experiências de infância são tão significativas, elas vão imprimir marcas no modo de nos relacionarmos com o mundo.

Experiências vitais de bebês desejados e bem acolhidos podem trazer marcas de alegria e expansão corporal e psíquica, do mesmo modo que crianças não desejadas, “mal acolhidas”<sup>2</sup> podem comprometer suas competências simbólicas e capacidade criativas. Numa sessão de biodança, é através da música, do canto, da dança, do contato amoroso em grupo que o ser humano exprime suas necessidades, que vão além das palavras e além dos conceitos, podendo reimprimir novas marcas. O grupo de biodança oferece o acolhimento afetivo necessário à experiência vital que proporciona a reestruturação orgânica e psíquica, por meio de vivências integradoras.

É por meio da corporeidade, "corpo que fala/corpo que sente/corpo que dança", que a pessoa revela seu modo de sentir. Os movimentos conectados com as emoções dão forma, cor, brilho na expressão do rosto contextualizados no momento. E é por meio do resgate de movimentos corporais mais integrados, plenos de significado, vivenciados no "aqui e agora", que o educador pode ressignificar suas ações pedagógicas e o seu próprio modo de ser. Como afirmam algumas educadoras que participam do grupo da Secretaria Municipal de Educação de Maceió em depoimento para pesquisa: a) “A biodança para mim melhorou no sentido de me espalhar com as pessoas, com meus filhos e marido” (Educadora A); b) “A biodança influenciou muito na minha relação com as pessoas de modo geral, escuto melhor, vejo com outros olhos e amo mais”. (Educadora C); c) “Estou mais centrada, mais falante, mais paciente com as pessoas, tive muitos benefícios nos relacionamentos”. (Educadora D).

---

<sup>2</sup> Termo utilizado por Trevisol, mestre em Psicologia e Espiritualidade e Doutor em Ciências da Educação.

O conhecimento primordial por meio da vivência integradora, capaz de favorecer a ressignificação de fatos vivenciados, relacionados às experiências subjetivas de dor, perdas, alegria, prazer, desafios, esperança, entre outras, favorece o alcance de níveis mais elevados de integração pessoal, expressos no desenvolvimento das cinco linhas de vivência da Biodança.

É a partir de uma visão sistêmica<sup>3</sup> da realidade que busca-se o resgate do desenvolvimento pessoal do professor no cotidiano da sala de aula e nos espaços educacionais, sem negação de nenhuma de suas dimensões como ser humano; ele deve ser um profissional cujo objetivo é fazer acontecer o processo educativo; tem uma profissão centrada na relação com o outro, tendo como princípio mais amplo a proteção da vida.

Rubem Alves (1993), em seu livro *Conversas com quem gosta de ensinar*, faz uma comparação metafórica do professor com os pés de eucaliptos e do educador com os pés de jequitibás. Segundo esse autor, somos eucaliptos quando somos produzidos apenas para o imenso consumo, representando papéis. Rapidamente somos produzidos e, mais ainda, consumidos, por não haver tempo a perder na atual sociedade. Por outro lado, somos pés de jequitibás, quando temos profundidade, raízes. Mas, isso leva tempo: é um caminho lento para formar um educador. É algo que parte de um processo interno. Hoje é uma raridade encontrar educadores, pois todos estão com muita pressa, não há tempo a perder.

A compreensão deste trabalho passa pela concepção que queremos ser como os “jequitibás”, com uma formação a partir de um processo interno. Esse processo interno, o nosso ser pessoa e o modo como interagimos com o nosso corpo, está plenamente associado ao nosso ser profissional, com valores, concepção de vida, posturas, crenças, sentimentos, emoções e nossa expressão no mundo.

---

<sup>3</sup>“Precisamos pois de um novo ‘paradigma’ – uma nova visão da realidade, uma mudança fundamental em nossos pensamentos, percepções e valores. Os primórdios desta mudança, da transferência da concepção mecanicista para a holística da realidade, já são visíveis em todos os cantos e suscetíveis de dominar a década atual” (CAPRA, 1982, p.14).

## Referências

**ALVES, Rubens. Conversas com quem gosta de ensinar. 27. ed. São Paulo: Cortez, 1993.**

\_\_\_\_\_. *Ensinar, cantar, aprender*. Campinas: Pauris, 2008.

DIAS, Amélia da Soledade. *O Desenvolvimento pessoal do educador através da biodança*. Maceió: EDUFAL, 2004.

CAPRA, Fritjof. *O ponto de mutação*. 20. ed. São Paulo: Cultrix, 1982.

FLORES, Feliciano Edi Vieira. *Educação Biocêntrica: por uma educação centrada na vida*. João Pessoa: 2002. (Mesa-redonda apresentada no II FÓRUM NACIONAL DE EDUCAÇÃO: HUMANIZANDO TEORIA E PRÁTICA, na UNISC – Universidade de Santa Cruz do Sul.

FUX, María. *Dança, experiência de vida*. 3. ed. São Paulo: Summus, 1983.

GÓIS, Cezar W.L. *Vivência: caminho à identidade*. Fortaleza: Viver, 1995.

LIBÂNEO, José Carlos. *Pedagogia e Pedagogos, Para que?*. São Paulo: Cortez, 2002.

SOUSA, Ana Maria Borges de. *Educação Biocêntrica: tecendo uma compreensão*. Revista Eletrônica Pensamento Biocêntrico, No. 5, jun. 2006. p. 1-96.

TORO, Rolando – *Teoria da Biodança - Coletânea de textos*. Fortaleza: Editora ALAB, 1991.

\_\_\_\_\_. *Biodanza: Lineas de Vivencia*. ( S.I.:s.n.), 1997.

\_\_\_\_\_. *Inconsciente vital e princípio biocêntrico*. Santiago: International Biocentric Foundation, 2003.

\_\_\_\_\_. *Educação Biocêntrica*. Santiago: International Biocentric Foundation, 2003.

Trevisol, Jorge. *Educação Transpessoal: um jeito de educar a partir da interioridade*. São Paulo: Paulinas, 2008.