



dente de memórias, de recordações vividas que não nos fazem ver claro, com rigor. Experimente não pensar nas consequências de um «não» que tem vontade de dizer e não diz por qualquer motivo. Vai ver que é mais fácil dizê-lo. Não pense, diga.»

É claro que a solução não é parar de pensar. O que Maria Fernandes quer dizer é que o corpo, tantas vezes visto como algo que não nos pertence, é de facto o nosso único veículo de acção, de comunicação, de interacção e de conhecimento pessoal,

que nos deixa sentir as vontades e angústias próprias que devem ser consciencializadas e que ultrapassam muito a esfera da necessidade de alimento e de descanso. Dar voz ao corpo é pôr em prática os princípios básicos da terapia que Dania Neumann trouxe para Portugal há dez anos, quando fixou residência em Cascais.

Caminhos

Nos primeiros anos, Dania começou a divulgar o seu trabalho através de *workshops*,

Essência «O corpo, tantas vezes visto como algo que não nos pertence, é de facto o nosso único veículo de acção, de comunicação, de interacção e de conhecimento pessoal.»

seminários terapêuticos e iniciações ao método em diversas instituições (Hospital Júlio de Matos, associações de estudantes de Psicologia da Universidade de Coimbra, Escola Superior de Enfermeiros de Coimbra, entre outras). Trabalhou em consultório privado, fazendo terapia de grupo e individual. Especializou-se em doenças do foro psicossomático, depressões, problemas derivados do *stress*, co-dependências, etc. Utilizou este método também no teatro e no meio empresarial e começou a incentivar a formação em Portugal: lecciona cursos de Iniciação à Análise do Movimento no ISPA, no Departamento de Formação Permanente; organiza seminários de sensibilização ao método e promove cursos básicos da Especialização de Análise do Movimento (o próximo começa em finais do Outubro) como representante e formadora do Instituto da Análise do Movimento (existente na Suíça, Áustria e Alemanha).

O curso básico destina-se a pessoas que, como a psicóloga Joana Teixeira, podem utilizar esta terapia como uma ferramenta na sua actividade profissional, e dá acesso à primeira graduação da especialização. Além de psicólogos, a análise do movimento é uma mais-valia para psiquiatras, psicoterapeutas, pedagogos, enfermeiros, assistentes sociais, professores de jardins de infância, professores de ginástica, fisioterapeutas, etc.

Joana Teixeira exerce psicologia há seis anos e há dois e meio decidiu frequentar o Curso Básico de Análise do Movimento. A razão, explica, prende-se com o facto de «esta técnica ser um importante instrumento» no exercício da sua actividade profissional: «Permite-me trabalhar com grupos de pessoas em contexto lúdico, de prevenção, de reflexão pessoal.» Por ser um método que não usa a linguagem verbal, mas sim corporal e de interacção com o grupo, Joana achou que seria uma mais-valia para trabalhar, por exemplo, com crianças. «Com os mais pequenos, faz mais sentido utilizar a motricidade, o gesto, o movimento, as sensações. Mesmo no caso dos adultos, há situações que se aceitam e entendem melhor se a base de trabalho for o corpo. Sabe, a linguagem corporal é mais simples, mais directa, menos propícia a interpretações erradas.»

Através do curso básico, Joana Teixeira passa pelo próprio processo terapêutico, porque é fundamental perceber os próprios bloqueios e preferências motoras para poder aplicar o método com os outros.

Mas, por enquanto, Joana só pode trabalhar pedagogicamente com a motricidade, porque para a especialização ainda lhe falta três graduações. Só depois poderá exercer a profissão como terapeuta de análise do movimento. Mesmo assim, consegue entrar noutra dimensão da relação hu-