

# A dança criativa como veículo de expressão para mulheres vítimas de violência doméstica

Relatório de Projeto

Marina Costa Negreiros

Trabalho realizado sob a orientação de

Maria de São Pedro Lopes

Clara Leão

Leiria, setembro, 2019

Mestrado em Intervenção e Animação Artística

ESCOLA SUPERIOR DE EDUCAÇÃO E CIÊNCIAS SOCIAIS

INSTITUTO POLITÉCNICO DE LEIRIA

## AGRADECIMENTOS

Às pessoas que sempre estarão presentes onde eu estiver, apoiando-me e fortalecendo-me. Aos meus queridos pais, Maria das Neves e Edson, que me mostraram que nunca devo desistir dos meus sonhos e o imenso poder de acreditar em si. Hoje sou quem eu sou. Uma mulher que luta, forte e corajosa graças a vocês. Tornei-me o reflexo do espelho e vocês são o espelho mais valioso que o universo poderia me dar.

Aos meus irmãos, Edson Filho e Nathane, que com muita paciência conseguiram me ajudar nessa minha jornada de pesquisa. Socorrendo-me quando precisava e me fortalecendo para eu seguir adiante. Não posso esquecer de agradecer, também, ao mais novo integrante da família, Sirius Black, que com sua doçura e alma pura me fez a melhor companhia nos estudos. Foram tantas energias positivas que hoje cheguei ao fim dessa trajetória da minha vida.

Aos meus primos de coração que me apoiaram e me ajudaram muito. Dias, noites e madrugadas me socorrendo com a maior tranquilidade e positividade. Obrigada Pedro Ivo e Marcus Vinicius.

Aos meus amigos que mesmo estando no Brasil ou em Portugal fizeram de tudo para que eu não desistisse e que seria um caminho longo, porém com muita satisfação e de importância. Obrigada especialmente à Marta Baptista, Diana Sá Rolo, Damila Costa, Tiago Carvalhal, Victor Braga e Bernardo Soares.

À minha segunda família que mesmo longe conseguiu atravessar o oceano para me fortalecer. O sangue por vezes não limita e sim agrega quem realmente importa. Obrigada, Mariana Pérez, Carol Bastos, Kátia Fraga.

Aos professores da Universidade Federal da Paraíba que possibilitaram e me ajudaram na realização da minha pesquisa na instituição. Obrigada a Nívia da Silva, Guilherme Schulze, Adriana Fernandes e a Candice Didonet.

Às mulheres que participaram voluntariamente da minha pesquisa. Sem vocês o meu estudo não seria realizado e finalizado. Obrigada pela disponibilidade e por serem mulheres tão fortes.

Às minhas orientadoras, Maria de São Pedro Lopes e Clara Leão, pela paciência e cuidado que tiveram comigo. Obrigada por me tornarem uma pesquisadora melhor e capacitada.

## RESUMO

O propósito do presente trabalho de pesquisa é compreender como a dança criativa pode ser uma ferramenta de auxílio à linguagem/comunicação. Desta forma, a pesquisa foi guiada a partir da metodologia improvisacional de Viola Spolin (2001), do corpo somático de Klauss Vianna (2005) e o exercício do *Rasaboxes*, para além do conceito da corporeidade, presente durante a intervenção. Em diálogo com o conceito da dança criativa, buscou-se implementar, a partir de uma intervenção artística, o desenvolvimento da expressão corporal das mulheres que sofreram algum tipo de violência dentro de uma instituição de ensino superior, no Brasil, dada a percepção de que as mulheres estavam guardando internamente seus sentimentos como angústia, tristeza e solidão, por não encontrarem palavras que possibilitassem de alguma forma a superação após o trauma.

O grupo com quem realizamos a intervenção foi constituído por seis jovens-mulheres, estudantes da Universidade Federal da Paraíba — localizada no Nordeste do Brasil — que sofreram alguma das cinco categorias de violência doméstica, situadas em consonância com a lei brasileira Maria da Penha.

A partir de sessões desenvolvidas, durante dois meses, dentro das salas de aula do curso de Bacharelado em Teatro e Licenciatura em Dança da Universidade Federal da Paraíba, tivemos como finalidade desenvolver e aprimorar a capacidade de expressão e comunicação das participantes através da dança, bem como o trabalho de confiança para consigo mesmas e para com o outro.

Esta pesquisa trata-se de um estudo com abordagem qualitativa, inserida na ferramenta metodológica da investigação-ação. E tendo como instrumentos de recolha de dados a observação participante, diário de bordo e o grupo focal. A análise de conteúdo será referente às informações obtidas pelo diário de bordo das participantes e pela pesquisadora.

Assim sendo, os resultados obtidos durante a pesquisa indicaram que a dança criativa é uma importante ferramenta artística como modo interventivo para com pessoas que almejam se expressar não apenas pela palavra. Além disso, essa linguagem artística possibilita, também, a promoção do bem-estar do indivíduo a partir das vivências estabelecidas durante as sessões.

**Palavras-chave:**

Autoexpressão; Memória Corporal; Dança Criativa; Violência Doméstica;  
Processo Criativo

## ABSTRACT

The aim of this research is to understand how creative dance works as a tool to aid language and communication. Therefore, the research is guided by Viola Spolin's (2001) improvisational techniques, Klauss Vianna's (2005) somatic body approach, Rasaboxes exercises, as well as the concept of corporeity used during the intervention. Based on the creative dance concept, we sought to promote, through an artistic intervention, the development of body expression by women who suffered from any type of violence inside a higher education institute in Brazil, given the idea that these women were unable to express feelings such as anguish, sadness, and solitude, due to the lack of words that would help them overcome their traumas.

The group assisted in the intervention was comprised of six young women, students from the Federal University of Paraíba — located in the Northeast region of Brazil —, who suffered from five different categories of domestic violence, categorized in accordance with the Brazilian Federal Law, Maria da Penha.

Through the sessions, which took place in the classrooms used for the undergraduate programs of Theater, and Dance at the Federal University of Paraíba, for two months, we sought to develop and improve participants' communicative expression through dance, as well as work up their self-confidence.

This research makes use of a qualitative approach and adopts an action-research methodology. To collect data, the research used participant-observation methodology, a logbook and conducted a focus group. The content analysis was based on information obtained through the participants' logbook and by the researcher.

Thus, the results of the research indicate that creative dance is believed to be an important and positive tool for people who seek to express themselves not only through words. In addition to this, the artistic language allows the promotion of well-being, through activities developed during the sessions.

## **Keywords**

Self-expression; Body Memory; Creative Dance; Domestic Violence;  
Creative Process

## Lista de Figuras

FIGURA 1 - PRÉDIO DA REITORIA DA UNIVERSIDADE FEDERAL DA PARAÍBA (FONTE: WWW.MAISPB.COM.BR) .....	25
FIGURA 2 - DIAGRAMA CÍCLICA SOBRE PESQUISA AÇÃO. FONTE: TRIPP (2005) .....	30
FIGURA 3 - SEQUÊNCIA DE FOTOS MOSTRANDO O EXERCÍCIO DE ROLAGEM.....	47
FIGURA 4 - SEQUÊNCIA DE FOTOS MOSTRANDO AS PARTICIPANTES EXPLORANDO VARIADOS NÍVEIS NO EXERCÍCIO DE CONTATO DE IMPROVISÇÃO.....	51
FIGURA 5 - SEQUÊNCIA DE FOTOS MOSTRANDO AS PARTICIPANTES DURANTE O EXERCÍCIO DO RASABOXES. ....	53
FIGURA 6 - SEQUÊNCIA DE FOTOS MOSTRANDO AS PARTICIPANTES DURANTE O EXERCÍCIO DA BOLA. ....	56

## Lista de Abreviaturas

**BID** – Banco Interamericano de Desenvolvimento

**BWS** – Battered Woman Syndrome

**IGC** - Índice Geral de Cursos Avaliados da Instituição

**ONU** – Organização das Nações Unidas

**UFPB** – Universidade Federal da Paraíba

# Sumário

AGRADECIMENTOS .....	ii
RESUMO .....	iv
ABSTRACT .....	vi
Lista de Figuras .....	viii
Lista de Abreviaturas .....	ix
Sumário .....	x
Introdução .....	1
I. Enquadramento Teórico .....	3
1.1 Violência Contra a Mulher .....	3
1.2 A Dança .....	9
1.2.1 Dança Criativa .....	10
1.2.2 Corporeidade .....	12
1.2.3 Educação Somática .....	15
1.3 <i>Rasaboxes</i> .....	19
1.4 <i>Jogos Teatrais</i> .....	22
II. Metodologia .....	24
Entendendo Melhor: O contexto e descrição do Projeto .....	24
Introdução .....	24
2.1 Objetivos do Projeto .....	24
Objetivo Geral.....	24
Objetivos Específicos .....	25
2.2 Caracterização da Instituição.....	25
2.3 Caracterização do Grupo.....	26
2.4 Participantes do Projeto .....	27
2.5 Pergunta de Partida da Investigação .....	27
2.6 Tipo de Pesquisa .....	28

2.6.1	Pesquisa Qualitativa.....	28
2.6.2	Investigação-Ação .....	29
2.7	Técnicas e Instrumentos de Recolha de Dados .....	32
2.8	Aspetos Éticos em Investigação Social.....	35
2.9	Procedimento da Intervenção .....	37
2.10	Etapas de Desenvolvimento do Projeto.....	38
III.	Apresentação e Discussão de Resultados.....	41
2.11	Estratégias e Práticas Utilizadas na Intervenção.....	41
2.12	Discussão dos Resultados.....	45
3	Conclusões.....	61
	Referências Bibliográficas .....	67
	Anexos .....	1
	Anexo I – Divulgação pelas Redes Sociais .....	1
	Anexo II – Termo de ética.....	2
	Anexo III – Termo de uso de imagem .....	3
	Anexo IV – Tabela de análise dos diários de bordo das participantes.....	4
	Anexo V – Tabela de análise do diário de bordo da investigadora .....	10

## Introdução

Atualmente, a sociedade está mais alerta acerca da violência contra a mulher. No Brasil, por exemplo, a criação de uma lei para a proteção de mulheres vítimas foi tardia, aconteceu apenas no ano de 2006. Contudo, as organizações e grupos de apoio aumentaram, tanto dentro da esfera acadêmica quanto fora.

No entanto, mesmo com leis para auxiliar as vítimas, o número de casos de violência ainda está crescendo, até em lugares que são considerados improváveis de acontecer, como dentro de uma instituição de ensino. Desta forma, a utilização de linguagens artísticas como meio interventivo para as mulheres vítimas, tornou-se um instrumento auxiliador para o desenvolvimento da comunicação e do bem-estar.

Neste modo, a presente pesquisa busca utilizar a dança criativa como uma maneira de construir a comunicação expressiva e através do movimento das vítimas de violência doméstica.

Desde que comecei a minha trajetória acadêmica no curso de Bacharelado em Teatro na Universidade Federal da Paraíba me questiono sobre a questão de gênero na sociedade. Graças a uma oportunidade de intercâmbio em Portugal realizado, no ano de 2015, a partir de uma bolsa da instituição de ensino, a reflexão sobre o tema ficou mais ativa, visto que foi vivenciada uma realidade diferente da que eu conhecia no Brasil.

Durante o intercâmbio, tive a oportunidade de viajar a Espanha e foi neste país que presenciei uma manifestação acerca da igualdade de gênero. Depois dessa vivência percebi que minha visão de mundo mudou e foi impulsionada para tornar presente e comunicar através das artes essa questão tão problemática que, infelizmente, temos que ainda nos dias atuais debater.

Em 2017, escrevi uma monografia, para a conclusão do curso em Teatro, acerca da questão de gênero na dança popular brasileira chamada Cavalo-Marinho. Além da pesquisa teórica e acadêmica, eu, enquanto artista, desenvolvi também, uma performance que mescla a situação das mulheres tanto na dança como na sociedade em geral. Essa

apresentação, para mim, acabou por se tornar um ato político-artístico, no qual, dentro da performance também eram informados dados de feminicídio no país. Desde então, tento usar o máximo a linguagem artística do teatro e da dança como dois veículos de comunicação de protesto e conscientização/reflexão do espectador.

O relatório apresenta-se dividido em três partes: a primeira parte está relacionada ao enquadramento teórico — acerca da revisão da literatura sobre a violência contra a mulher, expressão corporal e jogos teatrais —, a segunda parte foi organizada para a parte metodológica, onde informamos além dos instrumentos de recolha de dados, dados sobre o local da intervenção e dos participantes, a terceira e última parte está reservada para a análise e apresentações de dados.

# I. Enquadramento Teórico

Neste capítulo, iremos abordar e contextualizar os dois assuntos pertinentes para essa pesquisa: a dança criativa e a violência contra a mulher. A dança criativa, segundo o teórico Rudolph Laban, advém do conceito de utilizar as próprias lembranças para que construa movimentos a partir da memória corporal, conforme a experiência que o indivíduo escolheu utilizar. Para complementar a teoria, buscamos informações acerca do corpo somático segundo Klauss Vianna, onde percebemos que se constituiu uma relação com a dança criativa, por trazer a consciência corporal do indivíduo e buscar por vivências e sentimentos. Além disso, foi percebido a importância de implementar na intervenção os jogos teatrais para a construção de um ambiente que propiciasse mais confiança às participantes. Para complementarmos os conceitos apresentados anteriormente foi fundamental inserirmos, também, o exercício do *Rasaboxes* para conseguirmos um trabalho mais aprofundado acerca das emoções das participantes.

A abordagem que optamos para exploração do tema sobre a violência contra a mulher é a contextualização do assunto juntamente com dados estatísticos de Portugal e do Brasil, país onde será realizado o projeto. Foi fundamental apresentarmos as leis dos países para construir o maior entendimento por parte do leitor e assim, perceberem a realidade de cada país. Tivemos como principal teórica, a autora feminista Judith Butler para entendermos melhor acerca da questão de gênero em um todo e relacionarmos com a violência contra a mulher.

## 1.1 Violência Contra a Mulher

A violência contra a mulher persiste atualmente em todos os países do mundo, conforme a Organização das Nações Unidas, interferindo diretamente nos direitos humanos e sobretudo na igualdade de gênero. É fato que dados alarmantes são apresentados anualmente em cada país, confirmando a pesquisa da ONU, em que declara como dever do Estado a proteção das mulheres perante a violência. “States have an obligation to protect women from violence, to hold perpetrators accountable and to provide justice and

remedies to victims. Eliminating violence against women remains one of the most serious challenges of our time.” (ONU, 2006, p.9)

A mulher vista como “máquina de fazer filhos” conforme Alencar (2011, p. 89), a quem era negado até o prazer, enquanto aos homens tudo era permitido, é uma situação que ocorreu em todas as sociedades do mundo, e em algumas sociedades ou parte delas, ainda ocorre. À mulher, portanto, era negado o prazer sexual ou até mesmo o ato de se tocar. Não obstante, os homens tinham todos os direitos carnavais e prazerosos. Alencar (2011) também afirma que após o período da colonização, as mulheres que praticavam o autoconhecimento corporal eram diagnosticadas como histéricas e tratadas em instituições manicomiais.

A partir dos anos 1970, houve no Brasil a criação do movimento feminista que questionava os diferentes padrões de funções de cada gênero, em que o homem seria o responsável por trabalhar e manter o sustento, enquanto à mulher cabia um papel submisso e os afazeres domésticos. Desta forma, Rago (1995) constata a aparição de estudiosas, nessa época, que observaram a participação da mulher na sociedade à procura de signos de opressão masculina contra elas.

A teoria feminista dispõe do propósito de desenvolver “uma linguagem capaz de representá-las a fim de promover a visibilidade política” (Butler, 2003, p. 18), visto que a linguagem seria um transmissor para impulsionar a representatividade das mulheres. Embora atualmente a sua representação esteja a ser distorcida perante a sociedade ou até mesmo não representada. Deste modo, Butler (2003) argumenta sobre a situação da mulher e como ela é vista na coletividade. Numa linguagem masculinista — uma linguagem falocêntrica —, as mulheres constituem o irrepresentável. Em outras palavras, as mulheres representam o sexo que não pode ser pensado, uma ausência e opacidade linguística.

Durante a revolução de 1974, em Portugal, foram criadas “estruturas de oportunidades políticas e brechas no processo político favoráveis às demandas feministas” (Ferreira, 2010, p. 32). Contudo, mesmo após a revolução, percebeu-se que ainda havia a discriminação do sexo feminino e a recusa dos direitos a essas mulheres. Foi criada, a partir de então, uma Constituição, no ano de 1976, que empregava em seus artigos “o

direito à Igualdade entre mulheres e homens (art.º 13.º), o direito ao trabalho (art.º 58.º) e à livre escolha da profissão e do tipo de trabalho (art.º 58.º)” (Ferreira, 2010, p. 34). Além dos artigos citados, a Constituição também reforçava a causa da igualdade salarial e a proteção das mulheres que estavam no âmbito do trabalho durante a gravidez.

A partir disso, Portugal enviou sua candidatura para aderir à Comunidade Econômica Europeia, no ano de 1977, apontando que “a constatação da opressão das mulheres na legislação proporcionou um espaço de oportunidades para a introdução das questões da discriminação em razão do sexo, num quadro de modernização democrática e de reconquista do respeito internacional” (Ferreira, 2010, p. 32). Portugal foi integrado oficialmente à comunidade em 1986.

Em Portugal, a violência contra a mulher foi vista como um problema social na década de 1980, conforme Dias (2000). Contudo, a legislação que apoiava as mulheres violentadas foi desenvolvida e aplicada na década de 1990. De acordo com Dias (2000), a lei n.º 61/91 garantia o apoio a qualquer vítima de violência, não necessariamente mulheres. Entretanto, alguns anos depois, a Assembleia da República se pronunciou com a resolução n.º 31/99 que garantia proteção às mulheres vítimas de violência. Posteriormente, o Conselho de Ministros criou a resolução n.º 55/99 que, pela primeira vez em Portugal, desenvolveu um Plano Nacional Contra a Violência Doméstica.

Entretanto, a situação do Brasil é mais alarmante, a única lei com caráter de apoio às mulheres que sofreram alguma violência é a Lei Maria da Penha, criada em 2006. Segundo o Dossiê de Violência Doméstica e Familiar, do Instituto Patrícia Galvão, “a lei representa um reconhecimento do Estado brasileiro de que, em nosso contexto, os papéis associados ao gênero feminino e o lugar privilegiado do gênero masculino nas relações geram vulnerabilidades para as mulheres”. Neste caso, as mulheres são consideradas favoráveis a sofrer a algum tipo de violência e violação de direitos por causa do estereótipo de papéis criado pela sociedade.

A lei de proteção às mulheres no Brasil recebeu o nome de Maria da Penha como forma de homenagem a uma das vítimas de violência, nascida no estado do Ceará, no nordeste brasileiro. A farmacêutica, segundo o Tribunal de Justiça de Santa Catarina, sofreu

agressões durante seis anos, e foi no ano de 1983 que o seu marido tentou assassiná-la pela primeira vez, com um tiro, o que a deixou paraplégica. A segunda tentativa, no mesmo ano, foi por meio de afogamento e eletrocussão. Após sobreviver e ter ficado paraplégica, Maria foi atrás dos seus direitos e lutou por mais de 19 anos por uma lei que protegesse as mulheres perante a violência que é exercida todos os dias. A lei Maria da Penha foi sancionada pelo então presidente Luís Inácio Lula da Silva, em 7 de agosto de 2006, com “o objetivo de punir com mais rigor os agressores contra a mulher no âmbito doméstico e familiar” (Tribunal de Justiça de Santa Catarina, 2009).

Diante da Lei Maria da Penha, vemos que há cinco formas de violência que a lei abrange, focando também nas agressões não físicas. As cinco categorias consistem em: violência psicológica, violência física, violência sexual, violência patrimonial e violência moral. A violência psicológica é sentida silenciosamente pela vítima, sendo considerada a mais difícil de ser identificada, segundo o Ministério de Saúde do Brasil. Este movimento da violência é sutil e, muitas vezes, imperceptível para ambos – agressor e vítima – e, com frequência, a vítima tende a justificar o padrão de comportamento de seu agressor, o que a torna, de certa forma, conivente com ele. Como exemplo para esses discursos, é possível encontrar: “Ele estava nervoso, não fez porque quis”, [...] “Eu deveria estar pronta. Pelo meu atraso, ele ficou irritado e fez o que fez...” (Silva, Coelho & Caponi, 2007, p.100). Esses discursos são formas de legitimar as atitudes do agressor, contribuindo para que a violência se instale e avance ainda mais.

É de extrema importância ressaltar que a violência psicológica não afeta apenas a vítima. Qualquer pessoa que tenha presenciado a cena será atingida também. Além disso, “a violência psicológica causa, por si só, graves problemas de natureza emocional e física” (Silva, Coelho & Caponi, 2007, p. 100). A violência psicológica ocorre antes da violência física com o intuito de diminuir a outra pessoa. “Antes do agressor poder ferir fisicamente sua companheira, precisa baixar a autoestima dela de tal forma que ela tolere as agressões” (Paim, 2006, p.10). Dessa forma, a vítima se sente impotente e acredita não ser capaz de fazer nada sem a presença do agressor. A violência moral, também criminalizada, é muito parecida com a psicológica, no entanto, uma das diferenças é que nela o agressor se utiliza de mentiras ou situações vividas pela vítima para difamá-la

através de redes sociais ou do próprio convívio com pessoas próximas — família, amigos e colegas de trabalho.

A violência física surge após a psicológica, como afirmamos anteriormente. Sua característica é a agressão ao corpo, geralmente quem a sofre possui marcas nítidas. Segundo o Dossiê de Violência Doméstica e Familiar, do Instituto Patrícia Galvão, a violência física consiste em “bater e espancar; empurrar, atirar objetos, sacudir, morder ou puxar os cabelos; mutilar e torturar; usar arma branca, como faca ou ferramentas de trabalho, ou de fogo.” Podemos perceber que essas foram situações vividas por Maria da Penha, antes da sua luta por direitos e proteção. A violência física está ligada diretamente aos homicídios.

Segundo a pesquisa desenvolvida pelo Banco Interamericano de Desenvolvimento (BID), no ano de 1998, os casos de violência física contra mulheres dentro da própria família, sejam praticados por filho, marido ou, até mesmo, ex-companheiro tendem a ocorrer com uma frequência oito vezes maior do que agressões praticadas por terceiros em locais públicos ou de trabalho, de acordo com Buchele, Clímaco e Lima (2008). É importante informar que ainda não existe uma nomenclatura única entre os pesquisadores acerca da violência contra a mulher, e cabe a cada pesquisador escolher qual termo melhor se encaixa, ou seja, qual é mais apropriado no seu meio de pesquisa.

Não existe um consenso entre pesquisadores/as em relação à terminologia utilizada para designar a violência sofrida pelas mulheres. Entre as mais comuns estão: violência de gênero; violência doméstica; violência intra-familiar; violência de parceiro íntimo e violência conjugal. (Bucheles, Clímaco e Lima, 2009, p. 72)

Ainda sobre as outras formas de violência pertencentes à Lei Maria da Penha, o Dossiê de Violência Doméstica e Familiar informa que a violência patrimonial abrange os casos relacionados com o controle ou com a destruição de bens materiais, como dinheiro e objetos de valor da vítima. Já a violência sexual está presente nos casos em que a mulher é obrigada a ter relações sexuais quando a mesma não anseia ou quando não há consentimento do ato — enquanto dorme, por exemplo. A lei abrange, também, situações que envolvam forçar a mulher a ver fotos ou vídeos pornográficos, a realizar o ato sexual sem proteção e a realização do aborto. Situações como essas acabam por deixar consequências graves na vítima.

Podem afetar a multidimensionalidade das vítimas, ocasionando problemas de saúde física, reprodutiva e mental como lesões corporais, gestação indesejada, doenças sexualmente transmissíveis, fobias, pânico, síndrome do estresse pós traumático, depressão e outras alterações psicológicas e, também, problemas familiares e sociais como abandono dos estudos, perda de empregos, separações conjugais, abandono de casa, entre outros. (Correa, Fegadoli e Labronici, 2010, p. 402)

No âmbito da psicologia, a *Battered Woman Syndrome (BWS)*, em tradução livre “Síndrome da Mulher Maltratada”, é uma subcategoria do transtorno de estresse pós-traumático que consiste em um padrão de sinais e sintomas que foram encontrados após mulheres sofrerem abuso físico, sexual e psicológico em uma relação íntima, quando o parceiro (nem sempre um homem) exerce poder e controle sobre a mulher para coagi-la a fazer o que ele quer, sem levar em consideração os seus direitos ou sentimentos, conforme Walker (2017).

Fazendo um paralelo com a legislação brasileira, tanto a Lei Maria da Penha quanto a BWS agem como identificadores de situações de violência doméstica. Embora, os dois indicadores apresentem uma nomenclatura feminina, utilizando especificamente um nome próprio feminino “Maria da Penha” e o substantivo “women”, respectivamente, ambos podem ser utilizados para casos que envolvam agressão a homens e não estão necessariamente limitados a relações heterossexual (Chang e Leventhal, 1991).

O Battered Woman surgiu em decorrência dos abusos inicialmente marcados pelo menosprezo e desqualificação das mulheres pelos seus respectivos parceiros, sendo não apenas exclusivo para parceiros do sexo masculino. Segundo Leventhal e Chang (1991), a mulher acaba por se visualizar como algo ruim, distorcendo a visão do próprio corpo como, também, diminuindo-se e fragilizando-se psicologicamente. A visão negativa da mulher sobre si própria se configura como consequência de atos coercitivos para com ela, e deste modo, a vítima acaba por aceitar todas as ofensas como verdade.

Muitas acabam se enganando e fingindo que aquela violência toda não está realmente acontecendo. Faz parte da própria situação de violência que a mulher interiorize opiniões do companheiro sobre si reforçando, ainda mais, sua baixa auto-estima, agravando a situação. Outras não só interiorizam as opiniões do companheiro, como absorvem desejos e vontades que a ele pertencem, anulando os seus. (Caponi, Coelho e Silva, 2007, p. 100)

## 1.2 A Dança

A dança é uma linguagem artística que acompanha o homem desde sua existência, com várias ramificações estéticas. Não há dúvidas de que a dança surgiu no tempo das cavernas com o homem paleolítico, como comprovam as imagens desenhadas nas cavernas, como uma forma de comunicação. O movimento e a representação diária supõem que os homens das cavernas usavam a dança como uma forma ritualística. A dança é “uma forma gestual artística [que] escreve no ar a memória social acumulada historicamente pela humanidade e se expressa de forma individual ou coletiva em forma de criação artística” (Correio e Santos, 2017, p.11). Faro (1994) complementa a ideia anterior afirmando que a dança como qualquer outra linguagem artística provém da necessidade humana de se expressar, utilizando, portanto, elementos básicos da natureza, inicialmente.

Foi durante a modernidade, entre os séculos XIX e XX, que o foco foi direcionado para o indivíduo buscando abordar o corpo de uma forma diferenciada, sendo visto então como uma ferramenta autônoma, capaz de expressar os gestos corporais de forma independente de regras — obtidos inconscientemente pelo indivíduo e apresentados quando uma certa emoção é vivenciada —, contrário ao conceito clássico, onde os corpos seguiam uma regra corporal e buscavam a contação de história. Delsarte foi um dos primeiros pesquisadores a estudar essa linguagem, ele “se dedicou a um estudo rigoroso do comportamento humano baseado na observação de suas reações nas mais variadas situações emocionais” (Grebler, 2012, p. 414). A partir disso, foram elaborados exercícios práticos onde o artista tem a capacidade de criação e interpretação voltada mais para o “sujeito e em sua relação espacial do que na cópia de um gesto autorizado pela tradição artística” (Grebler, 2012, p 414). Foi a partir da dança moderna que começaram a valorizar o indivíduo como o elemento principal para a criação, entrando em oposição ao ballet clássico que tinha a técnica e a contação de histórias como elementos principais.

Com a contemporaneidade, a dança se torna um veículo artístico para comunicar qualquer coisa, podendo ou não se repetir, ou seja, a motivação para o contemporâneo pode ser algo novo ou algo já proposto anteriormente. A principal motivação é o que impacta no indivíduo artístico naquele momento. “Para ser contemporâneo, não se precisa

forçosamente buscar entradas até então impenetradas. A dança, como arte e diversão, já se diversificou de tal forma que sua contemporaneidade implica o hoje, mas não necessariamente o novo.” (Faro, 2011, p.153)

### *1.2.1 Dança Criativa*

A partir dessa perspectiva, a motivação para esse projeto de intervenção decorre do tema atual, a violência contra a mulher, e da forma como a dança criativa se pode tornar um meio para facilitar a exploração do íntimo do indivíduo participante. Visto que, a dança criativa incentiva a utilização da imaginação e, conseqüentemente, a autoexpressão, conforme Gilbert (1992), tornando-se uma linguagem artística que transporta o indivíduo a um ambiente social amigável e aberto à manifestação.

Através da dança criativa, a exploração de metáforas é propiciada, incentivando a imaginação. A utilização de imagens, movimentos corporais e desenhos, por exemplo, são maneiras que fazem o intérprete seguir o caminho da complexidade, transformando os movimentos, segundo Campeiz e Volp (2004), em uma potencialidade maior, tornando-os mais relevantes.

Como Correio e Santos (2017) afirmam, quando é utilizada em uma composição a memória se torna um elemento significativo no processo da dança criativa. Gestos repetitivos demonstram a memorização corporal que o indivíduo desenvolveu em uma fase de sua vida. Discurso corporal que acaba por ser confirmado por Correio e Santos (2017) quando afirmam que a memória está “além das experiências cognitivas” e que podem, também, “relacionar ao reforço dos gestos, das atividades motoras e do movimento corporal” (Correio e Santos, 2017, p.16). Desta forma, quando é estabelecida em uma composição coreográfica, a repetição de movimentos está intrínseca à contação de alguma história, revelando problemas ancestrais ou contemporâneos.

A função do corpo na memória é aquela mesma função de projeção que já encontramos na iniciação cinética: o corpo converte uma certa essência motora em vociferação, desdobra o estilo articular de uma palavra [...] projeta uma intenção de movimento em movimento efetivo, porque ele é um poder de expressão natural. (Correio e Santos, 2017, p. 20)

De acordo com Laban (1978), um “simples gesto de qualquer parte do corpo revela um aspecto da nossa vida interna” (Laban ,1978, p. 49). Afirmção, essa, que sintetiza o que falamos anteriormente. O corpo humano consegue gravar gestos corporais e relaciona esses movimentos a uma referência vivida, é a partir da associação sensitiva que o cérebro direciona a pessoa a um determinado tempo e espaço.

Diante da percepção do que a dança proporciona ao intérprete uma ligação pessoal, originada por meio da memória corporal, constatamos o quão significativo é o uso da expressão do corpo para quem o pratica. O sentido dos gestos para quem o vê pode não significar absolutamente nada ou algo contrário do que é proposto, contudo, para quem faz a movimentação corporal, cada fração de deslocamento do corpo o transporta para um lugar onde são sentidas sensações e emoções diferenciadas.

As palavras que exprimem sentimentos, sensações, emoções ou até certos estados espirituais e mentais não são capazes de fazer mais do que arranhar de leve a superfície de respostas interiores que as formas e ritmos das ações corporais têm condições de evocar. O movimento, em sua brevidade, pode dizer muito mais do que páginas e páginas de descrições verbais. (Laban, 1978, p. 41)

A imaginação juntamente com a memória corporal transforma cada gesto em um elemento fundamental e mais relevante para o intérprete. Dessa forma, a dança passa a ser a linguagem artística que mais se relaciona com esse projeto de intervenção, já que trabalharemos com pessoas cujo fator memória é tão forte que o uso da expressão verbal, conforme Laban (1978), passa a ser insuficiente para compreender a totalidade da expressividade.

A dança criativa tem a possibilidade de ajudar indivíduos a se expressar corporalmente e, conseqüentemente, expressar seus traumas ou problemas internos, conforme Levy (1988). Dessa forma, pode-se afirmar que a “*creative dance, improvisation and role play of powerful feelings facilitates safe expression of affect*” (Chang e Leventhal, p. 141, 1991). Assim, o indivíduo constrói com mais facilidade a capacidade de se expressar.

### 1.2.2 Corporeidade

Segundo o dicionário Aurélio (Ferreira, 2010), corporeidade é uma “característica, particularidade ou propriedade do que é corpóreo”. A partir disso, percebemos que toda expressão que o corpo transmite, torna-se propriedade única do ser humano a que pertence e que o corpo tende a se comunicar corporalmente com base em toda a sua vivência, ou seja, o corpo é memória daquilo vivido. “A relevância da consciência assumida como expressão corporal nos alerta para o fato do corpo presença. E presença diz respeito apenas aos seres humanos.” (Dentz, 2008, p. 2)

O corpo humano é um resumo da cultura que nele está inserida, expressando os signos específicos que fazem parte do meio que habitam. “O homem, por meio do seu corpo, vai assimilando e se apropriando de valores, normas e costumes sociais” (Góis e Moreira, 2003, p. 51). A partir dessa afirmação, os autores consideram que o conceito de corporeidade advém de todo o conhecimento corporal adquirido por cada ser humano, tanto para se inserir naquele contexto social quanto para se destacar do que está sendo imposto como regra social. “Corporeidade é incorporar signos, símbolos, prazeres, necessidades, através de atos ousados ou através de recuos necessários sem achar que um nega o outro. É cativar e ser cativado por outros, pelas coisas, pelo mundo numa relação dialógica” (Góis e Moreira, 2003, p. 149)

Cada indivíduo agrega ao seu corpo particularidades de suas vivências, e nele “gera a construção de uma história e de uma cultura” (Dentz, 2008, p. 3). Gerando, portanto, uma subjetividade corpórea diferente em cada pessoa, visto que cada sujeito obtém uma expressão corporal a partir do que foi vivido e sentido. Contudo, há uma diferença entre os movimentos abstratos, que partem do inconsciente, e os concretos que são consequência do consciente.

Quando se estabelece uma diferença entre movimentos concretos e movimentos abstratos, esta distinção não deve conduzir a uma confusão com a distinção entre o corpo e a consciência. O importante é notar que um e outro não pertencem a mesma dimensão reflexiva, mas que ambos só encontram lugar na dimensão do comportamento. (Dentiz, 2008, p. 6)

Pitozzi (s/d) apud Marinis (2012) apresenta uma diferença entre corpo e corporeidade, sendo o corpo referente a uma experiência pessoal e única, enquanto a corporeidade se enquadra em uma categoria universal. Desta forma, o corpo é um grande círculo onde a corporeidade está inserida. Nas palavras de Marinis (2012, p.47), o corpo sensível não é mais visto apenas como algo exterior, mas como algo fruto de suas “dinâmicas internas”. Por meio disso, é importante ressaltar que a análise deve ser desenvolvida sobre o movimento que o corpo apresenta e não o inverso.

O conceito de redescoberta do corpo sensível, ou tudo aquilo que está gravado internamente, proposto por Marinis (2000), propõe um estudo do movimento do corpo, e não do corpo em movimento. Partindo dessa ideia, é possível ilustrá-lo por meio dos gestos que foram estimulados a partir de sensações, sentimentos e emoções que aquele indivíduo sentiu em algum momento da vida. Todavia, a cinestesia<sup>1</sup> está relacionada a toda expressão corporal que um dançarino vivenciou, a partir disso, ele tende a passar estímulos de sensações e sentimentos ao público. Neste contexto, “sensações – sentimentos que os movimentos do ator induzem estimulam no espectador, frequentemente até os mesmos que experimente – sente o ator” (Marinis, 2012, p. 48). Desta forma, a cinestesia é aquele movimento concreto e consciente que utiliza sensações vividas no passado.

O corpo tende a se influenciar e absorver gestos de tal forma que nos mostra como ele está em constante mudança e longe de estar pronto ou acabado. A corporeidade passa a ser “o resultado da experiência íntima do ser humano com o seu corpo” (Sousa, 2009, p. 37). A partir disso, a corporeidade significa a identidade do indivíduo no grupo de pertença. “A partir do movimento, do deslocamento e das trajetórias espaciais do corpo são elaboradas as corporeidades, como se os aspectos do corpo se intercambiassem com a extensão espacial” (Sousa, 2009, p. 37). A utilização do simbólico, por meio do acesso da parte inconsciente do cérebro humano – sentimentos e emoções -, podem colaborar em uma corporeidade terapêutica do indivíduo, como Chang (1991) afirma:

---

<sup>1</sup> Cinestesia é o sentido que fornece informações sobre as sensações internas dos movimentos do próprio corpo, promovendo a consciência do estado corporal. (Geraldi, 2011, p. 100)

Dance/movement therapy evokes symbolic representation of unconscious images as well as illustrates cognitive beliefs. Once thoughts and feelings are structurally represented, an idea or emotion can be apprehended, contemplated, analyzed or connected to other symbolic material. (Chang, 1991, p. 137)

O corpo humano não é movido como objeto, ou seja, mecanizado. O corpo tende a se movimentar a partir do que está em volta e também a incorporar esses elementos em suas ações, conforme Veríssimo (2013). Com isso, notamos que “o corpo que se move é o corpo que se volta para o mundo para significá-lo” (Merleau-Ponty, 2011 p. 604). O autor Kauss Vianna (2005) também retrata e interliga a expressão corporal com o cotidiano e suas vivências. O corpo acaba por ser influenciado pelas vivências adquiridas e assim, as transforma em movimento – abstrato ou estereotipado.

As significações desenvolvidas pelo corpo são tão vastas que, segundo Merleau-Ponty (2011), acabam por ser comparadas a uma obra de arte. Visto que a linguagem é a extensão do pensamento que acaba sendo expressado pelo corpo e se torna algo visível, passa-se por diversas interpretações para quem observa. A obra de arte percorre esse caminho, mesmo que o artista saiba qual caminho o observador deve seguir para analisar a obra são as vivências de cada indivíduo que irão influenciar a construção de uma ideia. O corpo além de ter suas próprias significações apresenta, em si, gestos sociais que o complementam, e apenas os indivíduos que vivem ou passaram por aquela sociedade conhecem e percebem o sentido de um determinado gesto. “O sentido do gesto não está atrás dele, ele se confunde com a estrutura do mundo que o gesto desenha e que por minha conta eu retorno, ela se expõe no próprio gesto” (Merleau-Ponty, 2011, p. 253).

Os gestos, em sua particularidade, correlacionam-se aos sentimentos do indivíduo, “por exemplo à expressão das emoções e às próprias emoções: o sorriso, o rosto distendido a alegria dos gestos contêm realmente o ritmo ação” (Merleau-Ponty, 2011, p. 254). O corpo nos apresenta tudo que o indivíduo está sentindo a partir de movimentos corporais, desta forma Merleau-Ponty (2011) classifica o gesto ou a mímica emocional como signos naturais do corpo e a fala como um signo convencional. A partir disso, percebemos que a linguagem corporal parte do inconsciente, e aquilo mostrado pelo indivíduo torna-se puro, sem interferência da razão.

A necessidade do corpo apresentar para o outro o que está fundamentalmente inserido no pensamento é inevitável, acaba por gerar movimentos corporais que transparecem aquilo que está guardado sem intencionar ou condicionar o corpo para isso. “É por meu corpo que compreendo o outro, assim como é por meu corpo que percebo coisas” (Merleau-Ponty, 2011, p. 253). Assim, o indivíduo por perceber o outro, acaba por olhar para si e, assim, se percebe e se conhece.

As sensações humanas tornam-se um complemento daquilo que cada indivíduo tende a mostrar sem ter a percepção do fato. As sensações, segundo Merleau-Ponty (2011) são consideradas qualidades sensíveis que contribuem para um gesto motor, onde este está compreendido a uma significação vital. Além disso, “existem sensações que são estados ou maneiras de ser do sujeito.” (Merleau-Ponty, 2011, p. 279).

A sensação é intencional porque encontro no sensível a proposição de um certo ritmo de existência – abdução ou adução – e porque, dando sequência a essa proposição, introduzindo-me na forma de existência que assim me é sugerida, reporto-me a um ser exterior, seja para abrir-me seja para fechar-me a ele. (Merleau-Ponty, 2011, p. 288)

Assim como as sensações — algo inconsciente do indivíduo —, a emoção encontra-se no campo da subjetividade e “é um conjunto de reações e estímulo” (Barba e Savarese 2012, p. 124). Nesse sentido, os autores explicam que a emoção provém de uma mudança subjetiva que é denominada de sentimento. Esta, todavia, é considerada pelo autor como uma sensação espontânea perante uma situação, como, por exemplo, o sentimento de medo ao encontrar na rua um cachorro grande vindo em sua direção. No subcapítulo a seguir, trataremos mais a respeito da emoção.

### *1.2.3 Educação Somática*

Em poucas palavras, a educação somática refere-se ao “corpo por meio da experiência do eu” (Fortin, 2011, p. 30). É de extrema importância ressaltar que não há apenas um método da educação somática, artistas como Frederick Matthias Alexander, com a sua técnica Alexander, “observou o uso de seu próprio organismo na atividade vocal, bem como nas diversas atividades cotidianas” (Santiago, 2006, p.136), Moshé Feldenkrais, com o Método Feldenkrais, retrata a “interação entre séries de movimentos coordenados

e a aprendizagem sensomotora individual que desenvolve a pessoa através duma profunda tomada de consciência do seu próprio corpo”, conforme o Instituto Feldenkrais<sup>1</sup>. A aprendiz de Rudolf Laban, Irmgard Bartenieff, com os Fundamentos corporais de Bartenieff, apresenta “uma abordagem corporal que propõe uma experiência senso-cinestésica e cognitiva, levando em conta a totalidade do corpo, assim como a conectividade dos movimentos” (Caetano, 2015, p. 207) e Klauss Vianna, com a Técnica Klauss Vianna, em que seu “viés somático está sempre articulado às questões técnico expressivas e criativas como um sistema dinâmico de construção corporal para o processo criativo do intérprete-criador” (Vieira, 2015, p. 141).

A educação somática, conforme Fortin (2011), é um conjunto de métodos variados em busca de selecionar movimentos que são fundamentados em cada experiência pessoal e pela sensibilidade de cada corpo. Dessa forma, o corpo somático é a exploração e a transparência de algo interno para o exterior, além da percepção do próprio corpo. Primeiramente, o corpo somático era visto como um corpo de cura, ou seja, trabalhos corporais para tratar ou assegurar que nenhuma lesão ocorresse ao se movimentar. Como Fortin (2011) afirma, “a educação somática precisa somar em tais profissionais funções tanto preparatórias como reparadoras, num sentido de bem-estar corporal” (Fortin, 2011, p. 34).

O corpo é composto por tudo que somos e além da parte material da carne temos, também, a mental/psicológica. Nesse sentido, Ginot (2010) percebe que as atividades com o trabalho somático são a soma do corpo e mente como uma unidade. Embora a educação somática tenha sido originada a partir de doenças ou lesões corporais graves, o desenvolvimento da prática foi mudado para o trabalho do corpo/espírito de cada indivíduo como na medicina oriental, conforme Vieira (2015).

A educação somática percebida como métodos para trabalhar o corpo/espírito do indivíduo, não é considerada uma terapia. De acordo com o Código Deontológico do Regroupement pour L'Éducation Somatique (Code de Déontologie, 1995), mesmo

---

<sup>1</sup> Instituto Feldenkrais é considerada uma referência internacional na organização e no ensino do método Feldenkrais. Mais informações: <https://www.institutofeldenkrais.pt/>

existindo “benefícios no plano terapêutico, a educação somática não pertence ao campo médico. Ela não detém o discurso sobre patologia, não estabelece o diagnóstico [...] seja no plano físico, psicológico ou comportamental” (Veiria, 2015, p. 129).

Para que haja a vivência com as técnicas somáticas, é necessário que o indivíduo que está realizando os exercícios tenha o máximo de foco, de modo a desenvolver “habilidades como observar, sentir, perceber, nomear, comparar, interpretar, modular e outras, que contribuem para trazer o nível da consciência [das] ações” (Vieira, 2015, p. 132). Deste modo, quem pratica consegue perceber todas as ações desenvolvidas. Reafirmando o objetivo central das técnicas somáticas, que motivam o autoconhecimento corporal em movimento, para que assim consiga estabelecer “a construção de uma sensação de conforto e bem-estar” (Vieira, 2015, p. 132). Além disso, Vieira (2015), afirma:

Na Educação Somática, é utilizado no sentido do corpo que é percebido, observado internamente, em oposição ao corpo como aquele que é observado de fora, o corpo visto por outra pessoa. O soma é o modo que cada um de nós experiencia, vivencia, numa perspectiva interior, os fluxos de sensações e sentimentos; o modo de emocionar, desejar, imaginar, fazer, mover-se; o modo de ser e estar no mundo; nossa confiança, sentido de segurança, equilíbrio; o modo de alegrar-se, de entristecer-se, de sofrer, de relacionar-se com objetos, lugares, acontecimentos, pessoas; e o modo de relacionar-se sexualmente. (Vieira, 2015, p. 136)

A pessoa que tem interesse em entrar em um trabalho somático entende que o trabalho será realizado totalmente no indivíduo, em que cada um irá apresentar maneiras diversas e distintas acerca de um tema. Cada ser é único e com ele há uma bagagem de vivências. Os exercícios somáticos exploram ao máximo essas diferenças, é com eles que cada indivíduo irá explorar com todo vigor seus limites em busca de mais opções expressivas e de percepção, conforme Vieira (2015). Por isso, para uma criação artística, é recomendável que as práticas somáticas sejam realizadas antes, assim, haverá um enriquecimento de detalhes corporais, nos quais estará inserida, também, a carga de expressão dramática oriunda dos limites alcançado por cada indivíduo.

As técnicas somáticas aparecem na pluralidade, visto que cada corpo é diferente do outro e, conseqüentemente, “não há uma técnica que possa servir a todos os corpos”

(Strazzacappa, 2001, p. 83). Cada corpo tem sua particularidade, seja culturalmente ou a partir de regras sociais, além das vivências. A partir disso, a vida de cada indivíduo é passada para o movimento, pois é na ação do corpo que cada um consegue transmitir seus medos, alívios, sensações e emoções. A autora Strazzacappa (2001) ainda relata que os indivíduos são etnocêntricos, tendo a nós mesmos como referência quando observamos o outro.

Vianna (2005) reflete que dançar não é apenas mover o corpo, mas, também, pensar e sentir. Não podemos desconsiderar toda a carga emocional em uma sala de aula, temos que aproveitá-la e passar esse sentimento em movimento. A forma que o indivíduo passará esses sentimentos/emoções para corpo não é importante, o que de fato importa é que a pessoa sinta. Trabalhar tão intensamente o “eu” interior de cada um, onde busca e escava os sentimentos mais profundos é algo delicado que acaba sendo difícil de ser trabalhado, visto que podemos colocar o indivíduo participante em perigo. “É difícil vivenciar com intensidade nossas emoções e sentimentos mais profundos. Por vezes, esse enfrentamento assume a conotação de um risco, que nem todos estamos dispostos a correr” (Vianna, 2005, p. 70). O pesquisador ou o instrutor deve guiar até o limite apropriado para que não haja problemas e para que, primordialmente, as atividades prossigam lentamente. “Quando um movimento é bloqueado seja por impedimentos concretos, seja por barreiras imaginadas, isso pode causar outros bloqueios e levar a outras consequências” (Strazzacappa, 2001, p. 88).

Os movimentos corporais estão ligados diretamente à respiração do indivíduo. “A partir do momento em que bloqueamos ou dificultamos nossa respiração interna, começamos a matar a nossa sensibilidade, a intuição, todo o corpo” (Vianna, 2005, p. 71). A respiração que leva o movimento e, conseqüentemente, como a pessoa está se sentindo. Vianna (2005) informa que, quando não respiramos apenas com os pulmões, quando desenvolvemos movimentos de fechar e endurecer, por exemplo, desenvolvemos movimentos que significam asfixia. Todavia, movimentos de abrir e dar espaços estão relacionados em respirar ao contrário. A velocidade em que a respiração é apresentada em um corpo influencia como ele se comporta ao se mover e, também, reflete no estado emocional da pessoa.

### 1.3 Rasaboxes

O *rasaboxes* foi criado pelo professor de Estudos da Performance Richard Schechner, tendo como base o Teatro Clássico Indiano. O exercício do *rasaboxes*, resumidamente, é uma imersão em diferentes níveis de emoções. Desenvolvido para o trabalho do ator, estimula a comunicação de “maneira corporificada, recebida por e expressada em ou através do corpo, mesmo que seja somente no nível da respiração” (Minnick e Cole, 2011, p.2).

Para que o exercício seja realizado é preciso traçar no chão linhas para formar um tabuleiro com nove quadrados, o traço pode ser com giz ou mesmo com fita adesiva. Cada quadrado é denominado como *rasa*, contudo, podem ser também chamadas de “sabores ou deleites em sânscrito” (Sarmiento, 2013, p. 2). As *rasas* são separadas aleatoriamente com emoções variadas, onde no centro permanece a mesma emoção e não pode ser alterada. A *rasa* central é chamada de *Shanta* ou paz. É considerada como “centro espiritual do exercício, onde todos os esforços de assimilação das dinâmicas rásicas visam a compreensão e a realização desse último estágio” (Sarmiento, 2013, p. 4).

Ao desenhar no chão o tabuleiro, a aparência do *rasaboxes* deverá ser:

SRINGARA	BIBHATSA	KARUNA
RAUDRA	SHANTA	BHAYANAKA
HASYA	ADBHUTA	VIRA

Tabela 1 - Tabela de Rasas

Além da *rasa* central denominada *Shanta*, temos, ainda, mais oito *rasas*, conforme Sarmiento (2013), que são chamadas: *Shingara* — a *rasa* do amor e suas derivações —, *Hasya* — *rasa* da ironia e do riso —, *Karuma* — a *rasa* da tristeza e compaixão —, *Raudra* — a *rasa* da raiva e suas variações —, *Vira* — a *rasa* do heroísmo e da coragem —, *Bhayanaka* — a *rasa* do medo e suas derivações —, *Bibhastha* — a *rasa* do asco e do nojo — e a *Adbhuta* — a *rasa* do maravilhamento e da surpresa.

Rasas e mudras são os códigos, facial e gestual respectivamente, que, segundo o Natyasastra, compõem o conjunto expressivo responsável pela comunicação não verbal presente no Teatro Indiano. A linguagem não verbal é comum na maior parte da cultura teatral oriental clássica. Schechner se apropria do código facial e o esgarça na intenção de explorar suas potencialidades psicofísicas no corpo todo (Sarmiento, 2013, p. 2).

Conforme Sarmiento (2013), as únicas regras para a realização do exercício do *rasaboxes* é a exploração de cada rasa de forma corpórea e ao se deslocar para outra rasa a mudança imediata do corpo, respeitando a emoção que cada quadrado contém. É importante que haja um momento de aproximação dos participantes com o que foi colocado no chão antes de iniciar o exercício. “Os participantes [podem] desenhar o que significa em cada rasa” (Sarmiento, 2013, p. 3), percebendo, portanto, quais emoções serão abordadas antes da imersão no processo. No momento do exercício foca-se na respiração e como a determinada emoção se comporta no corpo, desta forma, passa-se da respiração para os gestos corporais e conseqüentemente entrará na etapa da improvisação livre do corpo. No momento da improvisação, a dinâmica pode ser desenvolvida além do individual e passar a ser em dupla ou trios.

Quando o exercício é iniciado, os participantes acabam por ser influenciados pelo movimento do outro participante em uma rasa diferente da sua. Os participantes ao ficarem mais focados na emoção que a rasa estabelece, começam, assim, a “se engajar um com o outro a partir de pontos de vistas de suas respectivas rasas, respondendo não ao estímulo de sua própria caixa ou imaginação, mas à outra pessoa” (Minnick e Cole, 2011, p. 14). Desta forma, podemos perceber que o exercício em si tem a necessidade que contenha mais de uma pessoa praticando, para assim, consiga criar relações com o outro.

O *rasaboxes* desenvolve um trabalho complexo entre o indivíduo e seu interior como, também, no seu exterior. Durante o processo de improvisação o participante está conectado energeticamente com a emoção. A partir desse processo, o indivíduo tende a conquistar uma aproximação do seu eu interior e exterior, “gerando um diálogo frutífero entre a mente e o corpo” (Sarmiento, 2013, p. 2). A experiência de cada pessoa em uma rasa é diferenciada, visto que a emoção tem relação direta com a vivência pessoal.

Podemos, também, considerar que se o mesmo indivíduo entrar na mesma rasa em dias distintos, o comportamento e seu estado físico e mental serão diferentes.

Cada pessoa construirá a sua forma de relacionar com a rasa de forma distinta. Conforme a particularidade de cada indivíduo, a relação pode se iniciar de diversas formas, como: “uma imagem estereotipada de uma emoção, progride para um diálogo intrincado entre o performer e sua própria fisiologia e imaginação associativa” (Minnick e Cole, 2011, p. 12). Além da criação de uma sensação focada em algum órgão do corpo que aquela emoção para o indivíduo é direcionada, a memória pessoal e o peso do corpo de acordo com os seus movimentos corporais. Ao perceber esse processo de descoberta de cada emoção, nota-se que o *rasaboxes* trabalha como um “processo de impressão, desenvolvendo uma conexão entre mente, corpo e emoção” (Minnick e Cole, 2011, p. 13). Desta forma, o observador não terá o posicionamento de julgamento de movimentações certas ou erradas. O participante contará, corporalmente e/ou complementando com vocalizações, o que ele percebe acerca da emoção tratada a partir de suas experiências pessoais.

Percebe-se uma construção provisória de sentidos que se desfaz e refaz a cada combinação rásica. O que se cria durante as improvisações no tabuleiro é um fluxo de discontinuidades que furtam toda possibilidade de significação em prol do ato de jogar. Schechner, ao criar o *Rasaboxes*, cria uma complexa dinâmica que artificializa a produção de afetos e instaura a dimensão do evento como algo que interrompe a continuidade temporal e produz sentido. Ressalta-se o aspecto da execução de uma ação, ação de viver / construir / apresentar cada rasa com o outro e para o outro, sem ordens ou sentidos pré-estabelecidos. (Sarmiento, 2013, p. 4)

Após o entendimento do exercício e a experimentação do mesmo, é possível avançar na imersão das emoções. A construção de camadas é uma das possibilidades. “Duas ou mais rasas podem também ser misturadas para criar combinações de emoção mais complexas. Por exemplo, o que resultaria se você combinasse de 50% de *raudra* (raiva) com 50% de *karuna* (tristeza)?” (Minnick e Cole, 2011, p. 15). A abordagem de camadas, também, pode ser praticada em partes do corpo isoladamente, como por exemplo, a perna na rasa *singara* (amor) enquanto o rosto está localizado na *rasa hasia* (riso).

O *rasaboxes* tornou-se um exercício que efetiva “um espaço terapêutico o qual, para cada indivíduo, é uma oportunidade de regeneração psíquica” (Mota, 2006, p. 7). A imersão em cada emoção transporta o indivíduo para outra dimensão ou momento de sua vida. Desta forma, a reflexão e o entendimento de como aquela emoção se comporta em seu corpo faz com que a pessoa se perceba com mais profundidade.

#### *1.4 Jogos Teatrais*

Neste trabalho, utilizamos a metodologia dos jogos teatrais de Viola Spolin, a autora elaborou os jogos “na perspectiva de serem um aprendizado a partir da experiência e pela experiência, na vivência do jogo e no jogo, em que sensações diversas são causadas, organizadas e reorganizadas, refletidas vivências significativas” (Ramaldes e Camargo, 2017, p. 13). Desta forma, os exercícios denominados “jogos”, por Viola Spolin, são abordados a partir da vivência do indivíduo, estabelecendo, portanto, uma ligação entre a vivência passada e pessoal com o que está sendo proposto durante o jogo.

Viola Spolin, ao criar a metodologia improvisacional dos jogos teatrais, denominação definida pela própria autora — que segundo Ramaldes e Carmargo (2017) é o resultado do processo de construção entre os anos de 1924 a 1990, no meio deste percurso —, trabalhou como preparadora de atores utilizando dessa mesma metodologia. Após o término do desenvolvimento acerca dos jogos teatrais, a autora Viola Spolin conquistou o reconhecimento internacional “pela grande contribuição que trouxe com a sistematização da metodologia improvisacional dos jogos teatrais” (Ramaldes e Carmargo, 2017, p. 38).

Conforme já mencionado, os jogos teatrais se caracterizam, principalmente, por meio das vivências corpóreas durante os jogos e, também, por construir uma reflexão no momento. Podemos relacionar essa característica com a afirmação: “não há corpo sem voz, corpo sem pensamento, corpo sem sociedade e sem natureza” (Ramaldes e Camargo, 2017, p. 25), visto que as vivências conquistadas durante o processo improvisacional requerem uma comunicação tanto corporal quanto verbal a partir do que foi vivido anteriormente, ou seja, a partir de lembranças do indivíduo. As reflexões desenvolvidas durante os jogos não são somente individuais, mas também em conjunto com o grupo. Segundo Ramaldes e Camargo (2017), Spolin e Bouyd, sua professora na Hull House, acreditavam que a

criação do conhecimento por meio da troca de experiências com pessoas diferentes colabora com a solução de problemas.

Os jogos teatrais que Viola Spolin utiliza são criados a partir da transformação de brincadeiras simples em um processo de experiência acumulada do indivíduo. “Por mais que não possa ser perceptível no presente, a experiência passada marca e constitui o indivíduo e suas relações, e é o acúmulo e o superar de experiências na cultura que forma qualquer ser humano” (Ramaldes e Camargo, 2017, p. 75). Como os jogos teatrais de Spolin são constituídos por regras e, conseqüentemente, objetivos claros a serem alcançados, a vivência estabelecida a partir das regras impostas ao jogo auxiliará no aprendizado a partir da experiência, para assim, o indivíduo não “se perder dentro de um fazer pelo fazer” (Ramaldes e Camargo, 2017, p. 147).

## II. Metodologia

### Entendendo Melhor: O contexto e descrição do Projeto

#### *Introdução*

Neste capítulo temos o intuito de apresentar o projeto de intervenção e construir a percepção da importância de trabalhar com mulheres que sofreram violência doméstica, ainda mais, mulheres que foram violadas dentro de uma instituição de educação. Local, esse, que deveria ser seguro e tomar medidas cabíveis aos que sofreram e fizeram violência.

O projeto teve como objetivo a elaboração de atividades corporais que buscam alcançar a maior expressividade do corpo, para que assim seja desenvolvida a capacidade de exteriorizar todas as sensações e sentimentos que estão acumulados internamente. A consciência corporal e o entendimento das funções que cada corpo comporta serão trabalhados a partir de exercícios de improvisação. A partir dessas atividades, pretende-se aprimorar o sentido do corpo em geral, do próprio e do outro, para assim ser construída uma expressão corporal auxiliar à comunicação.

Desse modo, esse é um projeto de intervenção que busca fomentar o desenvolvimento múltiplo de estratégias sociais e artísticas. Proporcionando às participantes tanto o bem-estar consigo mesma, quanto com a comunidade, visto que cada mulher que fez parte desse projeto possui traumas que não podemos distinguir, mas buscamos aprimorar sua comunicação por meio do corpo.

#### 2.1 Objetivos do Projeto

Os objetivos apresentados a seguir caracterizam como a referente pesquisa será estruturada e aplicada.

#### *Objetivo Geral*

A investigação a partir da implementação do projeto tem como característica geral:

- Promover a dança criativa como ferramenta de auxílio à linguagem/comunicação.

## *Objetivos Específicos*

Como objetivos específicos do trabalho temos:

- Implementar a dança criativa como instrumento de auxílio para a linguagem;
- Promover a dança criativa como uma forma de auto expressão;
- Compreender o impacto das atividades de dança criativa na expressão e comunicação.

## 2.2 Caracterização da Instituição

A Universidade Federal da Paraíba, localizada na cidade de João Pessoa, no Brasil, é uma instituição de ensino que foi criada no ano de 1955 e é considerada diferente das outras Universidades Federais do país por contar com quatro campi e firmar ações em sete cidades distintas no Estado da Paraíba. As cidades nas quais os campi da Universidade Federal da Paraíba se encontram são: João Pessoa, Campina Grande, Areia, Bananeiras, Patos, Sousa e Cajazeiras. É constatado que a UFPB é considerada, entre as instituições de ensino superior do Norte e Nordeste, a que dispõe do maior número de vagas no processo seletivo de ingresso de estudantes. De acordo com os últimos dados de 2011, a instituição dispõe de 104 cursos e conta com um corpo estudantil de cerca de 29.629 estudantes.



*Figura 1- Prédio da Reitoria da Universidade Federal da Paraíba (Fonte: [www.maispb.com.br](http://www.maispb.com.br))*

O Ministério da Educação avalia as universidades por meio do Índice Geral de Cursos Avaliados da Instituição (IGC). A escala de nota tem a variação de zero a cinco pontos, sendo a última considerada a nota máxima. Nesse quesito, a Universidade Federal da Paraíba obteve como resultado a nota quatro.

Além de dispor de núcleos de pesquisa, a Instituição de ensino também conta com grupos de extensão, produzindo atividades para além do ambiente acadêmico, ou seja, à comunidade que não tenha vínculo com a universidade. As temáticas desenvolvidas nos grupos de extensão são: Comunicação, Cultura, Direitos Humanos, Educação, Meio Ambiente, Saúde, Tecnologia e Trabalho. É de extrema importância ressaltar que os grupos de extensão contam com bolsas de estudo para os alunos que fazem parte dos projetos. Para isso, foi desenvolvida uma seleção que se divide em uma etapa de entrevistas e de avaliação do histórico escolar do aluno.

### 2.3 Caracterização do Grupo

O Fórum de Mulheres da UFPB é tido como uma organização independente dentro da Universidade Federal da Paraíba, no Brasil. Esse grupo, portanto, desenvolve atividades dentro da Universidade sem nenhum vínculo com a reitoria. Dessa forma, eles se qualificam como um grupo político. As atividades que o Fórum de Mulheres desenvolve estão inseridos dentro dos campi I, II, III e IV da Universidade Federal da Paraíba.

Criado em abril de 2017, o Fórum de Mulheres da UFPB surgiu a partir do Seminário “Mulheres e Universidade”, atividade anterior ao Fórum. Ocorrido durante todo o mês de março de 2017, o seminário teve em sua grade de atividades rodas de diálogos e apresentações culturais. A partir dessas atividades, foi percebido, por meio dos participantes, problemas que estavam a ocorrer dentro da Universidade Federal da Paraíba. Ressaltamos, ainda, que algumas das problemáticas vieram por meio de denúncias. Durante o seminário, buscou-se atender as pessoas que sofreram violência, propiciando a superação de qualquer indivíduo integrado à UFPB, desde alunos a professores. Confirmando, precisamente, a igualdade de gênero como dever constituinte.

Foi reconhecida a necessidade de uma iniciativa dentro da Universidade que apoiasse e que também fosse, de alguma forma, um veículo para a recepção de denúncias dentro desse ambiente acadêmico. A ação fez com que o Fórum de Mulheres da UFPB se tornasse um dos canais para que esse diálogo se tornasse mais acessível e eficaz.

## 2.4 Participantes do Projeto

O público-alvo que este projeto promoveu são mulheres que estudam na Universidade Federal da Paraíba, no Brasil, que sofreram algum tipo de assédio dentro da instituição. Os tipos de assédio são apresentados no capítulo 1, referente ao enquadramento teórico, mais especificadamente no subcapítulo: violência contra a mulher. As idades das participantes variam entre 19 e 26 anos, tendo um total de seis participantes.

## 2.5 Pergunta de Partida da Investigação

Para iniciar uma pesquisa é necessário que exista “uma pergunta, uma dúvida para qual se quer buscar a resposta. Pesquisar, portanto, é buscar ou procurar resposta para alguma coisa” (Gerhardt e Silveira, p. 12, 2009). Desta forma, é necessário que o pesquisador tenha algo que o incomode para assim iniciar a pesquisa, assim, irá em busca de soluções. A problemática, portanto, “é uma abordagem ou perspectiva teórica que decidimos adotar para tratar o problema colocado pela questão inicial” (Gerhardt e Silveira, p. 51, 2009).

Conforme Gerhardt e Silveira (2009), é necessário que haja a exploração do tópico a ser pesquisado e, assim, guiará a uma problemática. A partir disso, o estudo a ser desenvolvido neste relatório, surge a partir da preocupação da pesquisadora acerca da questão de gênero, mais precisamente sobre a temática da violência contra a mulher. Por meio de pesquisas foram enquadrados dados que apontam várias formas de violência dentro de instituições de ensino, conseqüentemente, havendo mulheres com traumas.

Haver a sistematização de problematizar “consiste a levar o leitor a reconhecer a existência e a relevância do problema” (Vieira, p. 26, 2012). Por isso, é importante que o pesquisador desenvolva o enquadramento teórico detalhado para que o leitor entenda a

situação a que ele pretende chegar e assim, mostrando a importância de desenvolver essa pesquisa para a sociedade. Com isso, é imprescindível a construção da problematização, bem como a percepção do tema abordado. “A problematização está para o problema da mesma forma que a abordagem do tema está para o tema” (Vieira, p, 26, 2012).

Vieira (2012) afirma que “formular um problema pode ser o mesmo que formular uma pergunta de partida para o trabalho”. Desta forma, a pesquisadora optou por elaborar a seguinte pergunta para a presente pesquisa: **Em que medida a dança criativa ajuda as mulheres vítimas de violência a desenvolver a expressão e comunicação?**

## 2.6 Tipo de Pesquisa

### 2.6.1 Pesquisa Qualitativa

A pesquisa qualitativa está inserida nas possibilidades de estudo de fenômenos e as problemáticas no contexto das relações sociais. Dessa forma, o pesquisador para a melhor compreensão, “vai a campo buscando captar o fenômeno em estudo a partir da perspectiva das pessoas nele envolvidas, considerando todos os pontos de vista relevantes” (Godoy, 1995, p. 21).

Todavia, o estudo qualitativo pode ser direcionado a partir de caminhos distintos, como:

- Pesquisa documental: Conforme Godoy (1995), essa pesquisa inclui o estudo de documentos, incluindo, portanto, documentos escritos e não escritos. Entre esses documentos temos como exemplos: cartas, jornais, revistas, diários, fotos e obras. Os documentos são considerados muito importantes para a recolha de dados, visto que, em uma pesquisa qualitativa o enfoque do estudo são as pessoas e a partir da recolha dessas informações o pesquisador irá conseguir se aproximar do público alvo e perceber melhor a situação em que eles se enquadram, comparando, portanto, o passado e o presente desse indivíduo. “Os documentos constituem uma fonte não-reativa, as informações neles contidas permanecem as mesmas após longos períodos de tempo” (Godoy, p. 22, 1995).

- Estudo de caso: Esse estudo “se caracteriza como um tipo de pesquisa cujo objetivo é uma unidade que se analisa profundamente. Visa exame detalhado de um ambiente, de um simples sujeito ou de uma situação particular” (Godoy, p. 25, 1995). Além do estudo de caso ser essencialmente por meio de uma pesquisa qualitativa, podem apresentar dados quantitativos na recolha de dados para que haja um esclarecimento de dúvidas ao desenvolver da pesquisa. Segundo Godoy (1995), o estudo de caso é adequado para responder questões “como” e “por quê” em determinados acontecimentos durante a pesquisa.
- Etnografia: Esse estudo está relacionado, na maioria das vezes, na área da antropologia. Contudo, segundo Godoy (1995), atualmente esse tipo de pesquisa está sendo muito utilizada em outras áreas como a de educação e psicologia. A etnografia tem como característica a descrição dos acontecimentos durante a pesquisa de campo e interpretando cada significado. Não podemos esquecer de ressaltar que é com a etnografia que há a observação dos acontecimentos da vida e da cultura de um determinado grupo.

É fundamental em uma pesquisa qualitativa que o pesquisador perceba os acontecimentos no grupo estudado na perspectiva do participante, conforme Neves (1996). Além disso, Neves (1996) ainda reforça as seguintes características para uma pesquisa qualitativa: “ambiente natural como fonte direta de dados, o carácter descritivo, o significado que as pessoas dão às coisas e à sua vida como preocupação do investigador e, [por fim] o enfoque indutivo” (Neves, p. 1, 1996).

### *2.6.2 Investigação-Ação*

Esta pesquisa tem como característica principal a adoção de uma metodologia qualitativa, visto que trabalharemos com formas subjetivas e sensíveis. Desta forma, a metodologia a ser utilizada será a investigação-ação. Essa metodologia tem como especificidade ser cíclica. Dessa forma, podemos perceber que a investigação-ação é algo que se repete, ela “tende a utilizar processos diferentes em cada etapa e obter resultados diferentes que provavelmente serão relatados de modos diferentes para públicos diferentes” (Tripp,

2005, p. 446). Podemos conferir abaixo o diagrama de Tripp (2005) onde é reafirmada a característica cíclica.

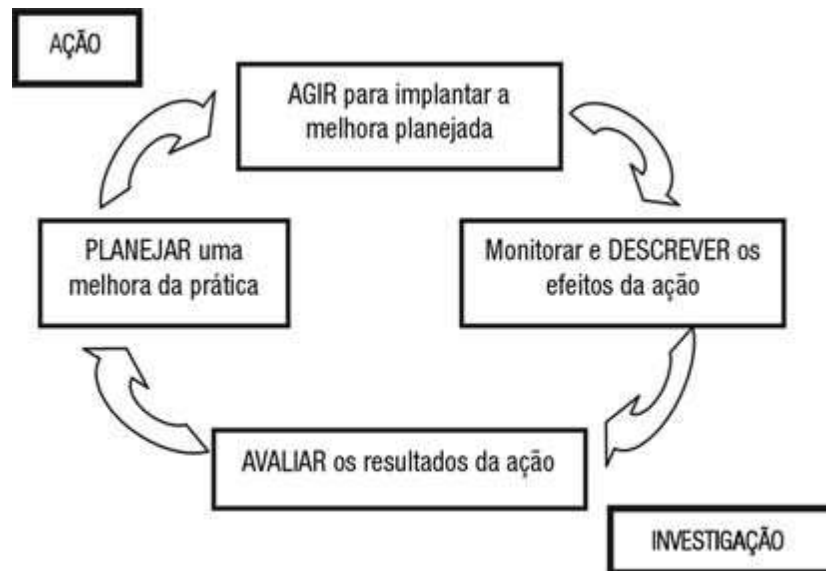


Figura 2 - Diagrama cíclico sobre pesquisa ação. Fonte: TRIPP (2005)

O ciclo apresentado acima representa como a metodologia da investigação-ação se encaixa no âmbito das tentativas, até encontrar alguma ação adequada para o grupo investigado. A partir dessa repetição, a observação dos erros e acertos do pesquisador proporciona um crescimento e evolução daquela situação. “Quando se utiliza da pesquisa-ação, pode-se perceber que ela tem o potencial de aumentar o conhecimento das pessoas que participam da experiência” (Richardson, 2003, p. 13). Dessa forma, percebemos que o aprendizado parte, também, do participante da pesquisa, tendo em vista que “o ciclo da pesquisa-ação pode também ser considerado um ciclo de aprendizagem” (Richardson, 2003, p. 13).

A investigação-ação está inserida na pesquisa social, tendo como característica o desenvolvimento de uma ação que resolva um problema coletivo. Tanto o pesquisador quanto os participantes estão envolvidos nesta pesquisa de “modo cooperativo ou participativo” (Thiollent, 2005, p. 16). Dessa forma, podemos considerar que a investigação-ação está enquadrada no tipo participativo, visto que “a participação das

pessoas implicadas nos problemas investigados é absolutamente necessária” (Thiollent, 2005, p. 17).

É de extrema importância ressaltar que uma pesquisa só pode ser considerada investigação-ação, caso haja alguma ação referente às pessoas ou grupos que provoque uma observação para com o problema pertinente naquele ambiente de convívio. A partir disso, é possível associar a esta metodologia a teoria e a prática, para que haja a transformação de uma determinada realidade. Com base da mudança do ambiente, o problema da comunidade tem como objetivo ser solucionado ou visto pelo grupo para que proporcione reflexão e mudança.

A pesquisa-ação tem por pressuposto que os sujeitos que nela se envolvem compõem um grupo com objetivos e metas comuns, interessados em um problema que emerge num dado contexto no qual atuam desempenhando papéis diversos: pesquisadores universitários e pesquisadores (professores no caso escolar). (Pimenta, 2005, p. 523)

A metodologia da pesquisa tem como característica a utilização de um processo prático, muito utilizado na área da educação. Por ser uma atividade ativa, há um estímulo da participação das pessoas, além de que é uma metodologia que está disposta a entrar em diferentes campos de resposta como as condições de trabalho e a experiência de vida naquela comunidade, conforme Richardson (2003).

Para a pesquisa-ação ser realizada, é preciso seguir alguns fundamentos. Segundo Richardson (2003) a crítica reflexiva é tudo aquilo que podemos obter como registro – notas ou transcrições — “em contexto social, a verdade é relativa a pessoa que relata [...] a crítica reflexiva assegura a reflexão das pessoas sobre determinadas questões e processos” (Richardson, 2003, p.196). A partir disso, tudo que foi vivenciado é considerado e estruturado teoricamente. A crítica dialética é caracterizada pela partilha da linguagem entre o grupo pesquisado. “Os fenômenos são concentrados nos diálogos, conseqüentemente é necessária uma crítica dialética para entender um grupo de relacionamentos tanto entre o fenômeno e seu contexto” (Richardson, 2003, p. 197).

Com a fonte colaborativa, conforme Richardson, o participante desse tipo de metodologia tem função de copesquisador. Esse fundamento “supõe que as ideias de cada pessoa são

igualmente importantes como fontes de potenciais para a criação de categorias interpretativas de análise, negociadas entre os participantes (Richardson, 2003, p.198). O risco é o medo que os pesquisadores obtêm durante a pesquisa como os julgamentos individuais do processo, pois haverá anseios acerca do processo da pesquisa. O pesquisador que utiliza a investigação-ação usará “esse princípio para acalmar os medos alheios e convidar à participação apontando que eles, também, estarão sujeitos ao mesmo processo, e seja qual for o resultado, o aprendizado será muito importante” (Richardson, 2003, p. 198).

A estrutura pluralista requer a incorporação da multiplicidade dos pontos de vista recolhidos na pesquisa, conforme Richardson (2003). Para isso, “requer um texto pluralista. Isso significa que existirão muitas situações a serem contadas [...], posteriormente, o relatório servirá como base de discussões entre colaboradores, ao invés de ser uma conclusão final sobre um fato” (Richardson, 2003, p. 198). E, por fim, a teoria, prática e transformação, onde a prática e a teoria se complementam, garantindo as teorias e hipóteses utilizada na pesquisa. “Tanto a teoria, quanto à prática, são aspectos entrelaçados de um único processo de mudança [...]. Cabe ao pesquisador tornar explícitas as justificativas teóricas para as ações, e questionar as bases dessas justificativas (Richardson, 2003, p. 199).

## 2.7 Técnicas e Instrumentos de Recolha de Dados

### 2.7.1 *Grupo Focal*

O grupo focal é uma técnica de recolha de dados que, desde os anos 50, era utilizada em pesquisas mercadológicas. Contudo, a partir dos anos 80, começou o movimento para a utilização dessa técnica em outros campos de conhecimento, no âmbito acadêmico, como nas ciências sociais e psicologia.

Essa técnica de recolha de dados tem como objetivo “identificar percepções, sentimentos, atitudes e ideias dos participantes a respeito de um determinado assunto” (Dias, 2000, p.3). Desta forma, é necessário que haja reuniões com os participantes da pesquisa e que, a partir da conversa, encontrem problemas no contexto em que estão inseridos e utilizem esse diálogo como um impulsionador de atitudes, para que consiga construir algum tipo

de mudança. Além disso, nas pesquisas fenomenológicas acadêmicas, os participantes apontam sua vivência e assim, o pesquisador passa a “aprender como os participantes interpretam a realidade, seus conhecimentos e experiências” (Dias, 2000, p.3).

Para a realização do grupo focal, segundo Dias (2000), é necessário, primeiramente, a participação do grupo pesquisado e um mediador. O mediador em pesquisas acadêmicas fica na posição do pesquisador, onde age de maneira neutra, articula a conversa e estimula os participantes a compartilharem seus pensamentos do assunto desejado. É o mediador que guia a conversa e apresenta temáticas importantes para a pesquisa. Tudo que for falado pode ser gravado, filmado ou anotado.

Conforme Johnson (1994), quem utiliza a técnica de pesquisa do grupo focal parte da premissa que a energia que é gerada dentro desses diálogos, fornecida pelos participantes, os estimula a se aprofundarem nas respostas e, também, na diversidade de argumentos. Tudo isso, pelo fato de ser uma conversa aberta e ampla, na qual os participantes não sofrem coerção para responder e que o que é falado é contado como uma visão ou experiência, ou seja, nada do que é falado dentro de um grupo focal é considerado errado ou descartado.

Durante os grupos focais, é necessário que haja um ambiente onde todos os participantes consigam se ver, nesse caso, o ideal é a organização das cadeiras de forma circular. Dessa forma, o ambiente torna-se acolhedor e os participantes tornam-se mais incluídos na conversa. A partir dessa formatação, a atenção no que é discutido é intensificada e estimulada para que todos participem sem pressão.

### 2.7.2 *Diário de Bordo*

O diário de bordo é uma ferramenta metodológica que acompanha artistas — no processo de criação e de ensaios de uma produção artística —, professores — durante o planejamento das aulas e o acompanhamento do desenvolvimento dos alunos —, e pesquisadores — que utilizam essa ferramenta para registrar todo o processo da pesquisa.

É a partir do diário de bordo que são registradas as angústias, dificuldades, conquistas e dizeres dos participantes, conforme Machado (2002). Com isso, essa ferramenta

metodológica faz com que o pesquisador reflita sobre os acontecimentos e analise se os procedimentos utilizados foram eficazes para o público-alvo ou não. Além disso, o pesquisador deve, também, buscar “os não ditos do texto, aquilo que não é tratado, para se chegar ao que pode ser produzido de novo” (Cañete, 2010, p. 72)

O diário de bordo (DB) caracteriza-se como um instrumento a partir do qual o sujeito narra suas ações e experiências diárias, o que lhe possibilita um (re)pensar da ação, um olhar mais atento ao que foi feito e ao que pode ser melhorado. Com o passar do tempo, a habilidade reflexiva tende a evoluir, bem como a capacidade crítica e autônoma, constituindo, então, o professor como um investigador de sua prática. (Boszko e Güllich, 2016, p. 56)

É importante ressaltar que o diário de bordo é algo pessoal que requer uma total confiança entre o pesquisador e o participante da pesquisa. Tudo que é escrito e mencionado, nessa ferramenta metodológica, é confidencial, desse modo, é necessário que haja um termo de consentimento. Caso o pesquisador utilize informações que estão inseridos no diário de bordo, o pesquisador deve manter o anonimato ou alterar o nome do participante.

### 2.7.3 *Observação Participante*

Os pesquisadores que estão no campo de pesquisa e utilizam da observação participante com o objetivo de procurar “descrever a cultura do grupo estudado, reconstituindo-a através do trabalho no terreno” (Fino, 2003, p. 4). É considerada uma técnica de pesquisa que o pesquisador tende a compreender os indivíduos e a ocupação delas no contexto que estão inseridas, conforme Correia (2009).

A observação participante tem como característica a permissão da “análise indutiva e compreensiva” (Correia, 2009, p. 31), ou seja, é a partir da interpretação do investigador e pela sua intuição que a análise dos dados será estabelecida. Por isso, para a complementação desta técnica de investigação, frequentemente são utilizados como instrumentos de recolha de dados, diários e “entrevistas semi-estruturadas ou livres, [bem como], a análise documental” (Correia, 2009, p. 31).

Segundo Adler e Adler (1987) existem três tipos de observação participante, no qual implica o grau de participação do pesquisador no grupo investigado. O primeiro é

denominado como observação participante ativa em que o investigador regulamenta ações dentro do grupo e desempenhar nele um papel. O distanciamento para a realização dessa técnica é primordial, o investigador tende a estar próximo ao público alvo, contudo estabelece uma distância segura para não influenciar as ações dos investigados. A observação participante periférica é quando “os observadores consideram necessário um certo grau de implicação na atividade do grupo que estudam, de modo a compreenderem essa atividade, mas sem serem, no entanto, admitidos no centro da atividade” (Fino, 2003, p. 4). Por fim, a observação participante completa que é indicado quando é utilizada a metodologia da investigação ação, conforme Lapassade (1991). Ela que subdivide nas subcategorias anteriores dependendo do caso estudado.

A observação participante começa com as descrições do que foi observado, desta forma, o pesquisador tenta estabelecer uma visão geral do contexto em que a pesquisa está inserida, a partir dos acontecimentos vivenciados. O pesquisador que observa, também participa de acordo com as negociações perante o grupo para que não haja interferência nos resultados. “O observador permanece no seio do grupo que estuda, observa de modo espontâneo, como espectador, embora mobilizado a informação na condução do seu olhar” (Correia, 2009, p. 33).

## 2.8 Aspectos Éticos em Investigação Social

Nas pesquisas envolvendo participantes que serão avaliados pelo pesquisador é preciso que haja uma conduta ética, para que nenhum dos envolvidos na pesquisa, tanto o pesquisador quanto o pesquisado, sofra qualquer prejuízo, conforme Paiva (2005). Em uma pesquisa, a imprevisibilidade é algo corriqueiro, ainda mais quando se trabalha com pessoas. Desse modo, é imprescindível que a ética na pesquisa seja utilizada desde o início.

Os autores Duff e Early (1996), organizaram em tópicos a importância da utilização da ética em pesquisas com humanos. Primeiramente, eles abordam a privacidade e a confidencialidade, neste tópico enfatiza a “proteção aos indivíduos ou pessoas cujos pontos de vistas ou vozes possam ser identificados” (Paiva, 2005, p. 48). A partir disso, percebemos que precisamos ter uma análise de discurso mais eficaz, observando os

detalhes para que o indivíduo participante da pesquisa tenha sua identidade protegida, para que, nos diálogos escritos não consiga transparecer quem está falando. Além disso, conforme Paiva (2005), é preciso ter um cuidado a respeito da disponibilidade do grupo participante, nesse caso, os encontros com o público-alvo não devem interferir na rotina deles, para que não altere o contexto pesquisado.

A segurança advém das consequências eminentes, caso o participante seja identificado por alguém. Isto está relacionado “aqueles pesquisadores que emitem opiniões contrárias ao sistema e que poderiam sofrer represálias caso fossem identificados” (Paiva, 2005, p. 48). Desta forma, além da alteração da forma do discurso, o pesquisador, também, deve alterar os nomes dos participantes. Partindo do princípio da integridade, o pesquisador não deve beneficiar a quem financia a pesquisa, a postura deverá ser neutra e relatar os dados colhidos sem tomar partido. Por fim, é citado o tópico da metodologia em que “recusa a tratamentos experimentais para grupos de controle tendo em vista a falta de consenso” (Paiva, 2005, p. 49).

Para efetuar uma pesquisa com pessoas, é preciso que apresente para o público-alvo as condições de pesquisa e termos de ética. Nesta pesquisa, fizemos dois termos de ética: um de consentimento, no qual pedimos a autorização do participante para recolha de dados durante a sessão e para que confirmem a participação do projeto de intervenção. O outro termo apresentado ao grupo de mulheres foi a de autorização de recolha de dados por vídeo e fotos, desta forma, está incluído neste termo a autorização do uso de imagem do participante.

Polio (1996) afirma que, no âmbito escolar “quando um pesquisador consegue o consentimento de professores para observar ou gravar suas salas de aula, apenas parte do objetivo do estudo pode ser revelado para não afetar o comportamento do professor” (Polio, 1996, p. 74). Mesmo o autor relatando uma situação escolar, podemos considerar essa afirmação em outros contextos de pesquisa. Ao desenvolver a análise de dados após a observação, o pesquisador deve, portanto, relatar ao público-alvo os objetivos da pesquisa na íntegra. Caso a pesquisa não seja algo que altere a rotina do pesquisado, como uma sala de aula ou um ambiente de trabalho, onde as pessoas se veem todos os dias e têm comportamentos neste lugar, o pesquisador tem que apresentar, no primeiro dia de

encontro, os objetivos da pesquisa para os participantes que estão se submetendo à investigação. Assim, os participantes não se sentirão observados de forma coerciva por não estarem em um ambiente da rotina deles. Neste caso, é algo novo que está, agora, integrando-se à rotina de cada envolvido no projeto.

## 2.9 Procedimento da Intervenção

O projeto de intervenção “A dança criativa como veículo de expressão para mulheres vítimas de violência doméstica” iniciou-se no mês de novembro de 2018, por meio de leituras da bibliografia referente ao tema da dança e violência contra a mulher. O cronograma desenvolvido no pré-projeto estabelecia o início das sessões com as mulheres a partir do mês de fevereiro e iria decorrer até o mês de abril. Devido a alguns imprevistos, as sessões começaram no mês de março e finalizaram em maio de 2019, tendo um total de 10 sessões. Cada encontro possuía em média uma hora e meia de duração, normalmente iniciando as 16h e terminava às 17h30.

Os imprevistos mencionados acima são referentes ao número de participantes necessárias e dispostas em participar das dez sessões planejadas. Como a pesquisa de intervenção foi realizada em uma instituição de ensino superior que abrange vários cursos e que o público alvo eram mulheres estudantes que sofreram algum tipo de violência, nosso campo de pesquisa ficou cada vez menor. Visto que conciliar horários livres com todas as mulheres interessadas, tornou-se um problema e conseqüentemente houve desistências. Como o grupo era pequeno e era preciso o trabalho em conjunto, foi descartado a divisão do grupo ou o trabalho individual. Tivemos que adiar as sessões até conseguir um número bom para ser trabalhado, considerando faltas que podem ocorrer. Tivemos a ajuda das redes sociais para a divulgação do projeto (Anexo I) e conseguirmos alcançar mais mulheres estudantes que estavam inseridas no campo da investigação.

A programação de cada sessão foi desenvolvida semanalmente referente ao que o grupo necessitava, segundo a observação da pesquisadora por meio de notas e registros fotográficos. Em alguns casos era preciso focar mais em algum exercício específico que foi planejado para a sessão, visto que as participantes mostravam, às vezes, alguma insegurança que precisava ser trabalhada. As sessões decorriam de forma espontânea, em que não existia condutas de valor, no sentido de haver erros e acertos, mas sim como a

participante se sentia e transportava esse significado em signo corporal. Desta forma, conseguimos construir um ambiente que seria confortável para todos e consequentemente seguro para desabar/mostrar suas feridas. Ao iniciar cada atividade da sessão, a pesquisadora explicava como iria decorrer o referente exercício tanto verbalmente quanto corporalmente, visto que a maioria das participantes não tinham familiaridade com a expressão e consciência corporal.

## 2.10 Etapas de Desenvolvimento do Projeto

O projeto de intervenção foi desenvolvido em 5 partes. Mesmo com o intuito de abordar questões diferentes, o trabalho foi realizado em simultâneo, visto que são exercícios interligados. Podemos caracterizar cada etapa realizada como:

**1. Confiança com o outro:** Etapa com o intuito de desenvolver a relação de confiança com o grupo. A partir de exercícios de teatro de confiança de Viola Spolin (2001), foi criado um ambiente receptivo para as participantes devido a situação que cada uma delas vivenciou. Trabalhamos o medo de se expor e como se sentir confortável para com o grupo.

**2. Conhecimento corporal com o outro:** Etapa para o desenvolvimento corporal das participantes a partir de outro corpo. Com o objetivo de perceber como outro corpo se comporta a partir do contato físico, foi utilizado exercícios de contato de improvisação para atingirmos a meta. Assimilar que cada corpo tem suas necessidades e limites, faz com que as participantes possam se colocar no lugar do outro, além de construir a consciência corporal.

**3. Autoconhecimento corporal:** Etapa para construir a percepção de si mesmo. Perceber seu próprio corpo e como ele se comporta permite que cada participante entenda seus limites, e como seu corpo se organiza. Perceber a si mesmo, ainda, constrói uma confiança de si e estimula o crescimento pessoal.

**4. Emoções:** Etapa para entender as emoções internas para, assim, conseguir exteriorizar corporalmente. Construir, a partir do corpo, as sensações de cada

emoção. Foram realizados exercícios de *rasaboxes* para conseguirmos perceber como cada emoção é sentida em cada corpo.

**5. Expressão corporal:** Etapa para desenvolver a expressão do corpo de cada participante. Exercícios que ajudaram a percepção do corpo e espaço, e assim entender que, por meio do corpo, há comunicação.

Acerca do cronograma planejado podemos visualizar com mais clareza a partir da tabela abaixo as modificações ocorridas devido os imprevistos ocorridos. Lembramos que os conteúdos abordados se interligaram durante todas as sessões.

ETAPA DO PROJETO	MESES							DESCRIÇÃO
	NOV.	DEZ.	JAN.	FEV.	MAR.	ABR.	MAI.	
-								Etapa para aprofundar nas leituras de autores voltados a literatura do corpo e sobre a violência contra a mulher do Brasil e de Portugal. Além da pesquisa da teoria do feminismo e igualdade de gênero.
Confiança com o outro								Exercícios para construir confiança da participante para com o grupo e consigo mesma a partir de jogos teatrais, como da autora Viola Spolin.
Autoconhecimento corporal								Elaboração de atividades que a participante comece a construir uma relação de percepção de si. Como por exemplo, o exercício de dançar com a bola e a automassagem
Conhecimento corporal com o outro								Desenvolvimento de exercícios que as participantes consigam perceber o outro corpo, diferenças e igualdades. Foi realizado o exercício de contato de improvisação em diferentes níveis.
Emoções								Percepção de si e como seu corpo reage a partir de lembranças de algumas emoções/sentimentos. Utilizamos o exercício do <i>rasaboxes</i> .
Autoconhecimento corporal								Construção da percepção do corpo e do desenvolvimento da consciência corporal.

Tabela 2- Cronograma de Procedimentos do Estudo. Fonte: elaboração própria

### III. Apresentação e Discussão de Resultados

Neste capítulo iremos abordar os resultados obtidos na intervenção, bem como as dificuldades encontradas no meio do processo e analisar, a partir das técnicas e dos instrumentos de recolha de dados utilizados nesta investigação, se a pesquisa realizada cumpriu com os objetivos definidos inicialmente no desenvolvimento do projeto.

Com o uso da metodologia qualitativa, a partir da investigação ação, conseguimos reunir materiais importantes para análise, tanto do ponto de vista do pesquisador quanto do investigado. Com a presença de variados pontos de vista, criou-se uma complexidade em registros que nos fez permitir uma aproximação do problema da referente pesquisa. É de extrema importância percebermos se a fundamentação teórica utilizada se encontra de acordo com o que foi trabalhado na prática.

Desta forma, iremos apresentar as informações das participantes, prezando o anonimato e a confidencialidade de cada uma, de acordo com o tópico de ética da investigação encontrada no capítulo 3. Cada participante será denominada por cores a partir desse tópico, para não quebrarmos o nosso termo de ética de participação da pesquisa. O quadro abaixo refere-se às informações das participantes.

PARTICIPANTE	IDADE	OCUPAÇÃO
AZUL	24 ANOS	ESTUDANTE
VERDE	22 ANOS	ESTUDANTE
ROSA	19 ANOS	ESTUDANTE
AMARELO	23 ANOS	ESTUDANTE
LARANJA	25 ANOS	ESTUDANTE
VERMELHO	26 ANOS	ESTUDANTE

*Tabela 3 - Tabela 2 - Dados Gerais das Participantes. Fonte: Elaboração Própria*

#### 2.11 Estratégias e Práticas Utilizadas na Intervenção

Para iniciarmos as sessões era preciso ter interessadas em participar. Primeiramente, entrei em contato com a coordenadora do Fórum de Mulheres da UFPB para pensarmos como poderíamos apresentar o projeto às mulheres. Contudo, mesmo antes dessa reunião

a coordenadora já tinha comunicado a algumas estudantes acerca do projeto, o que ajudou bastante. Devido ter poucas interessadas fui a uma reunião do Fórum, onde consegui pôr em pauta sobre o projeto e seus objetivos. Informamos acerca da pesquisa para estudantes, professoras e servidoras da universidade, no entanto, apenas as estudantes ficaram interessadas em participar. Mesmo com a divulgação do projeto na reunião do Fórum conseguimos poucas interessadas. Deste modo, começamos a fazer uma campanha pelas redes sociais para conseguirmos um maior número de interessadas. Juntamos, portanto, dez interessadas, mas ao decorrer das sessões ficamos apenas com seis.

As sessões foram iniciadas com a apresentação do termo de ética (Anexo II), mencionado no capítulo anterior, e do termo de participação, bem como a autorização do uso de imagem (Anexo III), que informava as participantes sobre ser uma pesquisa não remunerada e que, a partir disso, precisava de voluntários para a realização da investigação. Ainda, assim, informamos que os voluntários poderiam desistir de participar a qualquer momento, tendo assim, um aviso prévio a pesquisadora. Posteriormente foi informado as participantes sobre o projeto de intervenção *A dança criativa como veículo de expressão para mulheres vítimas de violência doméstica*, a fim de conhecer melhor os objetivos esperados e, ainda, explicar o termo da dança criativa que as participantes desconheciam.

O diário de bordo foi apresentado às participantes. Cada uma recebeu um bloco de notas para que escrevessem as sensações, as dificuldades, as realizações e o que achou durante cada sessão. Informamos que não era necessariamente preciso escrever um texto longo, poderia ser palavras chave, desenhos e também um texto pequeno, poético, discursivo ou descritivo. O importante era que cada participante conseguisse passar para o papel tudo o que sentiu na sessão. Após informar como seria todo o processo da escrita no diário de bordo, sugerimos duas opções de como seria a melhor forma para entrega do trabalho. A primeira opção que sugerimos foi de escrevem após o término da sessão e entregar o diário a pesquisadora no mesmo dia, e a segunda alternativa era de escreverem em casa e devolverem o diário de bordo na última sessão para ser analisado pela investigadora. Depois da votação, as participantes escolheram que a segunda opção seria o ideal para elas.

Ao terminar a informação às participantes sobre o projeto, iniciámos as primeiras sessões com jogos teatrais de Viola Spolin (2001) de confiança para que o grupo começasse a criar um vínculo e que as participantes se sentissem mais confortáveis, tanto de ter um olhar de uma pesquisadora analisando as ações quanto com as outras participantes. Nas primeiras sessões foi nítido o desconforto das participantes, elas não estavam confiando umas nas outras. Tinham medo de acontecer algo durante o exercício e de serem julgadas. O primeiro exercício foi elaborado em duplas em que uma guiava a outra. Neste caso, uma ficaria de olhos fechados e a outra a guiava através do toque no ombro. O objetivo desse exercício é a construção da confiança com o outro e a criação da sensibilidade, pois era preciso que quem estava sendo guiado focasse nos sons em sua volta, bem como, cheiros e a percepção de elevações do espaço. Notamos a insegurança quando a participante “azul” escreve no seu diário *“em alguns momentos me senti tímida e insegura por está de olhos fechados. Além disso, senti que estava com minha atenção voltada para aquele momento e me senti calma. Como se tivesse diminuindo a minha ansiedade”*.

Realizamos o exercício de confiança duas vezes de modos diferentes. Quando realizamos o exercício pela primeira vez, notamos a insegurança das participantes ao andar pela UFPB. A configuração arquitetônica da universidade é muito parecida com uma minicidade, todas as escolas são inseridas no mesmo espaço, ou seja, há ruas, faixas de pedestres, rotundas e placas de trânsito, por exemplo. Ao percebermos que no final do primeiro exercício a participante “azul” que estava sendo conduzida pela participante “castanho” estava atravessando a rua em uma faixa de pedestre, nos fez perceber como a participante estava criando a confiança, conforme foi citado anteriormente. É importante ressaltar que durante nosso projeto de intervenção apareceram algumas mulheres interessadas, contudo, devido a situações externas como trabalho ou mesmo horário incompatível tivemos algumas desistências, como por exemplo a participante “castanho” que participou apenas da primeira sessão.

Informamos às participantes que como iríamos trabalhar com o corpo e o movimento era preciso conseguirmos uma sala apropriada para as sessões. A primeira sessão foi desenvolvida em uma sala de aula comum com cadeiras, tivemos que afastar todas as cadeiras e criar um espaço livre no meio para podermos utilizar. Desta forma, foi

solicitado ao departamento de artes que cedesse uma sala de aula do curso de graduação de teatro e dança, em que não houvesse cadeiras. Depois da solicitação aprovada, continuamos nossas sessões em uma sala de tablado, apropriado para movimentos corporais.

Na segunda sessão continuamos com o exercício de confiança, mas dessa vez quem guiava utilizava apenas alguns toques que correspondiam a diferentes movimentos. O toque nas costas significava continue a andar, o toque na cabeça parar, o toque no ombro esquerdo informava para a participante virar à esquerda e no ombro direito virar à direita. A partir do andar livre pelo espaço e apenas alguns toques para direcionar, fez com que a participante conseguisse quebrar a barreira entre o grupo e também com ela mesma. Aos poucos ficou mais claro a construção da confiança no espaço, a partir do andar mais tranquilo e sem medo.

As atividades foram planejadas de acordo com a necessidade do grupo. A partir da observação da investigadora, foi notado que era preciso que as participantes tivessem uma maior consciência corporal. Desta forma, utilizamos exercícios de percepção do próprio corpo e também do outro. O exercício fez com que as participantes se descobrissem, além de perceberem as limitações que cada corpo possui. A participante “vermelho” informou em seu diário no dia dessa sessão as seguintes palavras: *“muita consciência corporal, que me trouxe a certeza do quanto é importante conhecer o que estamos fazendo e recebendo desde os toques, os sons, batimentos, ambiente”*. O exercício era simples, era o toque da participante em si, como uma massagem. Com as mãos pedimos para conseguirem sentir cada costela, cada rotação e músculo do corpo e, conseqüentemente fazer o mesmo processo com o corpo da outra participante.

Após percebemos que o grupo se sentia confortável uns com os outros e também consigo mesmo, começamos a elaborar exercícios, no qual, eles percebessem como o corpo fala e se comunica. Ao desenvolver essas atividades, tivemos que aprofundar mais o assunto com a utilização das emoções. Tínhamos que fazer com que as participantes sentissem o que as deixava felizes e tristes, por exemplos, partir de lembranças que as participantes começassem a sentir no corpo a partir de uma determinada emoção. “Para relacionar dança

e memória, torna-se fundamental superar uma expectativa de tratamento da dança como apenas um conjunto de movimentos técnicos e padronizados” (Correio e Santos, 2017, p. 11).

Para complementar o que a pesquisadora observava em cada sessão, foi preciso que houvesse uma roda de conversa após cada exercício. A conversa gerada era guiada a partir do que as participantes acharam de participar da atividade realizada, a opinião delas acerca do propósito do exercício, se achavam de alguma forma corpo/mente diferente, além de expressar as dificuldades superadas ou que precisariam trabalhar mais. As conversas desenvolvidas foram essenciais para a construção o diário da pesquisadora e posteriormente a sua análise mais aprofundada.

## 2.12 Análise e Discussão dos Resultados

O referente subcapítulo tem como objetivo apresentar os dados recolhidos deste projeto de intervenção.

Todos os detalhes acerca da análise dos diários de bordo das participantes e da pesquisadora, poderão ser consultados nos anexos IV e V.

Ao analisarmos separadamente os dados do **diário de bordo da investigadora** e das **participantes** foram identificadas quatro categorias comuns a ambos os diários: confiança em si e no outro; autoconhecimento corporal/conhecimento corporal do outro; emoções e expressão corporal. Essas categorias foram identificadas a partir do surgimento de cada depoimento, tanto da investigadora quanto das participantes e assim, foi construída uma tabela (Ver Anexo IV) para ser efetuada a análise de dados.

Ao identificarmos as categorias de ambos os diários, o das participantes e o da investigadora, foi possível interligar as referidas categorias e apresentamos de seguida a interpretação conjunta delas.

### **Confiança em si e no outro**

Durante as primeiras sessões foi observado a tensão entre as participantes e a falta de confiança entre elas. Para algumas das mulheres a presença de confiança foi apresentada no primeiro encontro em que participaram, como o da participante “rosa”: *“Me senti muito confortável na aula, apesar de elas já terem tido alguns encontros juntos e esse ter sido o meu primeiro”*. Além disso, foi mencionado por duas participantes que a conquista da confiança foi considerada mais fácil por estarem em um ambiente composto apenas por mulheres, esse relato impactou a pesquisadora com alguns questionamentos. Será que os resultados obtidos nesta pesquisa seria o mesmo se houvesse um homem no grupo? Como seria o comportamento das participantes com a presença do sexo masculino nas sessões?

Os exercícios de confiança foram desenvolvidos nas primeiras sessões para assim percebermos como as mulheres se comportavam em grupo. A atividade que focamos para criar a confiança foi mencionado no início deste capítulo, o guia e o guiado com os olhos fechados. Foi evidente a desconfiança das participantes, como relata a participante “laranja”: *“Me deixar levar pelo outro foi difícil. Como poderia confiar em outro corpo para me conduzir?”*. Elas se apresentavam corporalmente de uma forma mais contida e com passos curtos, com pouca precisão, durante o exercício. Ao desenvolvermos mais a atividade e ao aprofundá-la, foi nítida a mudança corpórea de cada participante. Os corpos passaram de rígidos para leves, de passos incertos para os mais precisos e assim, a confiança foi sendo estabelecida.

Outro obstáculo entre as participantes foi o medo de se expor, pois estávamos trabalhando com um assunto tão sensível e delicado em que mexe tanto na emoção da participante como remete a lembranças íntimas, que muitas das vezes não foram faladas para ninguém. Participar de uma intervenção como essa para uma pessoa que passou por essas situações, onde há pessoas desconhecidas, pode passar muita insegurança por parte da participante.

O desenvolvimento da confiança em si e no outro ultrapassou as sessões elaboradas, algumas participantes compararam situações de como elas agiam antes de participar dessa intervenção. A participante “rosa” declarou na sétima sessão a seguinte situação: *“ontem apresentei um seminário, e percebo o meu eu hoje apresentando o trabalho e o meu eu*

*no primeiro semestre do curso. Percebo que evoluí, consigo lidar melhor comigo mesma e também com o outro*". Essa afirmação só reafirma um dos propósitos dessa pesquisa por meio do exercício de confiança. As mulheres conseguiram eliminar as barreiras pré-existentes que havia nelas mesmas e relacionado ao outro indivíduo. Podemos complementar essa ideia com o seguinte relato da participante "amarelo" durante a terceira sessão que agradeceu e ressaltou que antes ela não gostava mesmo de contato, que aqui temos uma cultura de abraçar, de dar beijos e ela não gostava nem de um aperto de mão. Depois que participou da minha sessão, notou essa mudança no comportamento dela, estando mais aberta e confiante.



*Figura 3 - Sequência de fotos mostrando o exercício de rolagem.*

Após algumas sessões foi elaborado um grupo focal sobre as expectativas, questionamentos e o que elas estavam percebendo de mudança em si. A participante "azul" apresentou ao grupo a sua dúvida inicial, antes de participar das atividades das sessões. Ela não percebia como a dança poderia ajudá-la a ter mais confiança em si mesma. Diante desta incerteza da participante, podemos concluir que as dúvidas internas apresentadas não foram geradas isoladamente por uma participante. Ao decorrer da conversa, pudemos identificar o receio por parte das outras participantes acerca dos objetivos que estávamos em busca na intervenção, por ser algo abstrato. Com a utilização de exercícios durante as sessões e a utilização de movimentos corporais, conseguimos trabalhar não apenas o exterior do indivíduo, mas também o interior. Essa conclusão foi observada pela participante "verde" durante a conversa do grupo focal, onde ela informa que percebeu que havia, também, o trabalho da mente/psicológico das participantes em

conjunto com o corporal. Podemos encontrar esse apontamento no diário da investigadora e na tabela das categorias (Anexo VI).

Ao ler os diários de bordo das participantes entregues no último encontro, foi notório o desenvolvimento da conquista de confiança. Os relatos apontados confirmaram o que a pesquisadora observou durante as sessões. A participante “amarela”, por exemplo, escreveu: *“hoje fez com que eu me abrisse para a pessoas que nem conheço, algo novo para mim”*. Percebe-se entre os diários que a participante amarela era a que tinha mais dificuldade em ter confiança com o outro. Durante as sessões ela apresentava um receio corporal parecido com as demais, dessa forma a pesquisadora não conseguiu perceber a dimensão da perturbação corpórea quando havia o toque de outra participante nela. Em seu diário ela afirmava variadas vezes acerca da confiança, entre elas a seguinte frase: *“algo inusitado aconteceu, outra pessoa (desconhecida) passou a mão pelo meu corpo e eu não senti a necessidade de ... Acho que estou feliz com a escolha de fazer dança criativa, deveria fazer teatro!”* Ao lermos esses tipos de relatos, percebemos como os exercícios demonstraram um grande impacto em sua vida e nas outras participantes.

A evolução das participantes foi algo surpreendente para a pesquisadora, visto que tivemos dificuldades durante o período da intervenção em reunir todas as participantes em uma mesma sessão. Como havia estudantes de variados cursos em que cada um tinha seu próprio fluxograma com horários distintos, às vezes algumas das participantes tinham que faltar devido a algum exame ou porque alguma aula se estendeu.

### **Autoconhecimento corporal/conhecimento do corpo do outro**

Voltamos a ressaltar que como o nosso projeto trabalha com situações subjetivas, muitos exercícios acabaram por se misturar em mais de uma categoria. Podemos considerar que algumas atividades descritas na categoria da confiança podem, também, se encaixar na categoria do autoconhecimento corporal/conhecimento do corpo do outro.

Percebemos que as participantes durante as sessões não tinham a consciência corporal quando faziam os movimentos com o corpo. Tínhamos, portanto, que apresentar a elas a importância de se perceber para assim construirmos alguma coreografia ou exercícios de

movimentos corporais livres/improvisação. Além do mais, por haver nas sessões, exercícios também em conjunto, em que as participantes deveriam perceber além de si, o outro. Desta maneira, foi desenvolvido o exercício da massagem corporal em si, com o objetivo delas se perceberem. Pedimos para tocar no corpo, sentir cada vértebra do corpo, cada músculo e perguntamos se elas percebiam visualmente alguma diferença de um lado do corpo para o outro. As participantes, então, começaram a perceber que um pé estava mais aberto que o outro e que os espaços entre as costelas, nas quais elas estavam trabalhando, aparentava ser maior. Podemos perceber essas afirmações a partir dos seguintes relatos encontrados no diário de bordo da investigadora e das participantes:

*Quando eu abordei sobre o toque nas costelas, para contarmos, sentirmos cada uma e abrir espaços e depois compararmos uma costela com a outra, na hora falaram “uma está maior que a outra”.*

*Quando pedi para elas tocarem nas pernas e uma menina começou a tocar seu joelho e disse ‘pessoal, o joelho de vocês também faz isso?’ (mostrando o joelho fazendo uma rotação).*

*Hoje o nosso encontro se iniciou com cada uma tocando seu próprio corpo e foi muito interessante, pois existem partes do corpo, como o pé, que não damos muito atenção (participante “azul”).*

Entender como corpo se comportava foi primordial para as participantes, que em sua maioria não tinham nenhuma experiência com dança. Quando pedimos para fazerem o mesmo exercício da massagem em outra participante da sessão, alertamos que se alguém estivesse incomodada com o toque que falasse. Felizmente não houve nenhuma reação negativa a respeito do toque durante o exercício e nenhum relato negativo no diário de bordo. Como a pesquisadora participou dessa atividade, visto que o número de mulheres participantes estava de número ímpar, foi perceptível a entrega de sua dupla e apresentando estar confortável com os toques de outra pessoa nela. Assim como, as

participantes entenderam como os corpos são diferentes, tornou-se palpável a partir do toque no outro. Podemos, portanto, utilizar a fala da participante verde para reafirmar o que falamos anteriormente: *“noção do autoconhecimento com o corpo, o conhecimento dos mínimos detalhes dele, que podem ser tocados”*.

A partir do entendimento do próprio corpo os exercícios seguintes tornaram-se mais conscientes. O contato de improvisação foi desenvolvido por um questionamento do bailarino Steve Paxton de “como a improvisação em dança poderia facilitar a interação entre os corpos, as suas reações físicas e como proporcionar a participação igualitária das pessoas em um grupo” (Leite, 2005, p. 91). Desta forma, é necessário que os corpos que estão improvisando nesta técnica se escutem, no sentido de perceber o limite do outro, a hora de aceitar a ideia que o outro propõe e quando sugerir algum movimento para o parceiro. A participante “vermelho”, em seu diário de bordo, resume com muita clareza o que foi trabalhado em sala a partir da seguinte afirmação: *“muita consciência corporal, que me trouxe a certeza do quanto é importante conhecer o que estamos fazendo e recebendo desde os toques, os sons, batimentos, ambiente”*

Repetimos o exercício de contato de improvisação em quatro sessões distintas, com o método de fazer duplas que ainda não trabalharam em conjunto. Em cada sessão foram apresentadas formas de explorar os movimentos, bem como o espaço. Na primeira vez que essa atividade foi apresentada, sentimos que as participantes estavam sem saber o que fazer com o corpo. Informamos que os dois corpos da dupla deveriam estar ligados a partir de um ponto de contato, como por exemplo a mão tocando os ombros da outra participante ou a cabeça se movimentando nas costas da sua dupla. Todavia, as participantes apresentaram uma insegurança tão forte que não perceberam que estavam fazendo mais de três ligações corporais ao mesmo tempo. A pesquisadora ao observar detectou que as participantes não conseguiam soltar a mão de uma das outras enquanto faziam variados movimentos. Contudo, obtivemos um resultado com bastante evolução por parte das participantes, após algumas sessões com o exercício de contato de improvisação. Neste caso, a participante “vermelho” conseguiu captar a essência/objetivo da atividade, *“como outra forma de entender seu próprio corpo no outro”*.

Nas outras sessões foi lembrado pela pesquisadora sobre ter apenas um contato e sugeriu para que elas não utilizassem desta vez as mãos. Essa sugestão tinha a intenção de perceberem as outras partes do próprio corpo. Após a limitação sugerida, mesmo com dificuldades, as participantes demonstraram um avanço no desenvolvimento do exercício. A participante “verde” percebeu o objetivo dessa atenção às mãos e escreveu em seu diário: *“apropriação do toque na outra pessoa, como qualquer parte do corpo. Para além das mãos, quebrando, assim, certa rigidez”*. Quando as mulheres estavam apresentando um corpo mais livre e percebendo os toques realizados no outro, foi informado que, também, explorassem os níveis: baixo, médio e alto.



*Figura 4 - Sequência de fotos mostrando as participantes explorando variados níveis no exercício de contato de improvisação.*

Ao passar das sessões, as participantes ficaram mais confiantes em fazer o exercício de contato de improvisação. As observações da pesquisadora para com as participantes acerca de lembrarem de haver apenas um contato entre os corpos e de explorarem o ambiente todo da sala com os variados níveis foi diminuindo. As participantes começaram a construir uma consciência corporal do que estavam fazendo.

Para contribuir para os exercícios citados acima, fizemos uma atividade simples, mas com um propósito importante. Pedimos para as participantes inspirarem o ar e quando o expirassem, o corpo teria que mover junto com a respiração, ou seja, as mulheres teriam que deixar o corpo relaxado e deixarem serem levadas pela própria respiração. *“The body is the vehicle through which dancers express themselves. In order to effectively move the body, a dancer must not only be aware of the body as a kinesiological instrument but as*

*a living and breathing process*” (Green, 2002, p. 2). A partir desse exercício, a percepção que a respiração também faz parte do processo de criação de movimento tornou-se evidente para as participantes, além do aprofundamento de compreender o próprio corpo parado e em movimento. A participante “verde” percebeu como se comporta o corpo quando se une a respiração como guia do movimento: *“respiração juntamente com o corpo, o que trouxe uma sensação de leveza”*.

## **Emoções**

Antes de começarmos a inserir as atividades do *Rasaboxes*, que foi o único exercício focado para as emoções em nossa intervenção, estivemos a trabalhar toda a superficialidade do corpo, no sentido de as participantes entenderem como o corpo se move. Além de termos o trabalho de conquistar a confiança das mulheres, que voluntariamente queriam participar da pesquisa. Como investigadores, tivemos todo o cuidado de não começarmos de uma forma tão íntima e que não evidenciasse logo no início as inseguranças que cada uma carregava dentro de si. Nosso trabalho de intervenção foi realizado de forma calma e dando o tempo necessário para que todas as participantes se sentissem mais à vontade.

Após percebermos que o grupo das participantes estava mais confiantes em si e tinham construído a noção corporal, começamos a aplicar a atividade das emoções. Desenhamos no chão com fita adesiva as grades das emoções e explicamos como seria a atividade. Primeiramente, pedimos para elas lerem as emoções colocadas em cada quadrado e assim, posteriormente, elas poderiam sentir o que cada rasa significava corporalmente. Inicialmente percebemos que as participantes não conseguiram sentir com exatidão o que era proposto, ao terminar essa pequena etapa para a degustação das emoções. Desta forma, repetimos o exercício com algumas alterações, agora seria a pesquisadora que iria indicar o tempo que as participantes deveriam ficar em cada rasa e organizar a sensação das emoções em estágios. Neste caso, a pesquisadora indicou uma contagem em voz alta, em que o nível um correspondia a sentir de forma mais branda/fraca, nível dois de forma moderada e por fim o nível três que era a potência máxima. Caso notássemos que as participantes estivessem desconcentradas, aumentaríamos a potência até ao nível quatro.

Ao passar todas as instruções devidas às participantes, iniciámos a segunda fase do exercício e desta vez conseguimos perceber que a energia da sala foi alterada. Os movimentos corporais das participantes estavam mais precisos e os rostos demonstravam uma grande concentração. Antes de aumentarmos o nível, relembramos que temos muitas partes corporais e não era preciso mover todas elas. Estar parado também é movimento e que há pequenas partes do corpo que precisam ser lembradas, como a expressão facial e vértebras. Rapidamente as participantes entenderam as observações e apresentaram a imersão corporal naquele sentimento trabalhado. Quando começamos a aumentar a potência, percebemos que a participante “rosa” estava entrando mesmo nas coisas mais profundas, o rosto dela estava ficando vermelho e por fim, começaram a cair lágrimas tímidas. Ao percebermos essa situação, tentamos mostrar confiança a ela a partir do olhar, para que ela entendesse que estava tudo bem se ela chorasse.



Figura 5 - Sequência de fotos mostrando as participantes durante o exercício do Rasaboxes.

Na primeira vez que inserimos esse exercício colocamos as seguintes emoções: medo, felicidade, tristeza, fuga, amor e paz. As participantes que entraram na rasa da tristeza demonstraram algumas expressões parecidas, como um olhar vago, movimentos lentos e lágrimas. Foi percebido a quantidade de sentimentos e lembranças que as participantes estavam guardando, foi notória a fragilidade de todas a partir desse exercício. A participante “azul” escreveu em seu diário de bordo as seguintes palavras: *“acho que foi a sessão que mais me marcou, me senti imersa nos sentimentos e tentei colocar para fora que estava sentindo. Não sei bem descrever, foi uma mistura de sentimentos, porém foi uma experiência muito boa.”*

Infelizmente apareceram apenas duas participantes na primeira vez que apresentamos esse exercício, contudo, a quantidade de mulheres presentes não interferiu no resultado das ações e da imersão de cada uma. Foi, portanto, fazermos a sessão novamente. Tivemos que mudar as emoções colocadas em cada rasa para que elas pudessem explorar o maior número de sensações. Deste modo, a segunda sessão trabalhada com o *Rasaboxes* utilizamos as seguintes palavras: insegurança, pressão, escuridão, liberdade, conquista e controle.

A pesquisadora teve a impressão, ao observar as participantes, que elas estavam um pouco desconcentradas na segunda vez que inserimos o *Rasaboxes*. Todavia, como fazemos a conversa no final do exercício, foi mostrado que cada participante estava exausta e ainda sentida. A participante “verde” confirmou durante a conversa que foi uma experiência difícil e ressaltou em seu diário de bordo que *“ao abordar vários sentimentos fez brotar várias sensações, que eram expressas pelos movimentos do corpo, que variavam receosos aos mais intensivo. Trouxeram lembranças do passado, possíveis acontecimentos do futuro, entre outras coisas.”* A lembrança de ocorridos passados foi algo que as participantes apresentaram. Tanto na primeira vez que fizemos o exercício quanto a segunda vez. É nítido que cada uma que participou do exercício obteve diferentes formas de reagir o que foi proposto.

A partir da análise dos diários, percebemos que uma das nossas indagações acerca do corpo foi evidenciada. De fato, há variadas sensações e sentimentos que são originadas a partir de vivências e acabam por serem acumuladas no corpo, pelo fato do indivíduo não saber como se expressar a partir das palavras o que está sentindo. A participante amarela apresentou em seu diário de bordo como foi a sua vivência, confirmando o que percebemos em análise: *“hoje foi emocionante! Muitos sentimentos, um misto de verdade. Não sei colocar no papel, mas fiquei bem mexida com tudo que representei de mim mesma.”*

O argumento em diários de bordo mais apresentado foi a questão da importância de se trabalhar os sentimentos e de cuidar de si. A participante “rosa” demonstrou-se mais afetada após trabalharmos as emoções, ela escreveu em seu diário como hoje ela percebe

que é necessário se conhecer e saber lidar com o seu lado sombra. Além de refletir acerca de acontecimentos que ela tenta não pensar, de esquecer ou esconder tudo que já vivenciou. Contudo, houve em seus relatos uma evolução depois da conversa em grupo, em que todas concluíram a importância de sentir. Os acontecimentos bons ou ruins são formas de deixar, de alguma forma, o indivíduo mais forte e equilibrado.

### **Expressão Corporal**

Essa categoria foi o nosso viés de conduta deste a primeira sessão. A percepção que o corpo também fala foi sendo desenvolvido aos poucos, inserindo em cada sessão variados exercícios. A primeira sensação presente entre as participantes durante as atividades foi a de liberdade. Apareceu que a maioria das participantes estavam condicionadas a algum tipo de movimento.

Fizemos o exercício da bola, em que solicitava às participantes para dançarem a partir dos movimentos que o objeto fazia no ar. Colocamos algumas músicas para facilitar a condução dos movimentos corporais, assim, conseguimos visualizar a sensação de liberdade que as participantes tanto falavam. Contudo, no momento em que a pesquisadora informou para abandonarem as bolas e seguirem a fazer os movimentos, as participantes ficaram sem reação, não sabiam como prosseguir as ações corporais sem a bola. Aos poucos as participantes conseguiram tirar a razão durante o processo da atividade e começaram a dançar. “*Não sei dançar*”, foi a frase que muitas informaram antes de entrarem na intervenção e ao vermos o que estava acontecendo nesse exercício contrariou essas palavras. Por isso, foi importante informarmos que dançar não é apenas o conceito que temos sobre coreografia, mas qualquer movimento do nosso corpo é dança.



Figura 6 - Sequência de fotos mostrando as participantes durante o exercício da bola.

Para que as participantes percebessem visualmente como o corpo também comunica, elaborámos um exercício em duplas. Cada participante iria pensar em algum assunto ou responder o que a outra participante de sua dupla estava comunicando com o corpo. Fizemos esse exercício duas vezes com duplas distintas a fim de perceber se entendiam o diálogo corporal. Ao terminar, foi evidente a reação das participantes de surpresa quando uma explicava o que achava que estava conversando, enquanto a outra participante da dupla confirmava. Algumas vezes tiveram alguns desvios de interpretação de movimento, todavia, em geral, o sentido e o rumo do diálogo corporal foram o mesmo. Imaginamos que após a aplicação dessa atividade as participantes conseguiram perceber como podemos comunicar de diversas formas aquilo que estamos sentindo, que seja de forma oral ou corporal, e que um complementa o outro. Essa constatação foi apresentada no diário de bordo da participante “verde” com essas poucas palavras: *“fala e comunicação com o corpo, compreensível”*. Diante disso, confirmamos o que informamos anteriormente acerca da possibilidade da comunicação corpórea.

No decorrer das sessões fomos aplicando exercícios que contribuíssem para o desempenho corporal das participantes, entre eles se encontra o contato de improvisação, que em nossa intervenção obtinha variados objetivos para atingirmos com as participantes como a de confiança com o outro e a expressão corporal. Com o avanço das sessões, as participantes mostravam-se cada vez mais confiantes em como movimentar o corpo com o outro. A exploração dos níveis e do espaço passou a ser algo natural para elas, algo que, inicialmente, elas não dominavam.

O que demonstrou a evolução das participantes de forma visível foi durante as duas últimas sessões, em que pedimos para elas criarem uma dança criativa, onde não era preciso, necessariamente, haver passos iguais. Durante essas sessões a pesquisadora deixou as participantes livres, foram elas que escolheram as músicas para serem tocadas, o tema focado para a apresentação e como seria a estrutura corporal delas. Na discussão acerca do tema, as participantes escolheram que o tema fosse emoções, no qual cada uma escolheu a sua para representar na dança.

A pesquisadora durante todo processo de criação esteve presente e observando as participantes, improvisando a partir da música as emoções escolhidas. Poucas vezes a investigadora falou algo para não interferir e influenciar as participantes, mas foi necessário que lembrássemos sobre o corpo em movimento e parado, além dos níveis - baixo, médio e alto.

No momento em que as participantes pararam de ensaiar e disseram que estavam prontas para apresentar a dança criativa ficamos contentes em ver que cada esforço iria ser concretizado naquele momento. Posicionámos a câmera para podermos filmar, a fim que no final as próprias participantes pudessem se ver dançando. A apresentação foi iniciada com a primeira música escolhida, Murder Song (5, 4, 3, 2, 1) da cantora Aurora. As participantes estavam espalhadas pelo espaço em níveis diferentes, cada uma em um momento íntimo consigo mesma. Mostraram movimentos repetitivos para enfatizar aquela ação em diferentes tempos.

A segunda música escolhida foi Tangerina do cantor brasileiro Tiago Iorc. A diferença apresentada foi que na primeira parte as participantes tinham que se mostrar individualmente em suas emoções, enquanto na segunda parte teriam que trabalhar em conjunto. Poderiam ser em duplas, trios ou mesmo o grupo completo em movimentos. Essas foram as únicas indicações de estrutura que a investigadora solicitou às participantes. A partir disso, elas optaram em trabalhar os movimentos com todas as participantes presentes.

Durante a criação, as participantes demonstraram dificuldades em como utilizar em conjunto os corpos para a segunda etapa da apresentação. Para não influenciar, a investigadora ficou apenas observando enquanto elas discutiam formas que seriam possíveis para trabalharem. No fim, houve um consenso e a lembrança de atividades aplicadas nas sessões. As participantes, portanto, optaram em utilizar em algumas partes da segunda música o contato de improvisação, o que para nós foi a escolha ideal para o momento.

Ao finalizar a apresentação, as participantes ficaram muito felizes e surpresas. Elas não conseguiam acreditar como conseguiram criar uma coreografia em poucas horas e, além do mais, ultrapassarem as barreiras e dançarem. A sensação de conquista delas foi nítida e o orgulho da pesquisadora também, baseado nos depoimentos retirados nos diários de bordo das participantes e da pesquisadora. A evolução corporal das participantes foi enorme. Nas primeiras sessões elas não apresentavam qualquer noção do corpo em movimento. O que estava muito presente era a utilização de ações estereotipadas, contudo, ao percebermos esse vício corporal, fomos trabalhando cuidadosamente durante as sessões.

Um das dúvidas da participante “laranja” durante o nosso grupo focal seria a dificuldade de usar o próprio corpo como linguagem e exemplificou o exercício de contato de improvisação como outra forma de entender seu próprio corpo no outro. Notamos, portanto, a evolução individual dessa participante. Em que, inicialmente apresentava um corpo mais rígido e repetição de movimentos por não haver espaço de criação de ações internamente. A utilização da razão dessa participante influenciava muito seus movimentos e acabava por ela não explorar tudo o que era possível. Todavia, durante as sessões, conseguimos que ela se distanciasse da razão em alguns momentos e assim, conseguimos uma evolução gradual.

No último encontro, em que houve as apresentações, foi entregue às participantes os certificados de participação. Nesse momento houve variados relatos de agradecimento e da vontade que esse projeto continuasse. As participantes perceberam o real objetivo dessa intervenção e como é tão necessária ser aplicada.

A participante “vermelho” relatou em seu diário de bordo a importância da intervenção em sua vida:

*Abrace com carinho pessoas que se interessam e estejam no foco de contribuir com um trabalho lindo e importante para a sociedade, creio que assim como eu, outras mulheres tenham sentido uma enorme satisfação de poder dar o primeiro passo, mesmo não sendo tão fácil. Parabéns, pelo trabalho!*

*Hoje posso dizer que modifiquei muitas coisas na minha caminhada, através desse trabalho.*

A participante “azul”, também escreveu em seu diário de bordo o que a impactou durante a intervenção:

*Chegamos naquele espaço sozinhas (sem saber o que esperar) e saímos mais fortes depois dessa experiência.*

*O convívio com Marina e outras meninas tornou tudo mais leve e agradável, apesar das últimas sessões serem mais intensas.*

*Saio dessa experiência mais forte e sabendo a importância de estar ao lado de outras mulheres e nos cuidarmos.*

O impacto dessa intervenção se demonstrou muito claro desde as primeiras sessões a partir dos relatos das participantes. Em poucas sessões as mulheres conseguiram ter mais confiança nelas mesmas, a falarem com o corpo aquilo que nunca foi dito por meio de palavras, a sentirem aquilo que estavam escondendo dentro delas e terem o apoio de outras mulheres que passaram por situações parecidas, para assim, se sentirem mais fortes e confiantes.

É importante ressaltar o fato dessa intervenção ser inovadora. Durante a escrita desse projeto não encontramos nenhum registro acerca da dança criativa direcionada às mulheres que sofreram algum tipo de violência. A partir disso, o impacto transformador

nas participantes torna-se mais que notável, bem como elas pediram a continuação dessa intervenção após o término das sessões.

### 3 Conclusões

A partir da iniciativa de investigarmos a aplicação da linguagem artística da dança criativa em um público diferenciado como o de mulheres que sofreram violência doméstica, temos como objeto proporcionar um amplo conhecimento teórico acerca do tema. Bem como diversificar o público-alvo da literatura referente à dança criativa, visto que todos os indivíduos têm suas particularidades e requerem uma atenção direcionada para induzir uma potencialidade no bem-estar e em sua comunicação corporal. Deste modo, o presente capítulo tende a apresentar as considerações importantes vistas em nosso estudo, sendo assim, empregadas em três conjuntos:

- Conclusões do trabalho desenvolvido
- Limitações do estudo
- Propostas para estudos futuros

#### **Conclusões do trabalho desenvolvido**

Ao mencionarmos essa pesquisa ao decorrer do relatório, qualificamos como um trabalho no âmbito da pesquisa qualitativa. Tendo como enfoque a compreensão e o desenvolvimento da expressão corporal das mulheres vítimas de violência doméstica dentro de uma instituição de ensino, a fim de promover a comunicação.

A partir das ações desenvolvidas durante a intervenção é necessário que haja uma reflexão acerca dos dados recolhidos, baseados nos objetivos aqui descritos e assim percebermos que estes foram alcançados. O mesmo ocorre para com a pergunta de partida: **Em que medida a dança criativa ajuda as mulheres vítima de violência a desenvolver a expressão e comunicação?**

Por meio dos dados apresentados neste relatório, o nosso estudo empírico proporcionou alcançarmos os objetivos específicos colocados em questão. Com base nos resultados obtidos, abrem-se outras vertentes para futuros pesquisadores aprimorarem e

aprofundarem o que aqui foi iniciado. Sendo assim, este estudo foi delimitado a partir dos seguintes objetivos específicos:

- Implementar a dança criativa como instrumento de auxílio para a linguagem;
- Promover a dança criativa como uma forma de auto expressão

Mesmo considerando os poucos estudos científicos na área investigada, bem como o público-alvo, esta investigação tornou-se uma experiência muito satisfatória e surpreendente, em virtude dos resultados apresentados em cada participante de maneira diferenciada. Proporcionando, portanto, a dança criativa como uma nova área que necessita ser estudada paralelamente com a comunidade.

A partir disso, com o desenvolvimento corporal e expressivo das participantes após uma violação traumática, pode-se afirmar que, durante o período de intervenção, as mulheres atendidas se mostraram mais abertas à possibilidade de reinserção na sociedade sem o medo ou as relutâncias anteriores às sessões interventivas.

A dança criativa não apenas possibilitou o bem-estar das participantes desse projeto, mas, também, a capacidade de elas perceberem as fragilidades internas, que causaram a repressão de como agir na sociedade. Além de estimular a criatividade, as participantes desenvolveram a consciência corporal e como o seu corpo se comporta em diversas situações emocionais. A importância de saber se conhecer é tão abstrata que a utilização da expressão artística contribuiu para que as participantes assimilassem a importância de isso ser trabalhado, algo que foi ressaltado até no diário de bordo de uma das participantes.

Neste seguimento, esta pesquisa foi desenvolvida de maneira gradual com as participantes obtendo resultados divididos em duas vertentes distintas: as mudanças comportamentais e psicológicas das mulheres a partir da partilha de suas vivências; e a construção de um vínculo afetivo com o grupo para se fortalecerem ao se verem como semelhantes. As conversas/reflexões finais após os exercícios também contribuíram para o modo como as participantes utilizaram a expressão artística com um viés interventivo.

Relacionamos os resultados com o fundamento teórico do diário de bordo, onde informa que “escrever também produz uma retroalimentação sobre o que se queira dizer e o que realmente ficou registrado” (Cañete, 2010, p. 61). A evolução reflexiva das participantes partiu do encontro entre as discussões geradas durante as sessões e a escrita no diário de bordo. O mesmo podemos reafirmar com as experiências obtidas nas atividades corporais. Conforme Strazzacappa (2001) o corpo se comporta como um reservatório de memórias passadas e ao mesmo tempo uma projeção futura como sonhos, projetos e desejos. Algo presente em nossas sessões, principalmente quando utilizamos o exercício do *Rasaboxes*.

De acordo com as nossas referências acerca das atividades corporais, Fortin (2011) afirma que a educação somática é uma “alimentação para o corpo e um momento de recuperação essencial para o equilíbrio do corpo” (Fortin, 2011, p. 34). Desta forma, podemos constatar que efetuamos a partir de nossas atividades o equilíbrio corporal das participantes.

Ao referirmos a pergunta de partida desta pesquisa aos resultados observados, acerca da comunicação corporal, entram em concordância com o autor Vianna sobre os aspectos da dança, “ a dança se faz não apenas dançando, mas também pensando e sentindo, dançar é estar inteiro. Não posso ignorar minhas emoções em uma sala de aula, reprimir essas coisas todas que trago dentro de mim” (Vianna, 2005, p. 32). E ainda complementa o seu pensamento com a declaração que a dança se inicia a partir do conhecimento interno do indivíduo.

Foi percebido durante as sessões o desempenho das participantes, bem como a entrega de conseguirem atingir os objetivos propostos por cada exercício realizado em sala. Desta forma, a assimilação foi gerida de maneira mais calma e perceptível ao decorrer da intervenção. Apresentando, então, em algumas participantes o interesse de inserir em seu contexto aulas de expressões artísticas, focado na dança e teatro.

Em tese, os resultados obtidos nesta pesquisa circulam em volta de um aprendizado em parte das participantes, bem como da pesquisadora. Tendo como consequência uma investigação bem-sucedida e significativa para o contexto atual, onde os números de

violência contra as mulheres não param de aumentar. Conseguimos inserir diferentes conceitos em nossa revisão da literatura que foram ao encontro da prática, facilitando a análise e alcance dos objetivos.

### **Limitações do estudo**

Durante o processo de pesquisa e de intervenção, a investigadora percebeu algumas limitações para o desenvolvimento e aprofundamento deste projeto, nas quais podemos citar as seguintes situações: dificuldade em elaborar o estado de arte por haver pouco material teórico acerca da dança criativa e assim favorecer um enquadramento teórico não tão aprofundado como queríamos. Tivemos que ir à procura de material teórico em outros idiomas, contudo não foi suficiente. Os textos encontrados, em sua maioria, estavam relacionados com as crianças e como utilizar a dança criativa para o ensino de alguma disciplina no âmbito da escola primária e secundária.

A partir da dificuldade mencionada em encontrar um material teórico amplo, fez com que essa pesquisa fosse considerada inovadora. Desta forma, não foi um processo fácil para a pesquisadora em também aplicar atividades durante o período da intervenção. Tivemos que recorrer a materiais dentro da literatura artística, principalmente da dança e do teatro, para auxiliar a investigação.

Outra dificuldade apresentada nesse projeto de intervenção foi encontrar participantes disponíveis para integrar o projeto. Como o nosso público alvo é muito específico, conseguir pessoas que enquadrassem as especificidades solicitadas foi considerado, por um lado, fácil por haver um grupo de apoio dentro de uma universidade, por outro, difícil, pois foi complicado encontrar pessoas que tivessem interesse em participar. Notámos um pouco de receio por parte das mulheres em querer participar de um experimento acadêmico, mais pela parte das professoras e servidoras da universidade. Imaginamos que houve um receio da exposição por parte dessas mulheres.

Por outro lado, quando conseguimos recrutar as mulheres interessadas, uma nova dificuldade no processo de intervenção surgiu: a de reunir todas as participantes em um mesmo espaço e horário para desenvolvermos as sessões. Infelizmente não conseguimos

fazer unir todas as participantes na maioria das sessões como gostaríamos. Devido a isso, analisar o avanço das integrantes da pesquisa tornou-se difícil, por não haver um acompanhamento cronológico a partir do que foi apresentado em sala.

Para complicar os encontros relatados anteriormente, houve alguns imprevistos durante os meses de intervenção. Períodos de chuvas muito fortes na cidade impossibilitaram algumas sessões, visto que grande parte do grupo utilizava o transporte público e como a cidade em que inserimos o projeto é João Pessoa, no Brasil, a distância entre os bairros é grande. Para efetuar o percurso da casa de uma das participantes até à universidade seria por volta de quarenta minutos, por exemplo. Além disso, como as voluntárias são estudantes em que cursavam cursos de graduação distintos, conseguirmos um dia e um horário ideal para todas se tornou um obstáculo. Infelizmente, mesmo decidindo a hora e dia em conjunto para a realização das sessões, houve problemas pessoais em algumas participantes, além de entrarem no período de exames.

Como mencionamos anteriormente, a maioria das participantes em nosso projeto não tinha alguma base artística, deste modo, foi essencial atribuímos atividades para o desenvolvimento da expressão e consciência corporal por meio da dança criativa. Em contrapartida, as poucas que fizeram ballet em algum momento da vida, condicionaram seus corpos aos movimentos e posturas relacionados a essa dança. Dessa forma, o trabalho expressivo da dança criativa contribuiu para que as participantes desenvolvessem movimentos considerados mais orgânicos, no sentido de eles serem gerados internamente e o corpo se mover a partir da influência interna. A partir dessa diferença de experiência corporal das participantes, tivemos que trabalhar de forma lenta e calma para que todas pudessem explorar ao máximo a potencialidade corporal de cada uma.

### **Proposta para estudos futuros**

Refletindo acerca dos dados recolhidos durante este trabalho e conseqüentemente a realização da análise, identificamos alguns pontos para a contribuição de uma melhoria

para os próximos estudos científicos acerca do tema discutido. Por meio disso, separamos algumas propostas para as pesquisas futuras:

- **Estudos sobre a dança criativa para adultos**

Aprofundar estudos da dança criativa para públicos diversificados, que vão além da educação infantil, para assim, poder efetuar a realização de uma literatura mais ampla que contribua para variados públicos.

Em suma, foi percebido a importância da continuidade desse estudo para a comunidade, quer tenham ou não problemas de violação ou traumas. Contudo, a especificidade do público-alvo solicitado durante esta pesquisa tornou-a inovadora no âmbito da dança criativa. O valor detetado nesta intervenção foi apresentado por parte das participantes, que, por sua vez, solicitaram a continuidade do processo. Entretanto, como fizemos um experimento acadêmico em outro país, a realização da continuação por parte da pesquisadora dessa pesquisa não será possível. Em contrapartida, a intervenção despertou interesse em alguns estudantes do curso de dança da Universidade Federal da Paraíba que buscarão prosseguir com as atividades.

## Referências Bibliográficas

- Adler, P., & Adler, P. (1987). *Membership Roles in Field Research*. New York: Sage.
- Alencar, B. R. (2011). Histórias íntimas: sexualidade e erotismo na história do Brasil. *Revista eletrônica Ensaios*. Retirada em: <http://www.periodicoshumanas.uff.br/ensaios/article/view/786/707>
- Barba, E., & Savarese, N. (2012). *A arte secreta do ator: um dicionário de antropologia teatral*. São Paulo: Câmara Brasileira do Livro.
- Boszko, C. & Güllich, R. I. da C. (2016). O diário de bordo como instrumento formativo no processo de formação inicial de professores de ciências e biologia. *Revista Bio-grafia: Escritos sobre la Biología y su enseñanza*
- Buchele, F., Clímaco, D. de A., & Lima, D. C. (2008). Homens, Gênero e Violência Contra a Mulher. *Revista Saúde e Soc*, São Paulo. Retirada em: [http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0104-12902008000200008](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0104-12902008000200008)
- Butler, J. (2003). *Problemas de Gênero: feminismo e subversão da identidade*. Rio de Janeiro: Civilização Brasileira.
- Caetano, P. de L. (2015). Por uma Estética das Sensações: o corpo intenso dos Bartenieff Fundamentals e do Body-Mind Centering. *Revista Brasileira de Estudos da Presença*, Porto Alegre. Retirada em: <https://seer.ufrgs.br/presenca>
- Campeiz, E. C. F. S. & Volp, C. M. (2004). *Dança criativa: a qualidade da experiência subjetiva*. Universidade Estadual Paulista. Retirada em: <http://www.rc.unesp.br/ib/efisica/motriz/10n3/10ECS.pdf>
- Cañete, L. S. C. (2010). *O diário de bordo como instrumento de reflexão crítica da prática do professor*. Dissertação do Programa de Pós-Graduação em Educação da Universidade Federal de Minas Gerais.
- Caponi, S. N. C. de., Coelho, E. B. S. & Silva, L. L. da. (2007). *Violência silenciosa: violência psicológica como condição da violência física doméstica*. Interface - Comunic, Saúde, Educ, v.11, n.21, p.93-103, jan/abr.
- Chang, M. & Leventhal, F. (1991). Dance/Movement Therapy with Battered Women: A Paradigm of Action. *American Journal of Dance Therapy, American Dance Vol. 13, No. 2, Fall/Winter*.
- Correa, M. E. C., Fegadoli, D. & Labronici, L. M. (2009). Significado da violência sexual na manifestação da corporeidade: um estudo fenomenológico. *Rev Esc Enferm USP*. Retirado em: [www.ee.usp.br/reeusp](http://www.ee.usp.br/reeusp).

- Correia, M. da C. B. (2009). A observação participante enquanto técnica de investigação. *Revista Pensar Enfermagem*. Retirado em: [http://pensarenfermagem.esel.pt/files/2009\\_13\\_2\\_30-36.pdf](http://pensarenfermagem.esel.pt/files/2009_13_2_30-36.pdf)
- Correio, I. & Santos, C. (2017). A memória escrita no ar: reflexões histórico-culturais sobre a relação dança e memória. *Revista UNIABEU*, V.10, Número 25, maio-agosto.
- Dias, C. A. (2000). Grupo focal: técnica de coleta de dados em pesquisas qualitativas. *Períodos da Universidade Federal da Paraíba*. Retirado em: <http://periodicos.ufpb.br/ojs2/index.php/ies/article/view/330>
- Dias, I. S. (2000). A violência doméstica em Portugal: Contributos para a sua visibilidade. *IV Congresso Português de Sociologia*. Retirada em: [https://aps.pt/wp-content/uploads/2017/08/DPR462e00b9864fc\\_1.pdf](https://aps.pt/wp-content/uploads/2017/08/DPR462e00b9864fc_1.pdf)
- Dentz, R. A. (2008). Corporeidade e subjetividade em Merleau-Ponty. *Revista eletrônica Intuito*. Retirada em: <http://revistaseletronicas.pucrs.br/ojs/index.php/intuitio/article/view/4238>.
- Duffy, P. & Early, M. (1996). *Problematics of classroom research across sociopolitical contexts*. Mahwah, New Jersey: Lawrence Erlbaum.
- Faro, A. J. (1994). *Pequena história da dança*. Rio de Janeiro: Nova Fronteira.
- Ferreira, A. B. H. (2010). *Mini Aurélio: o dicionário da língua portuguesa*. 8. ed. Curitiba, Positivo.
- Ferreira, V. (2010). *A Igualdade de Mulheres e Homens no Trabalho e no Emprego em Portugal – Políticas e Circunstâncias*. Lisboa.
- Fino, C. N. (2003). *FAQs, etnografia e observação participante*. Universidade da Madeira.
- Fortin, S. (2011). *Nem do lado direito, nem do lado do avesso: o artista e suas modalidades de experiência de si e do mundo*. Nova Letra: Joinville.
- Gerhardt, T. E., & Silveira, D. T. (2009). *Métodos de Pesquisa*. Edição eletrônica: Luciane Delani: Universidade Federal do Rio Grande do Sul.
- Gilbert, A.G. (1992). *Creative dance for all ages*. Reston, VA: American Alliance for Health, Physical Education, Recreation, and Dance.
- Ginot, I. (2010). From Shusterman's Somaesthetics to a Radical Epistemology of Somatics. *Dance Research Journal*.
- Grebler, M. A. S. (2012). A Influência do Pensamento de François Delsarte sobre a Modernidade da Dança. *Revista Brasileira de Estudos da Presença*. Retirado em: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=463545868007>.
- Green, J. (2002). Somatic knowledge: The body as content and methodology in dance education. *Journal of Dance Education*.

Góis, A. A. F. & Moreira, W. N. (2003). Corporeidade e dança. *UNOPAR Cient., Ciênc. Biol. Saúde, Londrina*. Retirada em: <https://revista.pgskroton.com/index.php/JHealthSci/article/view/1638>

Johnson, D. (1994) *Focus groups*. SLIS: Madison.

Laban, R. (1978). *Domínio do Movimento*. SUMMUS, São Paulo.

Lapassade, G. T. P. (1992). L'Ethno-Sociologie. In: *Revue française de pédagogie*, volume 100

Leite, F. H. de C. (2005). Contato improvisação (contact improvisation) um diálogo em dança. *Rede de Revistas Científicas da América Latina, Caribe, Espanha e Portugal*. Retirado em: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=115316018007>

Levy, F. (1988). *Dance/Movement Therapy: A Healing Art*. Reston, Virginia: The American Alliance for Health, Physical Education, and Dance.

Machado, M. M. (2002). O Diário de Bordo como ferramenta fenomenológica para o pesquisador em artes cênicas. *Revista Sala Preta*. Retirada em: <http://www.revistas.usp.br/salapreta/article/view/57101>.

Marinis, M. de. (2012). Corpo e Corporeidade no Teatro: da semiótica às neurociências. Pequeno glossário interdisciplinar. *Revista Brasileira de Estudos da Presença*. Retirada em: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=463545867004>.

Merleau-Ponty, M. (2011). *Fenomenologia da Percepção*. Martins Fontes, 4. ed.,:São Paulo.

Minnick, M. & Cole, P. (2011). O ator como atleta das emoções: o rasaboxes. *O Percevejo online*. Rio de Janeiro. Retirado em: <http://www.seer.unirio.br/index.php/opercevejoonline/article/view/1797/1531>.

Neves, José Luis. (1996). Pesquisa qualitativa – características, usos e possibilidades. *Caderno de Pesquisas em Administração*, São Paulo. Retirado em: [http://www.hugoribeiro.com.br/biblioteca-digital/NEVES-Pesquisa\\_Qualitativa.pdf](http://www.hugoribeiro.com.br/biblioteca-digital/NEVES-Pesquisa_Qualitativa.pdf).

ONU. (2006). *In-depth study on all forms of violence against women*. Retirado em: <https://www.refworld.org/docid/484e58702.html>.

Paim, J. (2006). Protegendo as mulheres da violência doméstica. *Seminário de Capacitação para juízes, procuradores, promotores, advogados e delegados no Brasil*. Retirada em: [http://midia.pgr.mpf.gov.br/hotsites/diadamulher/docs/cartilha\\_violencia\\_domestica.pdf](http://midia.pgr.mpf.gov.br/hotsites/diadamulher/docs/cartilha_violencia_domestica.pdf)

Paiva, V. L. M. de O. e. (2005). Reflexões sobre ética e pesquisa. *Rev. Brasileira de Lingüística Aplicada*. Retirado em: <http://www.scielo.br/pdf/rbla/v5n1/03.pdf>.

Pimenta, S. G. (2005). Pesquisa-ação crítico-colaborativa: construindo seu significado a partir de experiências com a formação docente. *Revista Educação e Pesquisa, São Paulo*. Retirado em: [http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_abstract&pid=S1517-97022005000300013&lng=en&nrm=iso&tlng=pt](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_abstract&pid=S1517-97022005000300013&lng=en&nrm=iso&tlng=pt).

Polio, C. (1996). *Issues and problems in reporting classroom research*. Mahwah, New Jersey: Lawrence Erlbaum.

Rago, M. (1995). *As mulheres na historiografia brasileira*. Unesp: São Paulo.

Ramaldes, K. & Camargo, R. C. de. (2017). *Os Jogos Teatrais de Viola Spolin: uma pedagogia da experiência*. Editora Kelps: Goiânia.

Santiago, P. F. (2006). Potenciais contribuições da Técnica Alexander para a Pedagogia Pianística. *XVI Congresso da Associação Nacional de Pesquisa e Pós-graduação em Música (ANPPOM)*, Brasília. Retirado em: [https://antigo.anppom.com.br/anais/anaiscongresso\\_anppom\\_2006/CDROM/COM/01\\_Com\\_EdMus/sessao06/01COM\\_EdMus\\_0605-111.pdf](https://antigo.anppom.com.br/anais/anaiscongresso_anppom_2006/CDROM/COM/01_Com_EdMus/sessao06/01COM_EdMus_0605-111.pdf).

Sarmiento, J. (2013). Rasaboxes e o problema do centro. *VII Reubião Científica da ABRACE*. Retirado em: [http://www.portalabrace.org/viireuniao/estperformance/SARMENTO\\_Julia.pdf](http://www.portalabrace.org/viireuniao/estperformance/SARMENTO_Julia.pdf).

Silva, L. L. da., Coelho, E. B. S. & Caponi, S. N. C. de. (2007). Violência silenciosa: violência psicológica como condição da violência física doméstica. *Interface - Comunic., Saúde, Educ.*, Retirado em: [http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1414-32832007000100009](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1414-32832007000100009).

Sousa, P. P. A. de. (2009). Ensaçando a corporeidade: corpo e espaço como fundamentos da identidade. *Revista Geografares*. Retirado em: <http://www.periodicos.ufes.br/geografares/article/view/149/75>.

Spolin, V. (2001). *Jogos Teatrais: O fichário de Viola Spolin*. Perspectiva: São Paulo.

Strazzacappa, M. (2001). O corpo e suas representações: as técnicas de educação somática na preparação do artístico cênico. *Revista online, Caderno CERU*. Retirado em: <http://www.revistas.usp.br/ceru/article/view/75088>.

Thiollent, M. (2005). *Metodologia da pesquisa ação*. Cortez Editora: São Paulo.

Tripp, D. (2005). Pesquisa-ação: uma introdução metodológica. *Revista Educação e Pesquisa*. Retirado em: [http://www.scielo.br/scielo.php?pid=S1517-97022005000300009&script=sci\\_abstract&tlng=pt](http://www.scielo.br/scielo.php?pid=S1517-97022005000300009&script=sci_abstract&tlng=pt).

Veríssimo, D. S. (2013). Considerações sobre corporeidade e percepção no último Merleau-Ponty. *Estudos de Psicologia*. Retirado em: [www.scielo.br/epsic](http://www.scielo.br/epsic).

Vianna, K. (2005). *A dança*. Editora SUMMUS: São Paulo.

Vieira, J. G. S. (2012). *Metodologia de pesquisa científica na prática*. FEL Editora:Curitiba.

Vieira, M. S. (2015). Abordagens Somáticas do Corpo na Dança. *Rev. Bras. Estud. Presença*, Porto Alegre. Retirado em: <https://seer.ufrgs.br/presenca/article/view/47246>.

Walker, L. E. A. (2017). *Battered Woman Syndrome*. Nova York: Springer Publishing C

# Anexos

## Anexo I – Divulgação pelas Redes Sociais





**TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO**

**ESTUDO: A dança criativa como veículo de expressão para mulheres vítimas de violência doméstica**

*Você está sendo convidada (a) a participar do projeto de pesquisa acima citado. O documento abaixo contém todas as informações necessárias sobre a pesquisa que estamos fazendo. Sua colaboração neste estudo será de muita importância para nós, mas se desistir a qualquer momento, isso não causará nenhum prejuízo a você.*

Eu, \_\_\_\_\_, nascido(a) em \_\_\_\_ / \_\_\_\_ / \_\_\_\_\_, abaixo assinado(a), concordo de livre e espontânea vontade em participar como voluntário(a) do estudo "**A dança criativa como veículo de expressão para mulheres vítimas de violência doméstica**". Declaro que obtive todas as informações necessárias, bem como todos os eventuais esclarecimentos quanto às dúvidas por mim apresentadas.

Estou ciente que:

- I) Serão feitas sessões semanalmente;
- II) A participação neste projeto tem como objetivo promover a expressão e comunicação entre mulheres vítimas de violência através da dança criativa;
- III) Tenho a liberdade de desistir ou de interromper a colaboração neste estudo no momento em que desejar, sem necessidade de qualquer explicação;
- IV) A desistência não causará nenhum prejuízo à minha saúde ou bem estar físico.
- V) Os resultados obtidos durante este ensaio serão mantidos em sigilo, mas concordo que sejam divulgados em publicações científicas, desde que meus dados pessoais não sejam mencionados;
- VI) Caso eu desejar, poderei pessoalmente tomar conhecimento dos resultados, ao final desta pesquisa.

- Desejo conhecer os resultados desta pesquisa.
- Não desejo conhecer os resultados desta pesquisa.

João Pessoa, de \_\_\_\_\_ de 2019.



**TERMO DE AUTORIZAÇÃO DE USO DE IMAGEM E DEPOIMENTOS**

Eu \_\_\_\_\_, depois de conhecer e entender os objetivos, procedimentos metodológicos, riscos e benefícios da pesquisa, bem como de estar ciente da necessidade do uso de minha imagem e/ou depoimento, especificados no Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE), AUTORIZO, através do presente termo, a pesquisadora Marina Costa Negreiros do projeto de pesquisa intitulado "A dança criativa como veículo de expressão para mulheres vítimas de violência doméstica" a realizar as fotos que se façam necessárias e/ou a colher meu depoimento sem quaisquer ônus financeiros a nenhuma das partes.

Ao mesmo tempo, libero a utilização destas fotos e/ou depoimentos para fins científicos e de estudos (livros, artigos, slides e transparências), em favor dos pesquisadores da pesquisa, acima especificados, obedecendo ao que está previsto nas Leis que resguardam os direitos das crianças e adolescentes (Estatuto da Criança e do Adolescente – ECA, Lei N.º 8.069/ 1990), dos idosos (Estatuto do Idoso, Lei N.º 10.741/2003) e das pessoas com deficiência (Decreto N.º 3.298/1999, alterado pelo Decreto N.º 5.296/2004).

João Pessoa, \_\_\_\_ de \_\_\_\_\_ de 2019

\_\_\_\_\_  
Pesquisador responsável pelo projeto

\_\_\_\_\_  
Sujeito da Pesquisa

## Anexo IV – Tabela de análise dos diários de bordo das participantes

CATEGORIAS	EVIDÊNCIAS
<p><b>CONFIANÇA COM O OUTRO</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Em alguns momentos me senti tímida e insegura por está de olhos fechados. Além disso, senti que estava com minha atenção voltada para aquele momento e me senti calma. Como se tivesse diminuindo a minha ansiedade. (participante azul)</li>   <li>- Fizemos esse exercício em duplas, que no início foi um pouco desconfortável, mas por ser outra mulher me deixava mais tranquila (participante azul)</li>   <li>- Nós começamos a fazer o exercício de rolamento, gostei muito, pois foi em conjunto. (participante azul)</li>   <li>- Estava me sentindo mais a vontade e que permitia o outro tocar em mim (participante azul)</li>   <li>- Em primeiro momento foi receio, por estar com os olhos fechados, mas depois fui sentindo mais segurança e me deixei sentir e ouvir. (participante verde)</li>   <li>- De olhos fechados e sendo guiada pela minha parceira apenas pelo toque, me senti mais segura por ter participado na primeira atividade que foi parecida (participante verde)</li>   <li>- . Trouxe também, e novamente, a questão da confiança na outra pessoa, o toque dela no meu corpo, bem como a apropriação do toque na outra pessoa, como qualquer parte do corpo. (participante verde)</li>   <li>- Hoje fez com que eu me abrisse para a pessoas que nem conheço, algo novo para mim. (participante amarelo)</li> </ul>

- Hoje eu me surpreendi com o contato humano que me permitiu fazer. Não gosto que invadam meu espaço pessoal e não invado o de ninguém. (participante amarelo)

- Algo inusitado aconteceu, outra pessoa (desconhecida) passou a mão pelo meu corpo e eu não senti a necessidade de ..... Acho que estou feliz com a escolha de fazer dança criativa, deveria fazer teatro! (participante amarelo)

- Me senti muito confortável na aula, apesar delas já terem tido alguns encontros juntos e esse ter sido o meu primeiro (participante rosa)

- É difícil sentir o toque de outra pessoa que você não tem intimidade, mesmo em um exercício, não sei, tem certas partes do nosso corpo que não estão abertas ao toque de outras pessoas de uma forma tão natural. (participante rosa)

- Percebi uma segurança maior dessa vez (participante rosa)

- Eu me senti muito confortável nesse dia na aula, por estar em um ambiente com outras mulheres que passaram por situações parecidas, era um ambiente confortável para mim (participante rosa)

- Me deixar levar pelo outro foi difícil. Como poderia confiar em outro corpo para me conduzir? (participante laranja)

- Não conhecer os outros corpos também me deixaram insegura, mas aos poucos fui confiando e tudo foi fazendo real sentido. (participante laranja)

- Caminhar pela sala em contato com o outro e entender que só a mão não é o outro (participante laranja)

- Serviu de suporte...

Me serviram de suporte

Como me senti?

	<p>Segura (participante laranja)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Vem conhecer meu universo e através dele conhecer o teu (participante laranja)</li> <li>- Conexão (participante laranja)</li> </ul>
<p><b>AUTOCONHECIMENT O CORPORAL/  CONHECIMENTO DO CORPO DO OUTRO</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Hoje o nosso encontro se iniciou com cada uma tocando seu próprio corpo e foi muito interessante, pois existem partes do corpo, como o pé, que não damos muito atenção (participante azul)</li> <li>- Foi bem divertida e ao mesmo tempo saber controlar o corpo a partir dos segundos ditos por Marina (participante verde)</li> <li>- Noção do autoconhecimento com o corpo, o conhecimento dos mínimos detalhes dele, que podem ser tocados (participante verde)</li> <li>- Apropriação do toque na outra pessoa, como qualquer parte do corpo. Para além das mãos, quebrando, assim, certa rigidez. (participante verde)</li> <li>- Respiração juntamente com o corpo, o que trouxe uma sensação de leveza. (participante verde)</li> <li>- Muita consciência corporal, que me trouxe a certeza do quanto é importante conhecer o que estamos fazendo e recebendo desde os toques, os sons, batimentos, ambiente (participante vermelho)</li> </ul>

## EMOÇÕES

- Acho que foi a sessão que mais me marcou, me senti imersa nos sentimentos e tentei colocar para fora que estava sentindo. Não sei bem descrever, foi uma mistura de sentimentos, porém foi uma experiência muito boa. (participante azul)

- Quando Marina começou a falar da floresta, das folhas, pediu para imaginar sentindo o solo, sentir a leve chuva caindo no corpo, senti uma sensação de paz, tranquilidade e harmonia (participante verde)

- Ao abordar vários sentimentos fez brotar várias sensações, que eram expressas pelos movimentos do corpo, que variavam receosos aos mais intensivo. Trouxeram lembranças do passado, possíveis acontecimentos do futuro, entre outras coisas (participante verde)

- Criativa, exploradora, que envolveu o balançar dos sentimentos com o toque da música (participante verde)

- Hoje foi emocionante!

Muitos sentimentos, um misto de verdade.

Não sei colocar no papel, mas fiquei bem mexida com tudo que representei de mim mesma (participante amarela)

- Hoje eu percebo que eu tenho que me conhecer e saber lidar com o meu lado sombra, com a parte de mim que eu tento não pensar, dos momentos que passei e que tento esconder ou esquecer. (participante rosa)

- Os momentos ruins e ensinam muita coisa. Eu me acho uma mulher muito forte por ter passado por tudo que eu passei sozinha (participante rosa)

	<p>- A organicidade dos sentimentos é algo que precisamos nos importar mais. (participante rosa)</p> <hr/> <p>- O corpo fala</p> <p>Principalmente em silêncio</p> <p>É difícil ouvir (participante laranja)</p> <p>- Nunca seremos só bom ou ruim</p> <p>Somos cíclicos....(participante laranja)</p> <hr/> <p>- Posso abraçar ou sentir medo</p> <p>Qual sensação é melhor? (participante laranja)</p> <p>- E cada um deles me remeteu memórias de quando criança, quando eu sentia dores e alguém me fazia massagem para amenizar a dor, sorrisos de quando eu brincava com minha avó que ríamos muito juntas, lágrimas que derramei por causa da minha mãe, que eu gostaria muito que ela estivesse perto de mim (participante vermelha)</p>
<p><b>EXPRESSÃO CORPORAL</b></p>	<p>- Gostei muito, principalmente do da bola, me senti livre e leve. (participante azul)</p> <p>- Foi muito bom expressar o que estava sentindo e botar para fora, movimentando o corpo. (participante azul)</p>

- Que foi a sessão que mais me marcou, me senti imersa nos sentimentos e tentei colocar para fora que estava sentindo (participante azul)
  - Consegui projetar os ambientes falados por ela, bem como a vontade de fazer algo com o corpo, mas me retraí, consegui me imaginar em uma rodovia, onde os carros e caminhões passavam, e sentir agonia. (participante verde)
  - Sessão foi bem libertador, fazer passos a partir do movimento da bexiga juntamente com a música, e depois sem a bexiga, mas fazendo os passos, dançando, como se estivéssemos com ela. Nessa última me senti mais solta para usar o corpo. (participante verde)
  - Liberdade corporal; confiança; movimentos livres e aleatórios; firmeza; responsabilidade (participante verde)
  - Fala e comunicação com o corpo, compreensível (participante verde)
  - A parte de improvisar uma coreografia, a partir das músicas escolhidas por nós e a narrativa da dança foi incrível. (participante verde)
  - Já tinha feito esse exercício e percebi uma segurança maior dessa vez e vi uma evolução nos passos (participante rosa)
  - O corpo fala
- Principalmente em silêncio (participante laranja)

Anexo V – Tabela de análise do diário de bordo da investigadora

CATEGORIAS	EVIDÊNCIAS
CONFIANÇA COM O OUTRO/ DE SI	<ul style="list-style-type: none"><li>- Percebi um pouco de medo/receio das meninas “cegas” ao ser guiadas por uma estranha. (1 Sessão)</li> <li>- Aos poucos foram relaxando e permitindo ser guiadas. Em um momento uma dupla atravessou a rua que tem dentro da universidade e tudo. Essa situação só me mostrou que a confiança foi gerada. (1 sessão)</li> <li>- A sensação delas de estarem com medo de se expor foi confirmada no final quando fiz uma roda de conversa (1 sessão)</li></ul>

	<ul style="list-style-type: none"><li>- Percebi que as mulheres que participaram da primeira sessão ficaram mais entregues/sem medo, realmente confiando no guia. (2 sessão)</li> <li>- Nesta sessão apareceu uma nova participante, fiquei feliz porque durante todos os exercícios ela ficou disposta e mostrou muito aberta. A questão de confiança da parte dela estava muito bem desenvolvida. (3 sessão)</li> <li>- Percebi que a participante que estava fazendo dupla comigo se mostrou muito aberta, deixou que eu a tocasse sem nenhuma reação de medo (4 sessão)</li> <li>- Ela até agradeceu e ressaltou que antes ela não gostava mesmo de contato, que aqui temos uma cultura de abraçar, de dar beijos e ela não gostava nem de um aperto de mão. Depois que participou da minha sessão notou essa mudança no comportamento dela, que está mais aberta a isso e confiante. (sessão 4)</li> <li>- Estava nítido que elas estavam trabalhando em equipe. (sessão 5)</li> <li>- Disseram que a intimidade com o pessoal do grupo aumentou e ficou mais fácil haver esses toques. ( sessão 5)</li> <li>- Na dança, não sei como tu pode fazer para me ajudar na confiança comigo mesmo”. (participante azul, sessão6)</li> <li>- Ela começou a olhar mais para si, tentar se perceber, tentar não se cobrar muito e que está tudo bem errar. (participante rosa, sessão 7)</li></ul>
--	---

	<p>- “Ontem apresentei um seminário, e percebo o meu eu hoje apresentando o trabalho e o meu eu no primeiro semestre do curso. Percebo que evolui, consigo lidar melhor comigo mesma e também com o outro”. ( participante rosa, sessão 7)</p>
<p><b>AUTOCONHECIMENTO CORPORAL/</b></p> <p><b>CONHECIMENTO DO CORPO DO OUTRO</b></p>	<p>- Quando o tempo ainda era maior, informava para usar cada vértebra do corpo, sentir tudo, se conhecer. Nesse exercício percebi quanto é necessário exercício de autoconhecimento e percepção de si e do outro. (2 sessão)</p> <p>- Aos poucos as meninas deixaram serem manipuladas mesmo, tiveram até risadas no meio do processo, porque acabavam por colocar em uma posição estranha ou desconfortável e as meninas viam o olhar de “muda a posição” da menina que estava sendo o ‘barro’. (3 sessão)</p> <p>- Na conversa final elas declararam que gostaram da sessão pelo fato de cada uma perceber e conhecer um corpo além do seu, que cada um tem seu limite e que somos diferentes. (3 sessão)</p> <p>- A percepção do próprio corpo e onde é nítido o acúmulo de estresse muscular, faz-nos realmente pensar como esquecemos do nosso corpo no cotidiano (4 sessão)</p> <p>- Percebi a satisfação das meninas ao fazer. (4 sessão]</p> <p>- Quando eu abordei sobre o toque nas costelas, para contarmos, sentirmos cada uma e abrir espaços e depois compararmos uma costela com a outra, na hora falaram “uma está maior que a outra”. (4 sessão)</p>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>- quando pedi para elas tocarem as pernas e uma menina começou a tocar seu joelho e disse “pessoal, o joelho de vocês também fazem isso?” (mostrando o joelho fazendo uma rotação.) (4 sessão)</li> <li>- A sensação do outro te tocando é totalmente diferente e a percepção do corpo do outro também. (4 sessão)</li> <li>- Ela sentiu um momento de relaxamento, girar e sentir o outro se movimentando em cima fez com que todo o peso muscular que ela tinha fosse embora. (sessão 5)</li> <li>- Exemplificou o exercício de contato de improvisação como outra forma de entender seu próprio corpo no outro. (participante laranja, sessão 6)</li> <li>- Que por incrível que pareça está trabalhando mais a mente que o seu corpo (participante verde, sessão 6)</li> </ul>
<b>EMOÇÕES</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Perguntei se elas conseguiram sentir o que estava escrito, visto que no início elas ficaram sem entender e disseram que seria muito complicado passar aquela sensação para o corpo. Elas falaram que conseguiram sentir sim, mas eu, como estava vendo, sei que elas devem ter sentido o mínimo que esse exercício poderia proporcionar. (sessão 7)</li> <li>- Quando comecei a aumentar a potência percebi que uma participante estava entrando mesmo nas coisas mais profundas, o rosto dessa participante estava ficando vermelho e finalmente começou a cair lágrimas tímidas (sessão 7)</li> <li>- Aumentei e essa participante apresentou uma grande tristeza no quadro da fuga (sessão 7)</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"><li>- Isso mostrou como elas precisavam sentir aquilo, jogar para fora o que estava guardado ou escondido, estavam dando tempo para aquela sensação. (sessão 7)</li><li>- A outra participante quando entrou na tristeza começou a expressar a mesma coisa que a outra participante, houve novamente lágrimas e um olhar vago. (sessão 7)</li><li>- Na mesma hora escuto um grito, mas foi da outra participante quando estava no quadrado da felicidade. (sessão 7)</li><li>- Elas estavam usando mais que 4, a energia do espaço estava mesmo mudada. Cada participante se percebendo e sentindo tudo aquilo. (sessão 7)</li><li>- Expliquei a primeira parte, tudo do mesmo modo da semana passada, apenas as palavras foram modificadas para escuridão, pressão, conquista, controle, insegurança e liberdade. Novamente percebi que na primeira etapa elas não sentiram mesmo o que estavam no quadrado e é a intenção mesmo (sessão 8)</li><li>- Não sei se as meninas se sentiram pressionadas a sentir de uma forma exagera, visto que no início da sessão enquanto estávamos esperando as meninas estávamos conversando sobre a sessão anterior e informamos que houve pessoas que choraram, que sentiu um corpo diferente. (sessão 8)</li><li>- Elas responderam que tinham coisas que elas não queriam sentir e foi muito difícil sentir aquilo que ela não estava querendo no nível 3. (sessão 8)</li></ul>
--	---

	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Que teve algumas sensações que elas recordaram alguns acontecidos na vida delas. (sessão 8)</li> <li>- Uma participante até disse que a psicóloga dela fez uns exercícios de emoções com ela também e ela percebeu, juntamente com o trabalho acompanhado com a psicóloga, o quão importante é passar por todas as emoções e não esconder, que precisamos sentir. (sessão 8)</li> <li>- Outra participante acrescentou que para ela é como sentir o luto, que é algo ruim, mas temos que sentir, esconder sentimentos não fazia nada bem. (sessão 8)</li> <li>- Quando ela informou que o mais difícil foi escuridão, imediatamente as outras participantes concordaram. (sessão 8)</li> <li>- Uma das participantes falou que os sentimentos ruins ainda estavam na sua memória corporal depois do exercício. (sessão 8)</li> <li>- Antes de começarmos, pedi para elas se juntarem e escolherem que tema/história elas queriam contar, e acabou por ser emoções. (sessão 9 e 10)</li> </ul>
<p><b>EXPRESSÃO CORPORAL</b></p>	<p>- Comecei a narrar algumas situações para elas imaginarem e passar para o corpo. Foi a partir disso que percebi alguma mudança corporal, mesmo que mínima. Umas andavam lentamente pela sala, outra fazia gestos ‘estereotipados’ do que era narrado, como por exemplo, ao narrar que vinha uma luz do sol entre as folhas da floresta e iluminando parte do rosto, a participante colocava seu rosto virado para cima e depois passava as mãos no rosto. (1 sessão)</p>

	<ul style="list-style-type: none"><li>- Elas falaram, também, que não sabiam o que fazer com o corpo. (1 sessão)</li> <li>- Percebi que elas ficaram contidas. Mesmo eu falando algumas vezes “relaxa o corpo”, “deixe a respiração guiar o corpo”. O corpo estava muito <u>racional</u>. (2 sessão)</li> <li>- No exercício das bolas, elas ficaram livres, seguiam a melodia da música. (2 sessão)</li> <li>- No instante em que pedi para deixarem as bolas de lado e fazerem movimentos que a bola sugeria, mas sem a bola, <u>ELAS PARARAM</u> (2 sessão)</li> <li>- <u>Elas entenderam a dinâmica e finalmente dançaram sem perceber</u>. A bola tinha passado movimentos leves e contínuos, o corpo havia assimilado, mas o cérebro, a parte racional, não. (2 sessão)</li> <li>- . Na primeira vez, percebi nitidamente a dificuldade de explorar o corpo como um todo, elas estavam apenas fazendo contato “mão com mão” ou além desse contato “pé com pé”.(3 sessão)</li> <li>- Elas estavam pensando tanto que não perceberam que estavam fazendo 3 contatos corporais ao mesmo tempo e poderiam soltar as mãos. (3 sessão)</li> <li>- Depois dessa minha restrição e de ficar falando durante o exercício para explorarem outras partes do corpo, notei uma evolução nessa exploração. (3 sessão)</li> <li>- Elas perceberam a mudança corporal do contato. Notei que isso terá que ser mais desenvolvido. (3 sessão)</li></ul>
--	---

	<ul style="list-style-type: none"><li>- Elas fizeram explorações de níveis e isso já me fez ficar satisfeita. A evolução de segunda foi bem claro. (4 sessão)</li> <li>- Teve um momento que a participante que fez dupla comigo foi para o chão, segui-a e percebi que dava para “rolar” por cima dela. (4 sessão)</li> <li>- . As meninas avançaram e muito, elas estavam explorando os níveis e outras partes do corpo sem ser as mãos naturalmente, eu não precisei mais falar nada nesse quesito durante o exercício. (5 sessão)</li> <li>- Estava nítido que elas estavam trabalhando em equipe, falei apenas uma vez para elas perceberem quando cederem e quando propor um movimento a outra. (5 sessão)</li> <li>- As meninas também perceberam a evolução delas, compararam também como elas estavam fazendo esse exercício pela primeira vez e como estavam agora. (5 sessão)</li> <li>- Além delas, agora, saberem explorar os movimentos corporais em diferentes níveis, também conquistaram a confiança para se entregar. (5 sessão)</li> <li>- O que a mais preocupou e ainda a preocupa é se ela está conseguindo passar para o corpo aquilo que está sentindo. (participante laranja, 6 sessão)</li></ul>
--	--

	<ul style="list-style-type: none"><li>- Mencionou muito na fala dela a dificuldade de usar o próprio corpo como linguagem e exemplificou o exercício de contato de improvisação como outra forma de entender seu próprio corpo no outro. (participante laranja, 6 sessão)</li> <li>- Notei que acabávamos por nos entender através de movimentos, tinha coisas que uma interpretava de um jeito diferente, mas no contexto dava certo. (6 sessão)</li> <li>- . Fiquei contente em ter visto que elas utilizaram movimentos que não eram estereotipados e elas estavam atentas em utilizar todos os níveis. (6 sessão)</li> <li>- . Achei tão importante e gratificante elas mencionarem isso, porque era justamente o propósito que eu tinha em fazer esse exercício, que podemos sim nos comunicar através do corpo. (6 sessão)</li> <li>- Passamos para a segunda etapa e notei que as meninas que tinham alguma trajetória na dança, usaram na primeira etapa movimentos que lembravam o ballet. Via muitos movimentos com pés alongados, a postura alongada, desta forma reforcei a ideia que eram movimentos irracionais, orgânicos. (8 sessão)</li> <li>- Agora era permitido o toque e de alguma forma uma sincronia corporal. Elas ouviram a música, se juntaram e ficaram meio perdidas, mostraram o medo de não saber o que fazer. (sessão 9 e 10)</li> <li>- Aos poucos elas foram improvisando e descobrindo novos movimentos. Quando elas perceberam que o contato de improvisação seria ideal para essa parte, fiquei mesmo satisfeita. (sessão 9 e 10)</li></ul>
--	---

	<ul style="list-style-type: none"><li>- Vi a satisfação nelas ao se movimentar e ao mesmo tempo uma concentração enorme. (sessão 9 e 10)</li><li>- Fiquei pensando como elas evoluíram corporalmente, como antes a maioria não tinha noção do próprio corpo e hoje estava ali, na minha frente, dançando. (sessão 9 e 10)</li><li>- Elas terminaram sorrindo e felizes, falaram que não acreditaram que conseguiram fazer isso. Uma delas falou: “como conseguimos fazer uma coreografia dessas em uma tarde?”. (sessão 9 e 10)</li><li>- Apenas olhar o resultado e perceber como todo o processo foi importante para que elas conseguissem estar naquele momento juntas e se movimentando, fez com que eu percebesse a importância desse projeto.( sessão 9 e 10)</li></ul>
--	---