

TERAPIA E PSICOLÓGICA DA DANÇA

Embora o conceito de cura não seja genuinamente junguiano, Jung tem algo especial a dizer sobre a compreensão aprofundada de terapia e cura. Para o processo psíquico de cura, a relação confiança entre paciente e terapeuta (transferência) é tão fundamental quanto um acontecimento trans-pessoal em que a pessoa neurótica e inibida encontra novamente o contato com suas raízes e vivencia as forças curadoras das imagens arquetípicas. Com o auxílio do terapeuta, de sua intuição e suas interpretações, torna-se possível para o paciente lidar com seus sentimentos amedrontados e complexos traumáticos, revitalizando-os e ordenando sua psicodinâmica. Nesse processo de múltiplos níveis, o terapeuta não deve impor ao paciente suas convicções e seus propósitos de cura, mas sim observar e aceitar as possibilidades que tem o paciente de se desenvolver. No processo de restabelecimento e cura, as imagens arquetípicas e representações mitológicas conseguem colocar “a parte mais interior do ser humano para vibrar”, a fim de integrar as forças curadoras das profundezas da psique. Importante para o processo de totalização psíquica é que as chamadas energias vitais não sejam apenas percebidas e aceitas, mas que conduzam também à transformação fundamental da vida. Quando o paciente, após longo esforço, encontra e reconhece o sentido oculto de um sintoma neurótico, este se torna ultrapassado e sem sentido. Para o processo de restabelecimento, as imagens, os símbolos e as representações míticas também são importantes, pois ligam às profundezas psíquicas e possibilitam, com isso, uma nova orientação.

Assim, com embasamento na teoria junguiana, a dançaterapia define-se como uma terapia que utiliza os movimentos corporais e a dança como um processo de integração psíquica. Busca reverter à situação dicotômica entre mente e corpo, trabalhando a imagem corpórea do indivíduo em sua totalidade, considerando o sentimento como motivador, a mente como organizadora e o corpo como reflexo de diferentes emoções e sensações.

No trabalho de dançaterapia, elementos básicos de dança são utilizados livres de técnicas rígidas e movimentos formatados. A expressão criativa da dança tem efeito terapêutico provocando sensibilização, reações e questionamentos nos praticantes. Em dançaterapia os movimentos autênticos do praticante são a comunicação entre o terapeuta e o paciente. A observação destes movimentos e sua significação são o objeto principal do processo terapêutico.

A dançaterapia não deve ser tratada apenas como uma forma de tratamento para pessoas doentes a ser trabalhada em clínicas psiquiátricas, mas também tem se revelado como uma terapia de prevenção para todas as idades e aplicável em diferentes processos de intervenção, que busca o crescimento pessoal, auto-estima e melhora de qualidade de vida.

Helmut HARK, Léxico dos conceitos junguianos fundamentais, p.42.

Maria FUX, Dançaterapia.

Maria FUX, Dança, experiência de vida.