

ESCOLA DE FORMAÇÃO DE FACILITADORES DE BIODANZA  
ROLANDO TORO DE PELOTAS

A PRÁTICA DA MONITORIA  
E SEUS APORTES PARA A FORMAÇÃO DE FACILITADOR DE  
BIODANZA

Orientador: Cleber Castilhos

Porto Alegre, 14 de setembro de 2012.

**Esta tesis se publica bajo licencia Creative Commons “Reconocimiento-No Comercial-Compartir igual” (Código BY-NC-SA 3.0), permitiéndose su copia y distribución por cualquier medio siempre que mantenga el reconocimiento de sus autores y no haga uso comercial de la obra y “Compartir Igual”, esto es, si usted altera, transforma, o crea sobre esta obra, sólo podrá distribuir la obra derivada resultante bajo una licencia idéntica a ésta.**

**<http://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/3.0/legalcode>**

## AGRADECIMENTO

A minha Escola de Formação Rolando Toro de Pelotas e seus Didatas e a todos do grupo de formação. Aos Facilitadores Cleber Castilhos, Myrthes Gonzalez, Gaston Andino, André Simoni, Jorge Santos e Lilian Rocha. A RINACI e a todos os amigos que fizeram parte desta grande rede de aprendizado e conhecimento.

EU SOU A ALEGRIA DA PRESENÇA DO AMOR!



## ÍNDICE

### Introdução

Parte I – Introdução Metodológica----- pág. 4 a 8

Parte II- Do começo à Formação-----pág. 9 a 11

Parte III – Prática da Monitoria-----pág.11 a 20

Parte IV – Monitoria em Grupos Infantis e Juvenis Especiais-----pág 20 a 30

Parte V- Prática da Monitoria em Grupo de Adultos----- pág.31 a 45

### Conclusão

### Anexos

## PARTE I – INTRODUÇÃO E METODOLOGIA

A seguir, na parte I desse trabalho, são apresentadas a Introdução, abordando a temática Biodanza e a apresentação do que é tratado nesse trabalho, seus objetivos e a Metodologia utilizada no Sistema Biodanza.

### **1 Introdução**

O presente trabalho é fruto de minha experiência em Monitoria em Biodanza e tem como proposta a compreensão do processo de aprendizagem de formação em Biodanza através da prática da monitoria em grupos regulares, bem como de contribuir para futuros colegas que vierem a desempenhar essa função junto aos grupos e facilitadores.

Pretendendo mostrar a importância da monitoria como atividade fundamental para o entendimento e aprimoramento profissional em Biodanza, bem como todos os aportes que essa prática acarreta e sua contribuição para a formação de Curso.

#### **1.1 Objetivos**

Este trabalho busca alcançar os seguintes objetivos:

- 1.1.1** Entendimento da metodologia Biodanza pelo ponto de vista do Monitor que observa e atua sendo parte integrante do processo de desenvolvimento relacional de grupo.
- 1.1.2** Também se constitui objetivo deste trabalho cumprir o critério de Monografia para a conclusão do Curso de Facilitador de Biodanza

#### **1.2 Metodologia do Sistema Biodanza**

Para que se possa compreender melhor a Metodologia do Sistema Biodanza, faz-se necessário que se conheça as definições de alguns termos comumente utilizados.

##### **1.2.1 Definição de Biodanza**

Biodanza é um sistema criado por Rolando Toro Araneda, educador, antropólogo e psicólogo chileno, que tem como proposta uma reintegração e redescoberta da essência do ser e sua atuação no mundo e com o mundo, a partir de vivências que proporcionam o desenvolvimento da integração de grupo, bem como o despertar das potencialidades do ser.

O Sistema Biodanza compreende o ser em sua totalidade, utilizando a música como ferramenta para expressão do movimento, com propósito de estabelecer integração afetiva, renovação orgânica e reaprendizagem das funções originárias da vida.

O modelo teórico da Biodanza surgiu devido às experiências clínicas de Rolando Toro com pacientes psiquiátricos, onde a dança era usada como estímulo corporal, de encontro e das emoções. O modelo teórico esclarece que existem dois princípios básicos da vida: identidade e regressão. Ou seja, através de exercícios estimulados pela música e pela dança, Rolando Toro percebeu a ocorrência de respostas “neurovegetativas” a cada ritmo apresentado, uns que conduziam a respostas parassimpático colinérgica, denominados exercícios de regressão e outros ritmos que estimulavam a identidade e induziam respostas simpático adrenérgicas, denominados exercícios euforizantes. Sendo assim a identidade e regressão foi o primeiro eixo encontrado para representar o modelo teórico de Biodanza.

São 40 anos de evolução de um modelo teórico que vem sendo modificado de acordo com a nova realidade das relações, no entanto, ainda assim sua estrutura original é conservada.

### **1.3 A dança**

A dança é considerada um dos principais e mais antigos meios de expressão do ser humano, não só de idéias, mas de sentimentos, inerentes à vivência humana, o movimento da terra não deixa de ser uma dança, o movimento das folhas nas árvores impulsionadas pelo vento, o movimento das asas de um pássaro. A dança, em biodanza, ultrapassa o aspecto estético, é vista como um meio de expressão baseada na vivência, possibilitando que todo o organismo se transforme em dança, em um movimento orgânico. Para tanto, a música utilizada é selecionada a partir de um conhecimento semântico musical de forma que as músicas vivenciadas possam ter “potências deflagradoras”, estimulando as emoções necessárias e não dissociadas.

## 1.4 Vivências

Vivências são propostas de encontro tanto intrapessoal quanto interpessoal, são convites ao reconhecimento do indivíduo diante de si e de suas potencialidades genéticas em desenvolvimento e de reconhecimento do outro enquanto seres da mesma espécie.

Na estrutura do modelo teórico da Biodanza são relacionadas cinco linhas de vivências que também podem ser compreendidas como expressões do ser.

### 1.4.1 Linhas de vivência

Os ecofatores são importantes implicadores no desenvolvimento das linhas de vivência, através dos impulsos de origem genética são organizadas as funções orgânicas, que atuam no desempenho e decisões em relação ao meio.

As vivências equivalem a cinco canais de circulação dos potenciais humanos, sendo que, cada pessoa expressa ou inibe os seus potenciais vivenciais de acordo como age e interage no mundo.

As linhas de vivências se relacionam entre si e formam conexões:

vitalidade ↔ transcendência ↔ sexualidade ↔ criatividade ↔ afetividade

**Linha da Vitalidade** – instinto de conservação, homeostase e regulação intra orgânica. *Manifesta-se no humor endógeno.*

**Linha da Sexualidade** – instinto sexual, reprodução e fluxo genético. *Desejo e prazer*

**Linha da Criatividade** - impulso de estabelecer novas relações com o mundo. *Expressividade e exaltação criativa.*

**Linha da Afetividade** – fundo biológico de coesão à espécie. *Amor, amizade, altruísmo e compaixão.*

**Linha da Transcendência**- vinculação com a totalidade cósmica. *Expansão da consciência ;êxtase e consciência ética.*

Segundo Rolando Toro as linhas de vivências estão relacionadas com os instintos e as emoções.

A proposta das vivências é de integração através de estímulos e ecofatores positivos.

O objetivo da Biodanza é de integração dessas linhas de vivência promovendo a transtase (salto na relação com o mundo) e homeostase (processo de crescimento).

As dificuldades do indivíduo podem ser vistas sob outro prisma quando o indivíduo as reconhece em diversos exercícios de vivência propostos em Biodanza, os mesmos têm em seu processo acesso a diversos estágios de consciência.

É importante considerar que o ser é uma somatória de seu potencial genético mais o potencial do meio (ecofatores). O meio pode influenciar de forma direta ou indireta na expressão dos potenciais genéticos.

#### **1.4.2 Inconsciente vital e Princípio Biocêntrico**

O psiquismo das células é colocado por Rolando Toro a partir do conceito de inconsciente vital.

O movimento ou organização celular acontece de forma autônoma e com o propósito de preservação da vida. Sendo que é nesse movimento celular que se estabelecem as manifestações de humor e seus estados no comportamento humano.

Existem ainda outros níveis de inconsciente: o “pessoal” (elaborado por Sigmund Freud) e o “coletivo” (elaborado por Carl Gustav Jung). No “pessoal” está a memória dos fatos da vida ou as protovivências e sua interação com os ecofatores de repressão ou liberação. No “coletivo” está a memória da espécie. É possível, em síntese, colocar que, o inconsciente pessoal é memória pessoal, e o “coletivo” a memória da espécie, o “vital” a memória das células.

Rolando Toro destaca ainda o inconsciente numinoso que consiste na capacidade profunda do ser humano na criação como, por exemplo, os artista e humanistas e em pessoas comuns que possuem a capacidade de amar, o amor que cria, ilumina, transforma, cuida preserva.

Biodanza trabalha com o inconsciente vital através das vivências, com a proposta de reorganização celular e melhoramento da sintonia do ser com a vitalidade do sistema universal.

A vida se organiza em sistemas de espécie, porém todos fazem parte de uma totalidade vital. O próprio planeta em que habitamos é um organismo vivo de acordo com a concepção biocêntrica.

As espécies, organizadas em sistemas, devem ter como objetivo a continuação da vida e exercer movimentos de colaboração e cooperação para que a vida se mantenha em sua totalidade.

O Princípio Biocêntrico é centrado na conservação da vida, o homem não é o centro e sim faz parte de um todo orgânico que necessita de preservação, pois sem isso a vida se extingue inclusive a humana. É necessário desenvolver a compreensão de que todos são coparticipantes para a permanência da sacralidade da vida.

## **PARTE II - DO COMEÇO À FORMAÇÃO**

Antes de conhecer a Biodanza eu estava em busca de uma identidade profissional, tive muitas experiências em grupo de canto e coral e começava a estudar para prestar vestibular para Pedagogia.

Comecei a frequentar a Biodanza em 1998. E foi nesse momento que a Biodanza contribuiu com uma nova e motivadora visão de vida, levando-me a escolhas existenciais que hoje são fundamentais em minha identidade.

Posso dizer que durante esses anos de meu desenvolvimento, caminhei de mãos dadas com a Biodanza, ou melhor, de mãos dadas com a experiência de estar em grupo e junto a isso superar limitações, determinar metas e vivenciar minhas experiências de forma mais atuante.

Atualmente sou funcionária pública e exerço minhas atividades profissionais na Empresa Brasileira de Correios e Telégrafos, concluí minha graduação em Pedagogia na Universidade La Salle apresentando o trabalho “Razões de motivação e desmotivação dos trabalhadores de base dos Correios à continuação dos estudos”. Como facilitadora licenciada trabalho com Biodanza para crianças de 4 a 5 anos pela ONG RINACI (Rede de Integração e Cidadania), na Instituição Girassol no Bairro Rubem Berta de Porto Alegre- RS.

Iniciei minha formação em Biodanza em 2007 na Escola de Formação de Biodanza Rolando Toro de Pelotas e a prática de monitoria logo em seguida, porém todos esses movimentos tiveram origem em 1998 e acredito que são resultados de um contato e uma caminhada em Biodanza, ou melhor, o que esse contato me proporcionou: a descoberta da possibilidade de protagonizar minha própria história.

Grupos que participei como integrante:

- ✓ Facilitadora Rosa Maria Sá Britto Vieira - grupo quinzenal, durante o primeiro semestre de 1998.
- ✓ Facilitador João Dutra: grupo semanal, do segundo semestre de 1998 a 2002.
- ✓ Facilitadora Myrthes Gonzalez: grupo semanal, de 2003 a 2006.
- ✓ Formação Escola de Biodanza Rolando Toro de Pelotas: 2007 a 2010

Antes de conhecer a Biodanza eu estava em busca de uma identidade profissional, tive muitas experiências em grupo de canto e coral e começava a estudar para prestar vestibular para Pedagogia.

Comecei a frequentar a Biodanza em 1998. E foi nesse momento que a Biodanza contribuiu com uma nova e motivadora visão de vida, levando-me a escolhas existenciais que hoje são fundamentais em minha identidade. Posso dizer que durante esses anos de meu desenvolvimento, caminhei de mãos dadas com a Biodanza, ou melhor, de mãos dadas com a experiência de estar em grupo e junto a isso superar limitações, determinar metas e vivenciar minhas experiências de forma mais atuante.

Atualmente sou funcionária pública e exerço minhas atividades profissionais na Empresa Brasileira de Correios e Telégrafos, concluí minha graduação em Pedagogia na Universidade La Salle apresentando o trabalho ‘Razões de motivação e desmotivação dos trabalhadores de base dos Correios à continuação dos estudos’. Como facilitadora licenciada trabalho com Biodanza para crianças de 4 a 5 anos pela ONG RINACI (Rede de Integração e Cidadania), na Instituição Girassol no Bairro Rubem Berta de Porto Alegre- RS.

**2.1 Prática de Monitoria:** iniciei monitoria no segundo ano de formação na área “Biodanza para crianças adolescentes e jovens especiais” de 2008 a 2010.

Durante o ano de 2011 exerci essa prática em grupo regular de adultos no grupo do facilitador Cleber Castilhos

Iniciar a trajetória em Biodanza é iniciar um despertar, é o reconectar com valores de vida, é ampliar nossos contatos sociais, modificar nossas condutas naturalmente, é respeitar a fala e o silêncio, as lágrimas de alegria e de tristeza, respeitar acima de tudo os nossos próprios ritmos de vida e o do outro. Biodanza traz a possibilidade de modificar o que já não serve mais e conservar o que é essencial. Poder viver a identidade e adaptar-se ao meio, colaborando, trocando e buscando harmonia, cooperando, somando, criando e expressando no mundo as potencialidades do nosso ser.

## **2.2 Biodanza e Ação Social**

Iniciei minha participação como integrante na ONG RINACI de 2008 até tempos atuais, através dela foi possível exercer algumas de minhas práticas de monitoria em Biodanza, bem como meu trabalho como facilitadora de Biodanza licenciada.

O exercício de minha monitoria foi em sua maior parte na área de Educação Social, durante um longo período e até os dias atuais exerço atividades de Biodanza nesta área.

Ser participante de Biodanza significa estar em contato com oportunidades de mudanças, estar em contato com profundos valores de vida e principalmente despertar os potenciais de afeto, solidariedade e também de indignação frente a tudo que agride o saudável. Partindo desse entendimento, realizar Biodanza em meios socialmente adoecidos, onde a escassez de recursos humanos é constante, é oferecer a oportunidade de modificar essa realidade através do fortalecimento da identidade individual, grupal e comunitária.

### PARTE III – DA PRÁTICA DA MONITORIA

Para que se entenda como se deu a prática da Monitoria, é elucidado o seu conceito que será apresentado a seguir.

Monitoria pode ser considerada uma metodologia de aprendizagem, possibilita uma maior qualificação do que foi aprendido, partindo-se do pressuposto que a monitoria refere-se à prática da teoria.

A monitoria acadêmica foi instituída no Brasil em 28 de novembro de 1968 pela Lei Federal nº 5.540, artigo 41.

No meio acadêmico a monitoria é vista, principalmente para quem as exerce na área científica, como uma fase de maturidade profissional.

A Universidade oferece monitoria aos seus educandos com o objetivo de oferecer um espaço para que suas teorias aprendidas sejam colocadas em prática e para que, a partir do momento em que o educando interage com a prática de sua área de estudo, possa desta forma esclarecer as dúvidas a respeito de como é o exercício da profissão.

Entendendo desta maneira, é possível dizer que o “monitor acadêmico” é um estudante com conhecimento um pouco mais avançado que irá auxiliar os demais estudantes, contribuindo em sua aprendizagem e orientação. Em algumas Universidades existe uma seleção para a escolha do monitor, pois ele precisa corresponder a alguns critérios de conhecimento. Pode ser vista como uma possibilidade de aproximação do estudante com a sua profissão.

Em Biodanza a prática da monitoria é opcional, a motivação para o exercício desta atividade parte dos facilitadores, através de convites ou informações de locais que estão abertos à prática. Em Biodanza não são estabelecidos critérios obrigatórios para a prática, porém quanto mais avançado estivermos no conhecimento em relação aos aspectos metodológicos, mais contribuição a Monitoria poderá trazer ao aprendizado da profissão.

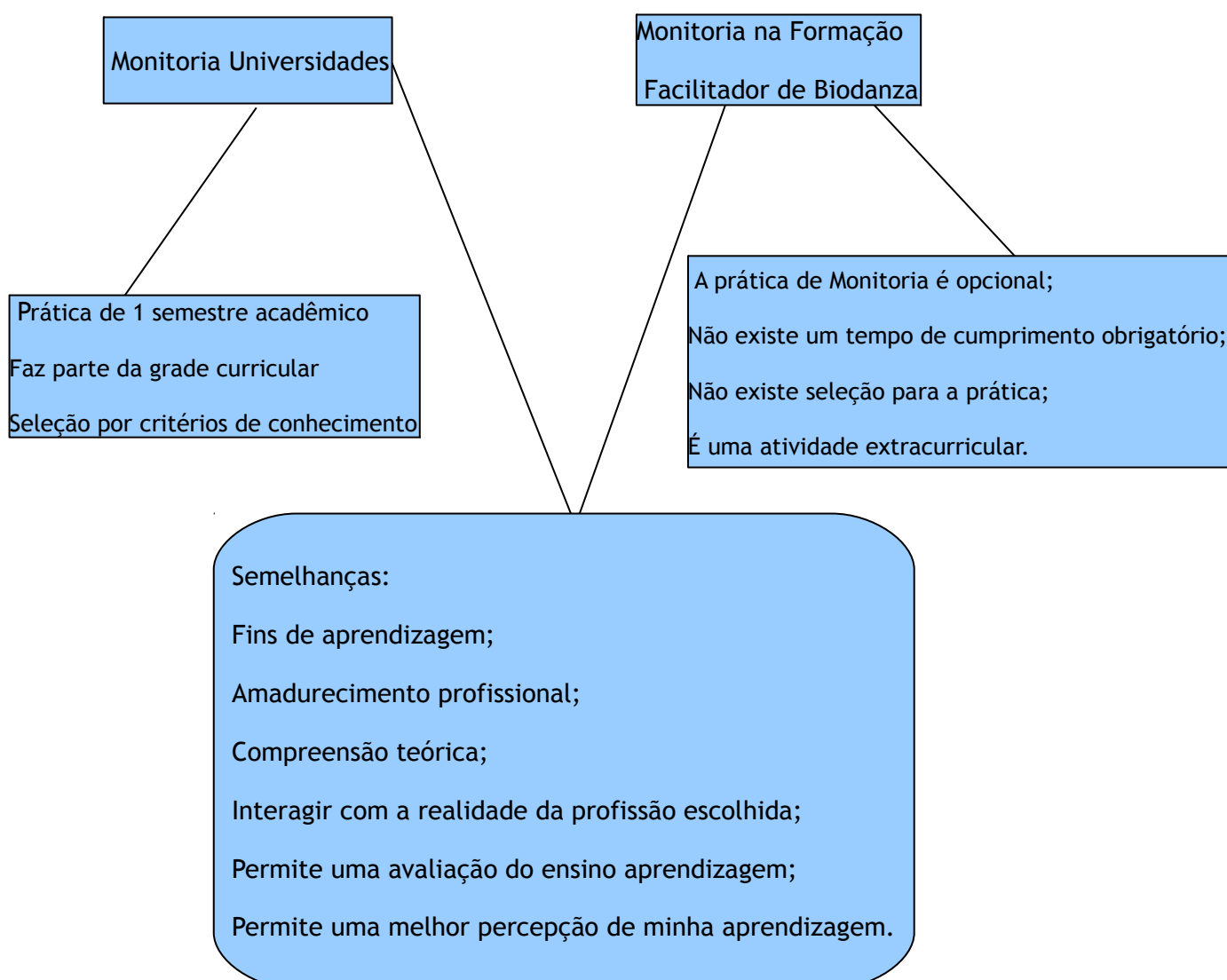
Na minha escola de formação a prática da monitoria foi incentivada, no meu caso, a partir do 2º ano de estudo metodológico. Não houve necessidade de passar por processo de seleção tal qual acontece em algumas Universidades, a escolha por fazer monitoria foi livre

e de acordo com as condições de tempo de cada estudante e sua própria motivação para a realização da prática.

## Monitoria

A seguir, apresenta-se um quadro-resumo das diferenças e semelhanças de Monitoria em Universidade e em Formação Biodanza.

### Diferenças e semelhanças da prática de monitoria em Universidade e em Formação de Biodanza:



### **Monitoria: motivações para a prática**

O Curso de Formação em Biodanza tem uma duração de três anos de estudos, além dos estágios supervisionados e monografia, sendo a monitoria oferecida como uma prática opcional de aprendizagem durante o curso.

Minha motivação para a prática de monitoria começou logo nos primeiros meses de curso, através do convite da diretora da Escola de Formação Myrthes Gonzales para participar com monitoria do projeto RINACI, que consistia em oferecer Biodanza a instituições de apoio educacional. A RINACI é uma ONG criada por um grupo de facilitadores com o objetivo de levar Biodanza a populações carentes em Escolas comunitárias ou Instituições de apoio educacional.

A outra possibilidade era de participar com monitoria no projeto da FRATER, casa localizada em Porto Alegre, que visa proporcionar atividades que beneficiem os processos de integração do ser, e dentre estas atividades oferecidas está Biodanza. A tarefa consistia em oferecer Biodanza para um grupo de crianças especiais. Fui cativada por estes dois trabalhos porque vinham ao encontro de minha formação pedagógica, ou seja, iriam acrescentar muito para essa experiência, e também fui tocada pelos objetivos, anteriormente descritos, dessas duas Instituições (RINACI E FRATER). Portanto, o fato de poder contribuir, participar, estar novamente em contato com minha formação pedagógica e de aprender mais sobre Biodanza e minha identificação com as propostas do trabalho, foram os fatores iniciais motivadores. Entretanto, vale ressaltar que naquele momento tinha um tempo livre, ou seja, estava em licença da empresa onde trabalho (já que as atividades eram exercidas durante os turnos manhã e tarde). Foi o que possibilitou realmente o meu começo em monitoria.

Fatores motivadores para a prática da monitoria

- ✎ Identificação ideológica ou de contexto (grupo, lugar, temática, proposta...) em que realizará a monitoria;
- ✎ Acreditar em sua própria capacidade de contribuição;
- ✎ Abertura e receptividade das partes envolvidas no processo.
- ✎ Disponibilidade de tempo.

E dessa forma iniciei a monitoria para um grupo de crianças de 9 a 12 anos na Instituição CEDEL (Centro Diaconal Evangélico Luterano), Instituição localizada em Porto

Alegre, mantida pela Igreja Luterana, que abriga crianças e adolescente em risco de vulnerabilidade social. A Instituição CEDEL solicitou trabalhos de Biodanza formando uma parceria com a RINACI. Nessa Instituição iniciei como Monitora com os facilitadores Gaston Andino e Myrthes Gonzalez e, posteriormente, com o colega de Escola Licenciado Morone, durante um período de 6 meses. Posteriormente, ainda dentro do mesmo Projeto, fiz monitoria para o facilitador Jorge Santos, em um grupo de jovens especiais da APAE, em um período de 4 meses. E logo após, dentro do projeto da FRATER, exerci monitoria para o facilitador André Simoni para um grupo de crianças especiais, durante um período de 3 meses. Portanto, vivenciei o meu segundo ano de escola como aluna de formação e como monitora de grupos infanto- juvenis. Foi uma experiência importante do qual irei relatar durante esse trabalho.

A partir do momento em que concluí as metodologias de formação na Escola, decidi que era importante ter experiência com grupo de adultos, foi quando procurei o facilitador Cleber Castilhos, oferecendo-me como monitora. Sendo aceita, exerci monitoria durante oito meses em um grupo de adultos e foi uma experiência de grande contribuição para minha aprendizagem, a qual também será relatada nesse trabalho.

Nesses contatos no exercício de monitoria, tive a possibilidade de vivenciar trabalhos com grupos infantis e de adultos e perceber as diferenças de condução e de identidade que cada facilitador coloca em seu trabalho, bem como entender sobre a importância da relação estabelecida entre monitor e facilitador, monitor e grupo.

### **RINACI, FRATER e CEDEL: Locais facilitadores de aprendizagem e formação**

Nem sempre uma formação acontece em espaços “fechados”, no caso da formação em Biodanza, especificamente na minha experiência, este aprendizado de formação expandiu-se para locais e grupos que nem mesmo imaginaria pertencer, mas dos quais até hoje, após a monitoria, em dois desses locais eu realmente sinto-me pertencente, principalmente por acreditar em seus propósitos e objetivos. A monitoria proporcionou-me com esta ação, ir além dos próprios muros de meu bairro e da minha comunidade, fazendo-me perceber que ao formar laços e parcerias a aprendizagem pode ser ainda mais enriquecedora.

### **Afinal o que é monitoria em Biodanza?**

Acredito que a monitoria em Biodanza é composta de diversas fases de ação e aprendizagem e que essas fases acompanham o próprio desenvolvimento do conhecimento do aluno na Escola de Formação. Ou seja, conforme os estudos avançam em metodologia na Escola, maior fica a possibilidade de observação do método na monitoria.

Iniciei monitoria com alguns questionamentos presentes: o que devo fazer? Qual minha função nesse grupo? De que forma devo auxiliar o facilitador? Esses eram questionamentos iniciais, mas a pergunta inicial que realmente queria esclarecer era: afinal o que é monitoria, ou melhor, o que é monitoria em biodanza?

Como venho de uma formação pedagógica, o conceito inicial de monitor seria o de encarregado de preservar e manter a ordem e assim contribuir para que as aulas possam continuar sem interrupções.

Quem não se lembra daquele professor que ficava nos corredores da Escola orientando os alunos a retornarem para as salas? Esse é o monitor escolar.

Temos ainda dois significados da palavra: 'estudante mais adiantado, encarregado de ensinar os outros ou auxiliar de instrução encarregado de fazer cumprir o estatuto e as normas da escola. (Rios, Dermival Ribeiro, 1942. Dicionário Global da Língua Portuguesa. São Paulo. 2001).

No entanto, em Biodanza, Monitor é um aprendiz, sendo assim, é possível dizer que o Monitor de Biodanza não fica fora da sala, ele permanece o tempo todo dentro do processo em aula, participa, interage é um participante que aprende. A monitoria em Biodanza é um benefício para o aluno em formação, pois possibilita ver a metodologia aprendida durante o curso, em movimento real.

### **As diversas fases da monitoria**

Disponibilizar-se para a monitoria é disponibilizar-se não só para o facilitador mas também para o grupo, e o processo de aprendizagem do aluno monitor passa por diversas fases e junto com elas muitos questionamentos.

É fato que exercer monitoria para um grupo regular infantil é completamente diferente do que exercer em um grupo regular de adultos.

### **A fase da escolha**

Essa fase antecede a monitoria como um exercício de identificação do próprio trabalho. A escolha por exercer monitoria em um determinado grupo e com determinados facilitadores é semelhante a um processo de identidade profissional própria. Ao escolher seguir este ou aquele trabalho estou escolhendo o profissional que eu acredito poder ser ou a atuação profissional que eu gostaria de ter futuramente. É como quando na faculdade escolhemos determinados teóricos por acreditarmos em seus valores ou ideias e neles firmamos nossos argumentos para a prática.

### **A fase de adaptação**

É importante para o aluno monitor ter a percepção de sua própria adaptação no trabalho, isso significa perceber o quanto de sintonia está com o facilitador, o grupo, o local onde esse trabalho está inserido.

Lembrando que a monitoria em Biodanza frequentemente acontece fora do ambiente de formação, hoje na minha Escola de Formação é possível realizar monitoria dentro da própria Escola, porém acontece de surgirem oportunidades, como no meu caso, de exercê-la em outros locais ou Instituições. Nesse sentido a monitoria pode ser comparada com o estágio que realizamos durante um curso de graduação acadêmica. É uma aprendizagem que será exercida à parte e acredito que esse fato beneficia muito, pois possibilita o contato com outros profissionais e outros pontos de vista.

A fase de adaptação fica enriquecida quanto maior for a abertura do monitor para interagir no trabalho e com as pessoas que dele fazem parte.

O que facilita a adaptação é a procura por facilitadores com quem já tenhamos um vínculo ou uma identificação profissional.

### **A fase da curiosidade profissional**

Entendendo curiosidade como desejo de saber, digo que se colocar na posição de curioso ajuda muito na monitoria. Ter interesse pelo que se passa, por como é feito e o porquê é feito, sentir-se aguçado de curiosidade sobre o trabalho que está acontecendo é fator motivador.

A fase da curiosidade na monitoria facilita o crescimento profissional, pois é a partir dela que surgem os questionamentos e também se esclarecem as dúvidas a respeito da metodologia ou mesmo da profissão.

### **A fase dos questionamentos**

Talvez o que mais perdure na monitoria são os questionamentos e com eles os esclarecimentos, tive a felicidade de estar aprendendo com facilitadores dispostos a ensinar. Talvez para o facilitador o auxílio de um monitor pode significar exercitar o ato de ensinar.

No meu caso fazer monitoria levou-me a um processo de constatação da prática, mas, além disso, também a um processo de sapiência. O saber sobre a aplicação prática metodológica, ou melhor, dizendo a constatação de como é a prática do que aprendo na Escola.

No caso do Sistema Biodanza, como é a curva? Como conduzir o grupo? Que exercícios escolher e por quê? Quais as músicas mais eficazes? O que é ser facilitador?

Na Faculdade, o processo de questionamento para fins de aprendizagem e constatação é realizado através da *metodologia científica de pesquisa*, passando antes por um período investigativo para obtenção de resultados. A proposta de monitoria na Formação em Biodanza leva a um processo de aprendizagem investigativa, no entanto é realizado durante a vivência da prática em si, ou seja, não só a observação, mas principalmente a prática desperta o questionamento, e esse diferencial nos leva a entender que a monitoria pode ser uma metodologia eficaz de aprendizagem para a formação em Biodanza, pois a constante interação entre observação e prática leva a questionamentos que são sanados mediante a constatação de resultados.

A monitoria em Biodanza pode ser um método de aprendizagem que proporciona o conhecimento dos pormenores da tarefa de facilitação de grupos, de forma investigativa e participativa ocorrendo simultaneamente.

### **A fase participativa**

Ao contrário do que comumente é pensado, o monitor também é um integrante no trabalho ou do grupo que está em participação constante. A participação pode ser observatória ou mesmo interventiva, contudo é importante compreender que ao escolher fazer monitoria em um grupo de Biodanza é preciso estar disposto à participação. Em monitoria aprendemos não apenas quando observamos, mas também enquanto participamos nas vivências. É possível dizer que a vivência do monitor (a) no grupo também é de cuidador (a), de ouvinte, demonstrador (a), relator (a), enfim o que o momento necessitar.

O monitor contribui com sua participação estando integrado ao grupo e à proposta do trabalho. Sendo assim, acredito que como monitores, exercitamos ou desenvolvemos a nossa capacidade de integração, ou mais claramente exercitamos as nossas relações interpessoais, (considero essa capacidade de bem relacionar-se uma das condições fundamentais para ser um facilitador de Biodanza).

Ressalto que todas essas fases se intercalam no decorrer da monitoria e fazem parte de um processo muito importante de aprendizagem que é o da constatação de como é o trabalho em Biodanza e assim influenciando na decisão sobre ser ou não Facilitador de Biodanza.

O papel do monitor em muitos momentos é o de estar em sintonia com os objetivos do Facilitador e do grupo, em sintonia com seus propósitos e compreender que os questionamentos e as dúvidas em relação a seu papel são respondidos conforme existe a permissão própria de experienciar ou vivenciar com o grupo e saber que todas as fases relatadas anteriormente são de aprendizagem.

### **Opções de monitoria**

Em Biodanza, como em muitas formações acadêmicas em especial na formação Pedagógica, é possível exercer monitoria em diversos grupos: infantis, grupo de especiais, idosos, adolescentes e adultos. Volto a ressaltar que a opção “certa” é aquela que está conectada com nosso coração, onde possamos sentir afinidades, nos compreender pertencentes ou onde sentimos ter uma maior possibilidade de contribuição, por que monitorar, assim como facilitar ou educar é contribuir e também receber contribuições e essas podem ser das mais variadas formas, seja em afetos, conhecimentos, ideias, contatos, descobertas. É uma ação que leva a uma constante possibilidade de troca e, acredito que

exatamente essa troca estimula o amadurecimento não só no sentido de formar para a profissão, mas como formadora do indivíduo para a vida.

Entendo que a monitoria começa bem antes da recepção ou participação no grupo, começa na própria motivação e disposição para essa tarefa, apesar de em sua essência ser uma ferramenta de aprendizagem, a monitoria é um indicador de como “eu” aprendiz direcionarei meu trabalho, é um exercício preparador na profissionalização.

A monitoria abre uma porta e ao se entrar por esta porta tem-se a possibilidade de compreender que a teoria na prática é uma nova etapa de conhecimento. Ao entrar por esta porta eu tenho possibilidades de conviver e vincular com o grupo, reciclagem de conhecimento e o comparativo de uma teoria anteriormente aprendida.

#### **PARTE IV - MONITORIA EM GRUPOS INFANTIS e JUVENIS ESPECIAIS**

“As crianças possuem uma natureza singular, que as caracteriza como seres que sentem e pensam o mundo de um jeito muito próprio. E isto através das interações que estabelecem desde cedo com as pessoas que lhe são próximas e com o meio que as circunda, as crianças revelam seu esforço para compreender o mundo em que vivem as relações contraditórias que presenciam, por meio das brincadeiras, explicitam as condições de vida a que estão submetidas e seus anseios e desejos.” ( BRASIL. Ministério da Educação. Secretaria de educação fundamental. Referencial Curricular Nacional para a Educação Infantil. Brasília: MEC/SEF. 1998. p.21-63. )

#### **Grupos Infantis**

Quando ingressamos em um grupo infantil o que vemos são crianças que em grande maioria expressam pela fala, pelos gestos e, principalmente repetições de gestos dos adultos, os acontecimentos de seu mundo. Ao mesmo tempo, a criança inova e tudo que ela observa pode também ser novo.

Se formos ver a situação da criança ao longo da história, compreenderemos que sofreram grandes transformações para ocuparem o espaço que ocupam hoje na sociedade.

Segundo Neto e Silva (2007), no século XV a criança era vista como um adulto em miniatura, não tinha representação significativa na família e nem participação na sociedade.

Apenas no final da Idade Média a criança passa a ser vista de outra forma, já não mais como adulto em miniatura, começam a surgir os primeiros conceitos de criança inocente e divertida, surgindo também a necessidade de inclusão e representação significativa na família e na sociedade.

Com a nova estrutura econômica e familiar, o conceito de uma preparação para o convívio social tornou-se ponto de referência no que se refere a criança, somado a isso surge a ideia de educação e a busca de um lugar na sociedade e de um significado para a infância.

Após uma longa trajetória de resignificação, a criança nos dias de hoje está inserida na sociedade através de um processo educacional e é considerada produtora e reprodutora das influências culturais de sua época e possui direitos amparados por estatutos e leis educacionais, o desenvolvimento de sua aprendizagem é constantemente estudado.

Segundo a LDB-Lei 9.394/96

Art. 29- A educação infantil, primeira etapa da educação básica, tem como finalidade o desenvolvimento integral da criança até seis anos de idade, em seus aspectos físico, psicológico, intelectual e social, complementando a ação da família e da comunidade.

As crianças são sujeitos construtores de uma cultura própria na medida em que recriam e resignificam as ações dos adultos.

Minha experiência como Monitora de Biodanza em grupo infantil foi realizada através da parceria RINACI na Instituição CEDEL, localizada em Porto Alegre-RS, voltada para o objetivo de resiliência de forma que foco nesta área as considerações e elucidações de Monitoria em grupos Infantis.

Trabalhar com crianças em vulnerabilidade social é um desafio. Em grande maioria encontraremos crianças com vitalidade comprometida devido a diversos obstáculos que estas crianças vivenciam em seu meio, algumas convivem em ambientes familiares conturbados devido a escassez de cuidados que vão desde a higiene básica até a falta de proventos e moradia digna, muitas vivenciam total abandono afetivo. Estas crianças conhecem cedo demais o trabalho, as drogas, a violência, antes mesmo de entenderem que existem outras opções de vida. É difícil interferir em suas histórias de vida fora da Instituição, mas podemos, enquanto cuidadores, e em parceria com a Instituição, oferecer meios para que conheçam o afeto, e para que possam vivenciar sua infância.

Nosso trabalho em Biodanza é como quem planta sementes sem que os resultados sejam vistos de imediato, mas eles virão com certeza com o decorrer do tempo e dos anos, os resultados aparecem na medida em que há o fortalecimento da identidade, o apoio, o colo, o olhar, a escuta. E quando estamos querendo desistir, percebemos o sorriso no rosto de uma criança que não sorria e isto nos anima e faz acreditar que é possível atenuar suas dores e ver a semente crescer.

### **História da RINACI**

“A história da RINACI-Rede de Integração e Cidadania - iniciou em meados de 2002 quando um grupo de alunos e a direção da Escola de Formação de Biodanza Rolando Toro de Pelotas desenvolveram oficinas de Biodanza nos II e III Fórum Social Mundial e no I e no II Forumzinho Social Mundial em Porto Alegre-RS.

Em 2002, os mesmos alunos iniciaram atividades de estágio social com os quatro grupos de crianças e adolescentes e com os profissionais do CEDEL-SASE (Centro Diaconal Evangélico Luterano) desenvolvendo atividades de Educação Biocêntrica, utilizando-se principalmente de dinâmicas de vivências proporcionadas pelo Sistema Biodanza. Em 2003 formou-se uma comissão de projetos e iniciou-se a estruturação da Organização não Governamental- RINACI. Neste mesmo ano, este trabalho se consolidou através da oficialização Projeto Integrar em parceria com o CEDEL. O Projeto Integral foi realizado no CEDEL o mesmo tem como objetivo a integração afetivo-motora, fortalecimento da identidade individual e de grupo a partir da realização periódica de sessões de biodanza e atividades baseadas na Educação Biocêntrica.

Em abril de 2004, foi oficialmente fundada RINACI - Rede de Integração e Cidadania, com um quadro de 33 associados fundadores. Hoje conta com uma rede de 66 sócios contribuintes no Brasil e exterior, que está em permanente ampliação.

A RINACI é uma Organização da Sociedade Civil de Interesse Público - OSCIP - que tem como missão oferecer, a instituições e indivíduos, meios baseados no Princípio Biocêntrico, que facilitem o desenvolvimento de potenciais de superação de situações de exclusão e resgatem a cidadania e o prazer de viver e, a seus parceiros, proporcionar pesquisa e formação profissional. Esta associação civil sem fins lucrativos tem como valores: o trabalho em equipe e as conquistas em grupo, norteados pela solidariedade, integridade, coerência, comprometimento, respeito à diversidade e amorosidade. Seu objetivo é a prática de ações biocêntricas em instituições que tenham como público pessoas

que se encontram em algum tipo de situação de exclusão ou desrespeitadas em seus direitos humanos, de forma a construir uma rede de apoio ao resgate da cidadania através de uma noção, não somente intelectual, mas vivencial, de dignidade. “

CEDEL ( Centro Diaconal Evangélico Luterano)

CEDEL é uma entidade filantrópica voltada ao trabalho sócio-assistencial de crianças e adolescentes de idades de 7 a 16 anos, funciona no turno inverso da Escola, prestando apoio Sócio Educativo.

Particpei com monitoria em biodanza nesta entidade pelo período de 1 ano, inicialmente com a facilitadora Myrthes Gonzalez e posteriormente com o facilitador Gaston Andino.

A minha primeira aprendizagem foi perceber a necessidade de conhecer a história do local e das pessoas com quem estava tendo contato, isso é válido tanto quando estamos em grupo particulares quanto em grupos de entidades sociais.

Na época em que estive no CEDEL, todo o corpo docente também era participante de Biodanza.

Inicialmente o que pode ajudar muito no trabalho de monitoria é buscarmos as seguintes respostas:

Que local é este em que atuo?- [Para uma melhor adaptação](#)

Quais seus meios e seus fins?- [Para eu melhor contribuir](#)

Como é a história deste local?- [Para que eu comece a fazer parte dela](#)

Quantas pessoas pertencem a este local e quais seus papéis nele?- [Para que eu possa melhor me relacionar e saber a quem me dirigir](#)

Qual o meu papel neste local?- [Para que eu entenda quais são minhas reais responsabilidades](#)

Como é a história de vida de meus participantes de grupo?- [Para que eu possa melhor auxiliar.](#)

No meu caso estas perguntas foram respondidas conforme eu interagia com as pessoas do meio, mas isto pode ser construído através de uma ação mais investigativa, é possível elaborar um questionário, diálogo ou debate com os envolvidos no processo.

Ao entrar em uma entidade educacional geralmente contatamos com algumas pessoas anteriormente como: Diretor, Coordenadores, Professores. São contatos anteriores até chegar ao nosso grupo de participantes, neste caso, as crianças.

Considero esse contato anterior bem importante, pois é através dele que podemos ter um entendimento maior de nosso próprio grupo. É comum os professores contarem um pouco mais da história de seus educandos, pois convivem com eles muitas vezes em tempo bem maior do que os pais. E as informações do que acontece com a criança também chega aos educadores através de alguns pais ou familiares.

Em grupo de adultos a história pessoal vai sendo contada pela própria pessoa, mas em grupo infantil essa história vem através de significantes, seja na brincadeira, nos gestos ou nos comportamentos.

Estas foram as questões aprendidas com a monitoria no grupo de crianças as quais considero de extrema importância:

- ✎LIMITE AMOROSO- SABER DIZER SIM E NÃO
- ✎INTEGRAÇÃO COM A EQUIPE ESCOLAR
- ✎CONHECER O CONTEXTO DAS CRIANÇAS
- ✎DAR AFETO
- ✎DAR ATENÇÃO- Escuta
- ✎RESPEITAR O TEMPO DE CADA CRIANÇA
- ✎ESTAR ATENTO AS TEMÁTICAS INFANTIS
- ✎ESTUDAR E PESQUISAR TEÓRICOS DA ÁREA
- ✎LUDICIDADE

Possíveis atividades com crianças (9 a 12anos):

- ✓ Exercícios Biodanza: caminhar, caminhar em par, rodas, roda verbal, expressão gráfica das emoções: pintura, argila, ninho, sincronização com palmas, trenzinho, imitar os bichos, espelho, rolar no chão, roda de nomes, encontros.
- ✓ Aulas temáticas- filmes e desenhos
- ✓ Passeios

### **Relação Facilitadores, Monitor e Professores**

A combinação foi que a professora da turma participasse junto com as crianças nas vivências e atividades. Nesta época a professora da turma era extremamente amorosa, participativa e incentivadora, mas às vezes podemos encontrar alguma resistência em relação aos professores. Neste caso, para que o professor não fique apenas como observador e algumas vezes “repressor” do movimento das crianças é importante colocar que se escolher estar em aula é preciso participar de todas as vivências junto com as crianças.

É importante ser claro aos professores quanto à forma de trabalho, os objetivos e as propostas (um diálogo com o professor da turma pode ajudar a destacar pontos importantes a serem trabalhados com a Biodanza) . É possível também construir um trabalho com propostas que complementam o que o professor vem trabalhando com a turma.

### **Facilitadores e monitor**

As crianças estavam muito adaptadas e vinculadas afetivamente aos facilitadores de biodanza Gaston Andino e Myrthes Gonzalez, pois já era o segundo ano de trabalho deles com as crianças.

Percebia-se que as crianças aguardavam o momento do encontro com a Biodanza e com os facilitadores e que algumas conseguiam estar entregues ao processo, era o momento em que se libertavam da rigidez a que muitas vezes estavam expostas devido a estrutura do sistema educacional. Outras - ainda mais reprimidas, e daí o trabalho da monitoria, que além do facilitador dava suporte e intervenção para trazer as crianças mais afastadas para o convívio com o grupo. Nestes casos, incentivar a participação nas atividades e tentar mostrar que o estar junto é melhor que o isolamento, são ações que se fazem necessárias.

Tive a felicidade de encontrar facilitadores experientes que me colocavam participante do processo tanto em sala quanto fora de sala e sentia nascer uma confiança de que eu saberia como proceder e esclarecer que antes de tudo o mais importante neste meu processo de monitoria era a minha presença..

É preciso estar presente com as crianças, atento, disponível. Este foi um importante aprendizado como monitora, exercitar a presença, participar, interagir encontrar a melhor forma de facilitar o meio para aquelas crianças. Ser Monitor em grupo infantil é exercitar constantemente a criatividade e a afetividade é um aprendizado sobre cuidar e, no caso destas crianças em especial, aprendizado de superar as dificuldades.

Hoje em dia existe um esclarecimento a respeito das diversas violências infantis e as Instituições de uma forma geral têm como responsabilidade estar a par de suas prevenções e devidas punições, é importante para nós, enquanto monitores e facilitadores de Biodanza, atuando em área educacional estar atentos às Leis que regem e defendem a criança, o mais conhecido deles o **Estatuto da criança e do Adolescente**.

Tive a sorte por estar Monitorando pela ONG RINACI de ser beneficiada com cursos dentro destas temáticas entre eles destaco o Curso que realizei no Centro Universitário Metodista IPA (Instituto Porto Alegre da Igreja Metodista) sobre *Estratégias de Enfrentamento da violência doméstica e exploração sexual infantil*, com os professores Fabricio Tavares e Gislaine Pereira, foi de grande valia e ofereceu-me base para o trabalho com estas crianças.

. É importante também que possamos criar um grupo de apoio, seja com o facilitado ou com outros colegas que exercem o mesmo trabalho, assim como termos também um momento de escuta, para nos fortalecer, sem falar na premissa de permanecermos nos trabalhando também em um grupo regular de Biodanza.

Estar exercendo Monitoria em Biodanza é também poder ter acesso a outras áreas ampliando nosso conhecimento. Sugiro para quem exercer monitoria que ouse buscar conhecimento, estude, se interesse pelas temáticas do grupo em que esta participando, isto é de grande ajuda tanto para o trabalho do Facilitador quanto do Monitor, pois assim poderemos contribuir com sugestões e termos base para o trabalho, isto acrescenta muito ao nosso futuro desempenho profissional.

Enfim, trabalhar com crianças especificamente com um histórico de vulnerabilidade social requer persistência, força do amor, busca de soluções, vínculos, consciência de comunidade, aceitação e “protesto”. É um trabalho de cooperação e de fibra.

### **Monitoria em Grupo de Especiais**

Então, antes de tudo você é uma pessoa especial. A vida lhe trouxe a oportunidade de perceber que há várias formas de ser no mundo- de perceber o quanto todos nós somos diferente e iguais ao mesmo tempo. Todas as pessoas quando nascem são muito especiais, singulares. Porém, o mundo trata de padronizá-las. Os portadores de necessidades especiais têm maior dificuldade de se encaixar nestes padrões porque não são exatamente o que a sociedade espera.

No entanto, esta pessoa diferente possuiu vários talentos que podem ser desenvolvidos se acreditarmos que é possível e se aceitarmos que sua expressão não se encaixará em um padrão.

Muitas vezes a vida de um portador de necessidades especiais e de seus familiares vem pontuada de incertezas, medos e angústias que não encontram, facilmente, respaldo na sociedade, que se fecha em preconceitos e ignorância.

Isso pode provocar sentimentos de solidão e acabar transformando a singularidade em algo pesado, com o qual não sabemos como lidar. (...)

Segundo Rolando Toro, criador do Sistema Biodanza, além de nossa capacidade cognitiva e emocional, temos uma capacidade afetiva que é uma inteligência- a inteligência afetiva. O portador de déficit cognitivo pode ter muito desenvolvida sua capacidade de criar vínculos, de perceber e ter empatia pelos sentimentos dos demais- características da inteligência afetiva. A pressão social, que muitas vezes rejeita ou discrimina portadores de necessidades, acaba gerando seqüelas afetivas que, em um primeiro momento, não tem relação com nenhum déficit cognitivo.

Nosso trabalho é preservar e desenvolver as capacidades afetivas, o que implica diretamente em profilaxia na área da saúde mental, em desenvolvimento da auto-estima e da segurança diante da vida. Com auto-estima reforçada e apoio de vínculos afetivos, todo ser

humano é capaz de superar limitações. Isso tem uma importância especial quando se trata de uma pessoa que nasce ou posteriormente desenvolve algum tipo de limitação orgânica, cognitiva, motora ou relacional.\* Texto da Facilitadora Myrthes Gonzalez

Realizei Monitoria em dois grupos de Especiais, um na FRATER com os facilitadores Myrthes Gonzales e André Simoni e outro na APAE, Escola Especial Dr. João Alfredo com o facilitador Jorge Santos por um período de 6 meses.

APAE- Associação de Pais e amigos dos Excepcionais de Porto Alegre/RS, fundada em 1962 com quase 2 mil filiadas.

FRATER- Dirigida por Myrthes Gonzales. Casa existente em Porto Alegre/RS completando 21 anos de serviços em benefícios do bem-estar do ser humano através do desenvolvimento de diversas atividades, entre elas a Biodanza. Local onde me desenvolvo como participante em grupos regulares e espaço de estudo durante a formação na Escola de Biodanza Rolando Toro de Pelotas.

Fui monitora de dois grupos de especiais juvenis durante um período de seis meses nestes dois locais.

O déficit de mobilidade, coordenação motora e fala nas crianças estão fundamentados em diversas causas: lesões neurológicas, neuromusculares e formação congênita, um dos exemplos é a Síndrome de Down que engloba déficit intelectual, baixo tônus muscular e dificuldades na comunicação.

Primeiramente quando entramos em contato com crianças especiais despertamos em nós a capacidade de aceitação. Entendendo que cada passo que o especial dá é um grande passo de superação o que, aliás, não difere em nada de todos nós que a todo o momento estamos dando novos passos em relação ao nosso desenvolvimento e superando nossos próprios limites.

Os jovens especiais que conheci nos grupos de Biodanza que monitorei apresentavam características de amorosidade, às vezes de irritação, curiosidade, alguns mais líderes, outros mais participantes e ativos, outros mais calmos, enfim características encontradas de uma forma geral em todo o jovem da sociedade. Mesmo diante de algumas limitações motoras e da fala, eles buscavam comunicar-se de alguma forma e suas emoções eram bastante expressas.

A palavra espontânea é que mais define um jovem especial a meu ver, pois suas emoções são bastante manifestadas.

Uma das questões sobre trabalhar com grupos de especiais que precisa ficar bastante clara é sobre o diagnóstico. É de extrema importância entender e estudar sobre as síndromes e os déficits.

Quando se está atuando com especiais em uma Instituição como APAE é possível ter acesso através da solicitação ou questionários feitos aos professores e coordenadores. Em grupos de especiais particulares isso pode ser feito através de uma conversa com os pais.

O que mais exercitei em monitoria com especiais foi auxiliar na realização dos movimentos propostos nos exercícios de Biodanza, mas a grande maioria dos especiais dos dois grupos que participei realizavam sem muito auxílio os exercícios de caminhar, caminhar em par e sincronizações. Também era possível fazer roda de embalo e ninho.

As temáticas utilizadas podem ser lúdicas e através da própria ludicidade levar ao conhecimento, como nesse exemplo, de uma das aulas da Facilitadora Myrthes propondo a temática dos animais e seus ambientes: alguns bichos de pelúcia ou de pano foram separados; de um lado animais da água, de fogo, de outro da terra e do ar e assim cada um dos participante do grupo escolhiam o animal e identificavam o ambiente em que viviam, junto a isso mais algumas informações sobre eles como uns tem asas outros não, penas, pelos etc.

Outra atividade que o grupo participou foi da “caixa de surpresa”: são colocados diversos objetos em uma caixa e contamos uma história falando sobre a caixa surpresa, depois mostramos e abrimos a caixa e deixamos que eles escolham à vontade os objetos que preferirem. Depois disso devem dizer por que gostaram do objeto e também é possível incentivar para que eles interajam uns com os outros trocando os objetos, tem como objetivo desenvolvimento da percepção, integração e psicomotricidade.

Segue anexo, no final dessa monografia um ANEXO com a relação de algumas aulas de biodanza que foram observadas.

Fatores importantes para a Monitora em grupos especiais:

- ♣ Persistência;
- ♣ Aceitação;
- ♣ Percepção de limites corporais;
- ♣ Atenção;
- ♣ Estudar sobre os fundamentos das síndromes;
- ♣ Estudar em grupo
- ♣ Conhecer o diagnóstico de cada participante;
- ♣ Ter um bom conhecimento da execução dos exercícios em Biodanza.

Como monitora, pude exercitar a percepção dos limites na execução dos movimentos corporais propostos pelos exercícios de Biodanza. Aprendi a estar mais atenta e a descobrir novas formas de me comunicar.

Minha relação com os facilitadores foi de aprendiz, mas também de contribuinte, sentindo-me vista pelos facilitadores como alguém que acrescenta.

Trago um depoimento do Facilitador André com quem vivi esta experiência juntamente com Myrthes:

Querida Cris,

“É com imensa alegria que acolho a sua monografia e sou eternamente grato pela sua intensa e criativa participação como monitora com os especiais na FRATER onde criou e organizou com maestria, alegria e pedagogicamente elaborado a nossa caixa do tesouro e as gravuras (40 figuras) que foram ricamente pensados e elaborados por ti minha pupila amada muito obrigado por toda a colaboração, apoio, estímulo e deliciosos momentos hilariantes e de profundo estudo da psique, dos transtornos e das síndromes que estudávamos juntos com a Myrthes....muito obrigado pela entrega e vontade de estar junto e criar vínculos saudáveis e Biocêntricos. “André Luis Simoni – Facilitador de Biodanza

## PARTE V - PRÁTICA DE MONITORIA EM GRUPO DE ADULTOS

***Caminhos do Coração***

Cristiane Pedroso Antunes

Ando pelos caminhos de coração nas mãos,

nos pés, nos braços, nos olhos...

Caminhos largos de esperança e estreitos de saudade;

Caminhos que estive, estou e estarei.

Ando pelos caminhos de forma vital, criativa, afetiva,

sexual e transcendente;

Ando pelos caminhos de fogo, terra, ar e água, natureza...

Caminhos que vezes são como teias porque estão ligados a outros,

no entanto construídos por mim, são caminhos de sistemas corporais;

Ando por estes caminhos na busca de ser eu mesmo ainda assim por

vezes me transformo.

Inusitados caminhos do coração Biocêntrico,

vividos a cada dia como se o primeiro!

Nesta experiência quis dar atenção inicial para a observação dos componentes necessários que viabilizam uma sessão de Biodanza. É um ponto importante observar as condições da sala que incluem a manipulação do som, da luz à organização do ambiente para receber o grupo. Nessa questão foi possível observar:

- ⤴ Sala em condições propícias, chão de material “quente” (o chão frio não é recomendado para realizar sessões de Biodanza, pois implica diretamente em questões de saúde e de temperatura corporal).
- ⤴ EXEMPLO DE SALA:



- ▲ Aparelhagem de som propícia; Caixa amplificadora e aparelho de som (não é recomendável realizar sessão de Biodanza com som de rádios portáteis, pois eles têm pouca potência) A aparelhagem de som propícia, com amplificadores e demais aparelhos, é fundamental para uma boa sessão de Biodanza;

#### COMPONENTES DE SOM:



O cabo Y liga o aparelho de som o computador a caixa amplificadora. É importante atentar para que o tamanho dos pinos sejam equivalente ao tamanho do encaixe.



A caixa amplificadora precisa ter potência entre 50 a 100 watz, dependendo do tamanho da sala.



Aparelho de som para reproduzir os CDs



Componente muito importante é o adaptador para tomadas ou o popularmente conhecido tomada T pode ser de grande ajuda.



Outra opção, na falta do aparelho de som, é utilizar o Notebook existem programas de organização de músicas que podem facilitar a sessão. De preferência ter junto o carregador de bateria.



O Cd player é outra opção porém não tão segura já que pode ocorrer a não leitura de alguns Cds.

## Iluminação

A iluminação pode contribuir bastante ao conduzir uma sessão, é importante destacar iluminação alta (luz acesa) para alguns exercícios e baixa (luz apagada ou diminuída) para outros. A sala em que estávamos tinha uma boa possibilidade de utilização de luz, até mesmo luzes coloridas.

Ainda sobre questões metodológicas, aprendi um pouco mais sobre as demandas de luz (alta, baixa, suave). Aprendi que o tom de luz utilizado pode interferir no exercício de vivência tornando possível um enfoque mais para afetividade e sensualidade quando a luz for suavizada. Percebi que os exercícios mais regressivos pedem uma demanda de luz mais baixa ou suave, talvez pelo tom intimista que proporciona. Entendo que essa consideração do facilitador, com a demanda de luz, pode se por motivos de que também são cofatores facilitadores de processos vivenciais.

O facilitador não conduz, mas sim induz, e nessa indução ele pode contar com a música, a iluminação e a consigna como aliados no processo que está propondo ao grupo, mas sempre

como ferramentas indutoras e não condutoras. Isso também vale para a demonstração do exercício que mais deve sugerir do que determinar os movimentos de vivência.

Nesse momento consigo entender que a escolha do tema, das músicas, consigna e escuta dos momentos verbais e vivenciais do grupo estão interligados no processo de uma sessão de biodanza. Todas as atividades dentro da sala de biodanza (som, luz, música, consigna e intimidade verbal dos participantes do grupo) e principalmente, as próprias relações do grupo, podem ser contribuintes para o desencadeamento da vivência, bem como para a entrada e saída dos processos tão necessários de ativação e regressão.

Outra questão importante para o facilitador é sobre a organização das músicas e o quanto a pronúncia e escrita correta das músicas podem ajudar no momento preciso de sua utilização. Nesse ponto acredito que é preciso que o facilitador exercite a organização, pois esta irá ajudar muito no momento de condução da sessão ou, do contrário, a pouca organização, poderá dificultar a condução durante a sessão.

Ter uma boa aparelhagem de som é fundamental para uma boa qualidade da sessão.

Monitorar em um grupo de adultos é como ser iniciante no grupo, no sentido de que é preciso abrir-se para conhecer as pessoas e também se deixar conhecer.

Nestes meses de experiência como monitora no grupo de adultos pude observar que o grupo tem seu próprio movimento. Em um grupo de adultos o que precisa ser focado na sessão ou as temáticas importantes são reveladas algumas vezes pelos depoimentos dos participantes nas rodas verbais. Mais que isto, praticar uma leitura de cada um para além das palavras ditas na roda verbal, muitas coisas são ditas também pela postura, pela expressão corporal e do rosto. Percebi também o quanto é importante incentivar para que os participantes do grupo falem sobre si mesmo, o que é um desafio em um grupo de adultos.

### **Relação monitor e grupo:**

Acredito que um monitor em um grupo é aceito como um participante e ao mesmo tempo como alguém que tem um pouco mais de conhecimento. A observação em uma sessão de Biodanza é um fator muito delicado, precisa ser muito sutil e até imperceptível para os participantes, pois pode ocasionar algum constrangimento ou resistência nos processos de vivência, ao saber que estão sendo observados. Quando iniciei no grupo deixei bem claro que meu objetivo era observar a metodologia e não as pessoas.

Trago um depoimento de um colega de grupo a respeito da Monitoria.

“No período em que a monitora esteve presente no grupo me senti bem e às vezes nem notava que tinha uma monitora no grupo.

O bom da monitoria é que a Cristiane já tinha vínculo e carinho pelas pessoas que participavam, além de auxiliar o facilitador nas demonstrações sempre interagiu e socializou com todos.

A observação é importante para o monitor, mas sem interferir no grupo ou deixá-lo constrangido, coisa que nunca aconteceu com a monitoria da Cristiane.

O começo da monitoria não se deu logo quando começou o grupo, tivemos um tempo e o facilitador sempre explicou como funcionaria o grupo com monitoria.

Acredito que foi uma experiência valiosa para todos, pois possibilitou o estudo e a verificação de como funciona um grupo regular e eu me senti tranquila e segura.”

Liliane Garbin – participante do grupo

Liliane tocou em um ponto importante na monitoria: o vínculo. Um facilitador de Biodanza precisa estar vinculado, às pessoas envolvidas. Realmente quando exercitamos o vínculo tudo flui com mais naturalidade, e qualquer prática passa a ser um ato prazeroso. É mais fácil aprender quando estamos vinculados e no grupo aprendemos muito ao vincularmos com os processos de cada um.

### **VIVÊNCIAS TEMÁTICAS:**

A utilização de um tema em grupo de adultos é algo que incentiva bastante os participantes a frequentar Biodanza, geralmente são utilizadas temáticas que estão já ecoando no grupo ou que poderão contribuir para o fortalecimento da identidade deste grupo.

A expressão da identidade é muito estimulada em biodanza, pois nela está contida todos os nossos potenciais, a Biodanza visa despertar esses potenciais para a livre expressão da identidade, bem como para sua integração.

Segundo Rolando Toro, a vinculação com o mundo possibilita a constante transformação da identidade, organização e reorganização com a realidade.

Acredito que quando se propõe uma temática de identificação cultural, como exemplo a temática Semana Farroupilha, realizada pelo facilitador Cleber Castilhos, é possível a facilitação do processo de reconhecimento de si através do reconhecimento de uma identidade coletiva. Esse reconhecimento pode dar-se de através de diversas propostas

temáticas, sejam elas: um tema comemorativo de seu Estado ou país, conhecer a história de seu bairro, comunidade, pessoas que compõe a comunidade, conhecer as histórias de seus familiares, etc. Na minha percepção esta foi a proposta da sessão, ou seja, reconhecer e contatar com sua identidade através de uma temática vivencial de uma das histórias populares do seu Estado, neste caso a Semana Farroupilha comemorada no RS.

Em muitas sessões tive a oportunidade de acompanhar o exercício do ninho, que requer uma atitude por parte do facilitador de extrema percepção e delicadeza. Na facilitação da vivência do ninho é necessário regular o tom de voz, o cuidado em escolher a música, o cuidado com a iluminação, características que também são válidas para roda de embalo.

Para despertar o grupo do ninho é necessário respeito pela progressividade do grupo.

Às vezes é preciso fazer modificações na escolha das músicas.

Uma das razões para que se mude a sessão são os próprios indicativos que o grupo traz.

### **\*Temática: Caminhos do Coração**

Caminhos do coração é um trabalho diferenciado e temático criado pelo facilitador Cleber Castilhos, oferecido como aprofundamento de vivências.

A sessão acompanhada foi de vivências potencializadas pela consigna e música.

A consigna é um elemento importante em Biodanza, é através da consigna que o facilitador conduz, propõe e motiva o grupo para a vivência.

As vivências vieram com propostas de autocuidado e cuidado com o outro, bem como de abertura para vivenciar os sentimentos.

O exercício de caminhar com confiança foi adaptado com a utilização de um fio entre os dedos indicadores da dupla, onde de olhos fechados os pares caminhavam sentindo a “tensão do fio”. O fio entre os dedos lembrou-me do vínculo numa relação. O vínculo é como um fio tênue há que se ter cuidado para não afrouxar demais nem esticar demais, ou seja, não sufocar, mas também não abandonar. O vínculo amoroso e cuidadoso é um dos referenciais praticados em Biodanza. O exercício de auto acariciamento de rosto em frente ao outro foi outra proposta de cuidado, quanto maior o cuidado que se tem consigo mesmo maior será o cuidado com o outro. A roda de comunicação foi outro exercício de afetividade presente.

Os exercícios de acariciamento abrem uma possibilidade para a prática do contato e da carícia, ações um tanto reprimidas na nossa sociedade.

As consignas orientavam para escolha de caminhos e que estes caminhos fossem oriundos do coração, os direcionamentos da consigna foram de interiorização e expressão do sentir, cuidado, contato e carícia.

Falar sobre questões do coração pode ser um desafio, mas com certeza sentir os caminhos do coração, vivenciando, é um grau a mais nesse desafio.

Coração, esse órgão pulsante e ao pulsar está em todo o corpo não só metafisicamente, mas também fisiologicamente. O corpo funciona através desse coração pulsante que no seu pulsar irradia para o corpo o líquido vermelho da vida, vivemos pulsar do coração. Em muitas vivências de Biodanza é possível ouvir e sentir esse pulsar interno, o coração está ligado a uma grande rede de sistemas do corpo, o coração não está sozinho nem fisiologicamente.

Como Monitora foi possível participar com mais frequência das vivências, estar com o grupo “dentro” do grupo. Neste sentido também o estar no grupo é um exercício do facilitador. Concorde com o facilitador Cleber ao dizer que o facilitador é um integrante do grupo, isto quer dizer que o facilitador exerce uma função de liderança consentida e conquistada no grupo, é um “mediador” de cada desafio. Acredito que não é possível exercer uma atividade educativa (entendendo educação em Biodanza como reaprendizagem), estando ou se colocando à parte do grupo, o bom líder é aquele que é parte e participante. Na minha condição de monitora participante, pude estar mais perto do grupo, sentir o pulsar do grupo.

Meu coração está onde estou nada mais a fazer

senão seguir o seu pulsar.

Vou pulsando pelos caminhos...

São passos de vida, de amor, de contato e carícias.

São passos que me levam ao encontro de outros corações pulsantes.

São passos do coração e vão para onde habitam os desejos.

Cristiane Pedroso

Para contatar os sentimentos nas vivências é necessário utilizar consignas direcionada ao contato consigo contato com o outro, expressão da identidade, abertura.

Pode ocorrer de alguns participantes estarem mais sensibilizados, seja por questões pessoais anteriores ou da própria vivência acionada no momento, nessas situações é importante o continente do grupo e do facilitador.

Acredito que o participante que recebe continente em um momento de fragilidade, consegue posteriormente sentir-se mais à vontade para liberar suas expressões no grupo.

É frequente em Biodanza a repetição de alguns exercícios de vivência, em muitos exercícios como o caminhar, segmentares, sincronização, essa repetição é fundamental. No entanto mesmo quando existe repetição é sempre um novo momento. Ao repetir temos a oportunidade de fazer diferente.

Aprendi que o mesmo exercício pode ser proposto de formas diferenciadas, por exemplo: numa sincronização em par é possível propor que o aluno faça diferente sem quebrar a base do exercício e nem invalidar o seu efeito; trote sinérgico pode ser dado com apoio de uma dança tradicionalista ( como foi o caso da segunda sessão com dança tradicional do sul), enfim é possível o facilitador fazer variações dentro de um exercício com padrão estabelecido apenas utilizando a consigna.

#### **\*Temática Primavera**

A proposta dessa sessão, de vivenciar a Primavera, consistiu em não só perceber o quanto tudo pode estar florido “lá fora”, mas também perceber esse florescer dentro da vida e na vida de cada um de nós; significa também que esse florescer aconteceu a partir de uma semente lançada, e ainda significa o cuidado que tive com essa semente; e ainda pode significar colher o resultado.

Essas questões também foram colocadas em alguns relatos durante a roda verbal. Alguns atuantes do grupo trouxeram seus depoimentos de resultados colhidos, outros de processos vividos e que foram intensos, outros de transformações ocorridas, enfim existiu uma abertura interna de cada um ao se colocar ou desabafar . As pessoas estavam se abrindo ou tentando abrir-se, tal qual fazem as flores ao desabrochar, tal qual é o movimento de abertura de uma estação para a outra.

É possível que todos os seres vivos existentes estejam em sintonia.

De acordo com o físico Capra:

“O primeiro critério e o mais geral, é a mudança das partes para o todo. Os sistemas vivos são totalidades integradas cujas propriedades não podem ser reduzidas às das partes menores. Suas propriedades essenciais, ou “sistêmicas”, são propriedades do todo, que nenhuma das partes possui. Elas surgem das “relações de organização” das partes- isto é, de uma configuração de relações ordenadas (...) (Capra, Fritjof, A Teia da Vida, uma nova compreensão científica dos Sistemas vivos, Ed. CULTRIX, C. 1996, pág. 46).

Isto sabemos.  
Todas as coisas estão ligadas  
como o sangue  
que une uma família...

Tudo que acontece com a Terra,  
acontece com os filhos e filhas da Terra.

O homem não tece a teia da vida;  
ele é apenas um fio.  
Tudo o que faz à teia,  
ele faz a si mesmo.

TED PERRY

E este também foi o assunto do qual refletimos ,monitora e facilitador, antes da sessão do qual relatarei a seguir. No nosso diálogo, foi possível refletir a respeito do quanto uma pessoa do grupo pode representar o grupo todo, ou seja, o todo está contido em um e vice versa.

Nesse sentido, relatando sobre o significado do tema escolhido para o início dessas sessões do mês, o tema Primavera, é considerável que as estações presentes no meio ambiente também estejam presentes em nosso interior. Dessa forma, partindo do pensamento de que toda natureza que está fora está dentro, assim sendo, todos os componentes químicos ou bioquímicos atuantes no ambiente também são componentes presentes em todos os organismos vivos.

Estamos em um planeta que vive constantes transformações climáticas desde o início dos tempos e o homem olha para essas mudanças climáticas do planeta. Esse olhar humano pode dar-se de diversas formas; pode ser um olhar repleto de significados mitológicos, místicos ou científicos, um olhar contemplativo ou mesmo um olhar despercebido. A questão é que essas mudanças de estações são e estão presentes como ecofatores e elas não são apenas olhadas são também sentidas pelos seres vivos.

Vou arriscar relacionar as estações com nossos estados comportamentais e emocionais: o inverno e outono seriam o nosso movimento de interiorização e repouso e a primavera e verão nossos movimentos de expansão e ativação. Assim temos a representação de ativação e repouso vivenciados ou experienciadas por nós no dia a dia e nas propostas de exercício de Biodanza.

É importante para o facilitador que o participante do grupo desabafe ou relate seus processos de vida, pois isso pode contribuir para o direcionamento de sessões posteriores ou mesmo elucidar para que no momento da “mediação” o facilitador tenha esse aporte ao propor os exercícios de vivência. Muitos depoimentos são de uma imensa riqueza existencial, inspiradores para o momento de direcionar a consigna. Acredito que o relato verbal, também é um exercício de abertura que antecede e impulsiona os próximos movimentos que serão propostos nos exercícios.

### **Ausências no grupo**

Em um grupo de Biodanza pode ocorrer falta de alguns integrantes, existem alguns motivos usuais para essa falta, como trabalho, cansaço, problemas pessoais para resolver, etc. No entanto, as causas para um participante não comparecer permeiam, além destas causas usuais, a problemas de ordem física (saúde), profissional ou emocional. Para o facilitador, a falta também deverá ser refletida sob o ponto de vista das questões trabalhadas e vivenciadas na sessão anterior, ou seja, a sessão que foi realizada anteriormente também poderá ser considerada como motivo quando da ocorrência de falta dos integrantes do grupo.

Refletindo um pouco mais sobre isso, para algumas pessoas a Biodanza é uma atividade de lazer, uma forma de voltar a ser criança no sentido de poder soltar-se e de sentir-se mais vital. No entanto, a Biodanza propõe, além desse, outro processo que é o de crescimento pessoal.

Alguns exercícios na sessão podem trazer um grau de dificuldade maior e solicitarem para sua realização maior disponibilidade para liberar e expressar movimentos e sentimentos nas linhas vivenciais de afetividade, criatividade, sexualidade, vitalidade e transcendência. Isso exige, por parte do integrante, uma troca de enfoque de uma Biodanza lúdica para outro enfoque mais desafiador para seu desenvolvimento. No momento em que o integrante se depara com determinados exercícios onde, por algum motivo, se percebe carente de recursos naquele momento para realizá-los, é provável que esse exercício ganhe um aspecto mais de-

safiador por parte do integrante, essa mudança de uma biodanza que até então era lúdica para outra focada na superação de desafios pode causar estranheza ou medo, mas na verdade esses desafios são necessários, pois possibilitam o acesso aos potenciais em desenvolvimento, e por outro lado, quando este integrante do grupo consegue liberar-se na sua dificuldade, estará dando um passo a mais para seu crescimento. A Biodanza sugere que o integrante dê esse passo além através de algumas propostas de vivência.

Segundo Rolando, a afetividade é uma das linhas de vivências que sofre maior repressão na nossa sociedade, maior que a sexualidade.

Por outro lado, a sexualidade como é compreendida e vivida na sociedade tem uma visão diferente da visão da sexualidade em Biodanza, que é compreendida como a permissão para vivenciar o prazer.

Alguns exercícios de Biodanza tocam fundo nessas questões de forma que para sua realização é preciso que o integrante libere, expresse toque e sinta o toque, crie e demonstrem seus afetos, enfim que o integrante permita-se mais. Isso pode ser um fator dificultador para a continuidade do integrante no grupo e pode ser um dos fortes motivos de sua não permanência ou da interrupção em algumas sessões. A permanência do integrante em um grupo de Biodanza depende de sua disposição e aceitação para realizar alguns “saltos” rumo ao seu crescimento, através não só do acesso lúdico. Isso depende muito do processo em que o integrante está e da aceitação ou negação desse processo por parte dele.

### **Relatórios de Monitoria**

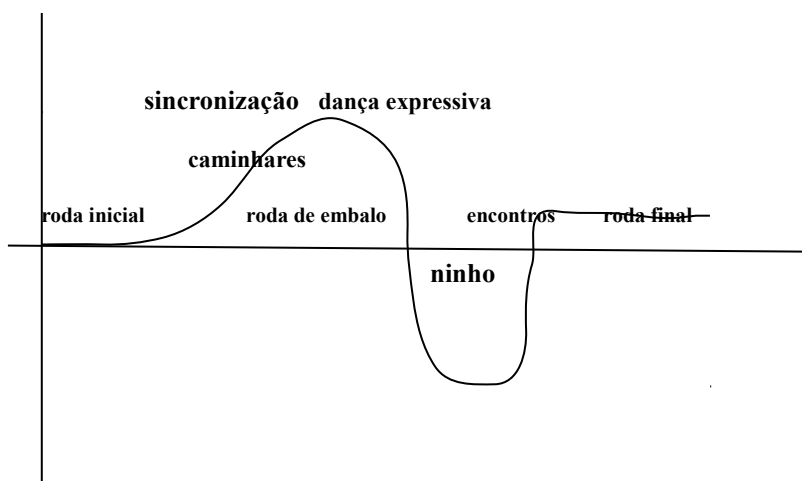
Construir relatórios pode ser uma atividade que contribui na aprendizagem durante a monitoria. O relatório da aula monitorada ajuda a organizar e entender a evolução de uma sessão de Biodanza, os exercícios utilizados e a fazer uma associação teórica.

O relatório contribui também para fazer um levantamento das dúvidas ou questionamentos que poderão ser sanados posteriormente com o Facilitador.

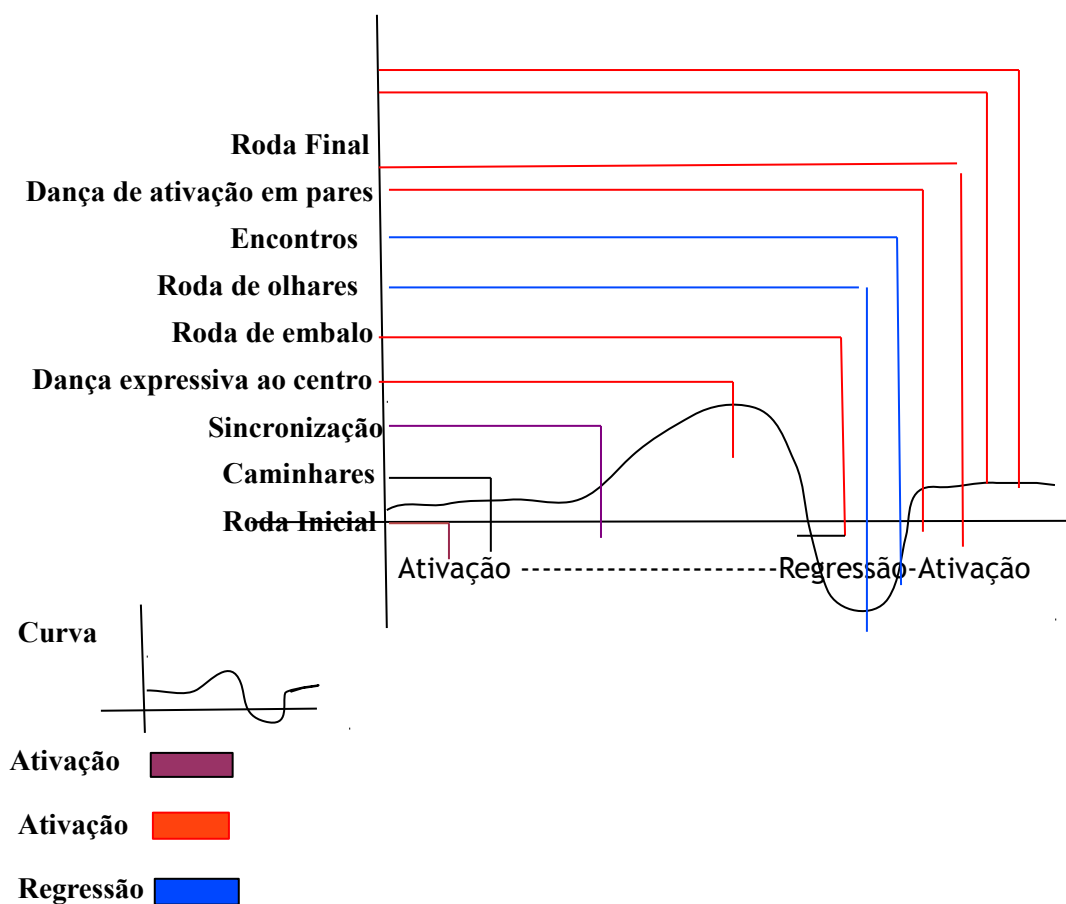
O relatório de monitoria é um apoio metodológico para a aprendizagem do Monitor.

### **Exemplo de organização de relatórios para Monitores de Biodanza:**

**CURVA-** localizar os exercícios de vivencia na curva é uma boa atividade para compreensão do funcionamento da mesma.



Outro modelo de relatório identificando exercícios de vivencia na Curva em estilo gráfico:



**Outra sugestão de relatório é a organização em fichários ou planilhas:**

Permite fazer comentários a respeito de cada vivência .

VIVÊNCIAS	Comentários
1-Roda Inicial  <i>*Luz alta</i>	Nessa sessão a roda começou mais ativa
2-Caminhar em pares <i>*Luz alta</i>	O caminhar em pares é um exercícios básico de biodanza a diferenciação desse caminhar pode dar-se através da consigna temática.
3-Sincronização rítmica <i>*Luz alta</i>	Outro exercício básico diferenciado pela consigna. A sincronização é um importante exercício da primeira parte da sessão (ativação).
4- Dança expressiva ao centro <i>*Luz alta</i>	As danças ao centro do grupo possibilitam a expressão da identidade, exercitam a autoestima e auxiliam nos processos de desinibição.
6- Dança da paixão <i>*iluminação leve</i>	A proposta foi de sentir e expressar o sentimento paixão. A dança foi individual
5- Caminhar com confiança  iluminação leve	A confiança é extremamente necessária na construção das relações
7- auto acariciamento de rosto e peito em dupla <i>*Luz baixa</i>	Um em frente ao outro numa proposta de auto cuidado. O auto cuidado foi finalizado com um continente do par, cada um da dupla recebeu um colo do outro.
8-acariciamento de peito em dupla <i>*Luz baixa</i>	Esse exercício possibilita a capacidade de contato e carícia. A carícia que faço no outro? A carícia que recebo? Essas percepções em vivência são internalizadas pelos sentidos.
9- Roda de embalo  (comunicação de mãos)  <i>*Luz baixa</i>	Nas mãos a intensidade do sentir.
10- Dança em pares	Ativando progressivamente . foram utilizadas três músicas para ativação em pares e trio.
11- Roda final	Novamente percebendo o grupo

EXERCÍCIOS DE VIVÊNCIA	COMENTÁRIOS	LINHAS DE VIVÊNCIA
1- Roda inicial		Vitalidade ↔ Afetividade
2- Caminhar a dois	Caminhando e fazendo o outro feliz	Vitalidade ↕ Afetividade ↔ Criatividade
3- Sincronização rítmica	Percebendo o ritmo de cada um	Vitalidade ↕ Afetividade ↔ Criatividade
4- Sincronização melódica	Integrando o ritmo	Vitalidade ↕ Afetividade ↔ Sexualidade
5- Dança a dois com continente	Recebendo afeto	Vitalidade ↔ Afetividade
6- Dança auto acariciamento	Dando-se afeto	Vitalidade ↕ Afetividade ↔ Sexualidade
7- Ninho	Descanso que organiza ou reorganiza; entrega	Vitalidade ↔ Afetividade
8- Dança em par		Vitalidade ↕ Afetividade ↔ Sexualidade
9- Ativação progressiva em par		Vitalidade ↕ Afetividade ↔ Sexualidade
10- Roda final de ativação		Vitalidade ↔ Afetividade

É possível também um relatório com as observações e impressões pessoais da sessão de Biodanza.

### Aprendizagem

#### Minha aprendizagem em grupo de biodanza de adultos foi:

- ✓ Conhecer os componentes técnicos de trabalho aparelhagens e iluminação;
- ✓ Identificar o movimento da curva;
- ✓ Comunicação e socialização;
- ✓ Conhecer as possíveis temáticas no trabalho com adultos;
- ✓ Aprender com os questionamentos.

Características importantes a serem desenvolvidas para um Facilitador de Biodanza em grupo de adultos:

- ✓ Vínculo ;
- ✓ Escuta;
- ✓ Liderança ;
- ✓ Relações interpessoais;
- ✓ Organização;
- ✓ Estar atento aos processos de grupo e individuais .

## Conclusão

A prática da Monitoria é um meio de aprendizagem que potencializa os conhecimentos da profissão de Facilitador de Biodanza por trazer experiências empíricas que podem afirmar as experiências teóricas.

A prática da Monitoria possibilita um “enfrentamento” com as situações estudadas na teoria e um maior entendimento de como proceder.

Acredito que realizando monitoria em Biodanza, aprendemos além da profissão, a desenvolver nossos aspectos relacionais o que é fundamental para um Facilitador de Biodanza.

A Monitoria em Biodanza pode ser um método investigativo e participativo simultâneo que traz aprimoramento profissional e desenvolvimento pessoal, pois é um constante exercício de interação com o meio e com as pessoas.

Possibilita-nos ainda o contato com as ferramentas de trabalho e esclarece caminhos para exercer este trabalho. Possibilita-nos a verificação de resultados e elucida as dúvidas.

Recomendo a quem tiver a oportunidade de monitorar em Biodanza que exerça a prática, pois estará dando mais um passo para o bom exercício da profissão.

A Monitoria nos ensina a construir nossa identidade profissional em Biodanza e o contato com a Biodanza nos ensina a construir nossa identidade na vida, portanto a prática da Monitoria em Biodanza transforma-se em um processo de fortalecimento de identidade.

## REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS:

Apostilas IBF- Escola de Biodanza Rolando Toro de Pelotas;

El Inconciente Numinoso- Rolando Toro Araneda;

BRASIL. Ministério da Educação. Secretaria de educação fundamental. Referencial Curricular Nacional para a Educação Infantil. Brasília: MEC/SEF. 1998. p.21-63;

NETO, Elydio dos Santos. SILVA, Marta Regina Paulo da. Quebrando as armadilhas da adultez: o papel da infância na formação das educadoras e educadores. UMESP:2007. p.1;

CAPRA, Fritjof, A Teia da Vida, uma nova compreensão científica dos Sistemas vivos,Ed. CULTRIX,C. 1996, pág. 46;

Lei 9.394/96 -Leis de Diretrizes e Bases da Educação, Art. 29

# ANEXOS

EXEMPLO DE AULAS - Realizadas para o grupo de especiais FRATER em 2007:

GRUPO DE ESPECIAIS

Início da Monitoria: 31/05/07

Público: Grupo semanal de especiais conduzido pelo facilitador André Luis

Local: Frater

Dia: Quinta-feira das 14 às 16:30 hs incluindo reunião com facilitador para discussão sobre a aula.

Metodologia: Biodanza

Materiais utilizados: música, papéis e canetinhas para desenho, almofadas, colchonetes, Tarô mitológico, Cartela de figuras.

Propósitos criatividade, afetividade, identidade, psicomotricidade, integração, percepção. Atividades propostas visando motivação dos participantes para o desenvolvimento da integração, movimento psicomotor, melhora da percepção através de atividades visuais, criatividade, afetividade e identidade.

Postura importante para trabalhar: é extremamente importante que o facilitador e a monitora estejam dispostos e direcionados para o incentivo e reforço de todas as atividades conduzidas em aula, bem como estar atenta a movimentação do grupo.

**OBS: utilizados nomes fictícios nos exemplos de aula para preservar a privacidade das crianças.**

Propósitos: criatividade, psicomotricidade, verbalização, interação, afetividade

RODA DE SENTIMENTOS: foi utilizado 14 lâminas do Tarô mitológico. Trabalho de arquétipo do tarô (uma resposta do inconsciente)

- 1 – Roda de boas vindas
- 2- Caminhar fisiológico
- 3 – caminhar mais potente
- 4 – Caminhar em pares
- 5 - sincronização rítmica
- 6 – sincronização com palmas
- 7 – sincronização melódica
- 8 – Respiração dançante
- 9 – Dança da árvore e dos passarinhos
- 10 -Roda de ativação progressiva
- 11 - Roda com 1 ao centro
- 12 – Roda de despedida

A aulas tem em média de 12 a 15 vivências no máximo, acima disso se torna muito cansativa para os participantes também.

## AULA GRUPO ESPECIAIS- FRATER

Propósitos: percepção, integração, psicomotricidade, verbalização, criatividade, afetividade.

Roda de Sentimentos – 33 cartelas com figuras retiradas de revistas para visualização

1ª etapa – mostrar figuras uma a uma com comentários

2ª colocar as figuras em exposição para escolha

3ª após a escolha das figuras cada participante relata sentimentos

Figuras escolhidas pelo grupo e seus significados para os participantes:

Tigre - escolhido por João como gatinho: entendido como carinho, alimentação

Borboleta – escolhida por Ana, motivo: a borboleta voa e é azul

Casa – escolhida por Luiza, motivo: Luiza associou a casa de Paulo seu amigo.

Paisagem- escolhida pela monitora Cris sentido da escolha sentimento de horizonte, imensidão, transcendência.

Guaximis: escolhido pelo facilitador André sentido de interação, afetividade e convívio com a espécie.

Com as figuras solicitamos que o grupo montasse uma história verbal.

História montada pelo grupo:

“No céu da paisagem voa a borboleta, existe nesse lugar uma casinha, nesse lugar é respeitado a convivência com a natureza e harmonia com os animais, a natureza é a expressão da afetividade!” Frase montada pelo grupo a partir das figuras escolhidas.

Vivencias:

1 – roda de boas vindas

2 – caminhar fisiológico

3 – caminhar em pares

4 – sincronização rítmica

5 – sincronização rítmica

6 – Respiração dançante

7 – Roda de interiorização

8 – Roda de olhares

9 – Roda de celebração

10- Roda de despedida

## AULA ESPECIAIS

Propósitos: Identidade, afetividade, verbalização, celebração da vida com alegria

Roda de sentimentos: O QUE SE GOSTA?

Tivemos a visita da Veronica que foi muito positiva, pois todos estavam com saudades.

Na roda de sentimentos foi colocado por cada participante o que mais gostavam

Falas

O que eu gosto

Luiza: lua, cor rosa, Paulo

Ana: salsa, ver figuras de fotos e revistas, dançar, Orkut;

João: sorvete, creme, chocolate e morango;

Veronica: do grupo, da vida, de fazer biodanza, queijo e chocolate;

Cris- Redenção, Inter, amigos, chocolate, biodanza;

André: Fondue de queijo, chocolate e carne;

1 – Roda de boas vindas

2 – caminhar : voando com os passarinhos e ocupando os espaços

3- caminhar em pares

4 – sincronização rítmica com palmas

5 -Sincronização rítmica em pares

6 – Respiração dançante

7 – Roda de embalo

8- Roda de ativação progressiva