

## **Dinâmicas de grupo e exercícios corporais nas aulas de música de câmara da UFPE: o relato de uma experiência**

### COMUNICAÇÃO

*Artur Duvivier Ortenblad*

*Universidade Federal de Pernambuco - dalbreiv@yahoo.com*

**Resumo:** Este trabalho descreve algumas dinâmicas de grupo e exercícios corporais que foram aplicados enquanto metodologia alternativa, durante um semestre nas aulas da disciplina “Música de câmara” na UFPE. O objetivo principal foi despertar e fortalecer o sentido de grupo e desenvolver um maior engajamento dos alunos durante as aulas. Acreditamos que esse tipo de abordagem pode favorecer a experiência da execução musical em grupo, pois são atividades em que o foco é o relacionamento interpessoal e a relação do aluno com seu próprio corpo e com a música.

**Palavras chave:** ensino de música de câmara; exercícios corporais; jogos cooperativos.

### INTRODUÇÃO

Tradicionalmente, a formação do músico erudito costuma ser muito teórica, e erigida numa prática sem muita reflexão a respeito de como seu próprio corpo se relaciona com a música, com seu instrumento, com os outros músicos e consigo mesmo. Muitas vezes essa problemática é reforçada através de uma prática pedagógica onde professores pouco exploram o fazer musical em conjunto de maneira criativa, não estimulando a improvisação e a criação musicais (Swanwick 1994, Borém 2000). Tais práticas são mais comuns em aulas de musicalização, canto coral e teatro. O repertório altamente sofisticado presente nos programas curriculares dos cursos de bacharelado em música, e o alto nível de exigência técnica para que o mesmo seja executado, somado à ideia de perfeição, competição e luta pelo sucesso apregoados pelo meio artístico profissional, banuiu do ensino musical formal as iniciativas educacionais com ênfase no aspecto humanizador e terapêutico da música. Por causa disso, a prática musical nos estudantes e músicos profissionais pode se tornar estressante, e não raramente ocasiona lesões físicas e traumas psicológicos (Alves 2012). Uma abordagem pedagógica que negligencie esses fatores pode favorecer a formação de um perfil profissional que sabe ler muito bem, em alguns casos compreende o que é tocado, mas não possui autonomia para recriar o texto musical e não sabe como interagir musicalmente com outros músicos.

Notamos diversos problemas que contribuem para o pouco engajamento dos alunos com a música de câmara na universidade. A formação do músico, geralmente focada no

desenvolvimento do repertório solo, torna custoso convencê-los a dedicar parte de seu tempo de estudo para a música de câmara, relegada em segundo plano. Percebe-se também a dificuldade deles na comunicação – pode ser considerado que isso se deve em parte à relação que têm com seus corpos e com os corpos dos outros alunos, influenciada por fatores como a timidez e tensões corporais. Outro fator problemático se manifesta na falta de atitudes de liderança e de iniciativas para se apresentarem em público. Refletindo sobre essas questões e percebendo a dificuldade de engajar os alunos nas aulas de música de câmara da UFPE, onde trabalho como professor, decidi experimentar novas metodologias que lidassem diretamente com sua relação com o grupo e com a prática musical. Foram utilizadas compilações de jogos cooperativos (PIEROTTI, 2005), brincadeiras infantis tradicionais e exercícios teatrais e terapêuticos com elementos fortemente corporais (alguns do meu contato com a Somaterapia<sup>1</sup>), além de improvisações musicais e performance dos grupos. Algumas dessas atividades serão descritas neste trabalho.

### **Objetivos:**

As dinâmicas de grupo e exercícios relatados neste trabalho tiveram os seguintes objetivos:

- Aumentar o comprometimento dos alunos com prática de música de câmara;
- Trabalhar aspectos de relacionamento interpessoal entre os músicos;
- Desenvolver a consciência corporal e autoconhecimento dos alunos;
- Criar nas aulas uma atmosfera de cumplicidade, confiança e acolhimento;
- Observar quais os benefícios da cooperação em detrimento da competição;

Notamos diversos problemas que contribuem para o pouco engajamento dos alunos com a música de câmara na universidade. A formação do músico, geralmente focada no desenvolvimento do repertório solo, torna custoso convencê-los a dedicar parte de seu tempo de estudo para a música de câmara, relegada em segundo plano. Percebe-se também a dificuldade deles na comunicação – pode ser considerado que isso se deve em parte à relação que têm com seus corpos e com os corpos dos outros alunos, influenciada por fatores como a timidez e tensões corporais. Outro fator problemático se manifesta na falta de atitudes de liderança e de iniciativas para se apresentarem em público. Refletindo sobre essas questões e percebendo a dificuldade de engajar os alunos nas aulas de música de câmara da UFPE, onde

---

<sup>1</sup> A Somaterapia, desenvolvida por Roberto Freire consiste de uma terapia em grupo de cunho anarquista que se utiliza de exercícios teatrais e corporais para trazer ao consciente conflitos e dificuldades individuais, que depois são discutidas pelo grupo.

trabalho como professor, decidi experimentar novas metodologias que lidassem diretamente com sua relação com o grupo e com a prática musical. Foram utilizadas compilações de jogos cooperativos (PIEROTTI, 2005), brincadeiras infantis tradicionais e exercícios teatrais e terapêuticos com elementos fortemente corporais (alguns do meu contato com a Somaterapia<sup>2</sup>), além de improvisações musicais e performance dos grupos. Algumas dessas atividades serão descritas neste trabalho.

A educação de um modo geral nega a existência do corpo e privilegia a mente (representado pelo cérebro). Os alunos desde crianças são treinados para permanecerem quietos durante horas e mesmo atividades como comer e ir ao banheiro só podem acontecer nos intervalos. Junto a isso, apenas a objetividade é valorizada, sem se perceber que “o mundo é o horizonte e a perspectiva onde a realidade objetiva obtém significação pela subjetividade.” (PEDERIVA, 2005) Ou seja, precisamos interpretar a realidade para que ela faça sentido para nós e que a apreendamos, e isso só é possível através da subjetividade. Temos nosso corpo como mediador de todos os processos de aprendizagem, pois é através dele que apreendemos a realidade; sua observação é útil no diagnóstico de limitações emocionais e psicológicas, e sua utilização como meio de aprendizado e de superação de limitações. Uma das formas de envolvermos nosso corpo no aprendizado é através da ludicidade.

A importância do lúdico no aprendizado infantil foi enfatizada por diversos autores, como Piaget (1975), Vygotsky (1998), Winnicot (1975), Montessori (1987), entre outros e jogos são amplamente aplicados nas escolas elementares. A Arte não deixa de ser um jogo muito refinado. No entanto, existe bem menos literatura mostrando a importância do jogo no mundo adulto. Muitas vezes é necessária a adaptação de procedimentos utilizados com o público infantil para serem aplicados com adultos, e nisso estão incluídos os exercícios de aquecimento, que derivam totalmente de brincadeiras infantis tradicionais, mas que mantêm os mesmos objetivos de socialização, descontração, relaxamento causado pelo gasto de energia.

Já entre os exercícios de sensibilização, os de auto-observação são muito mais adequados aos adultos, pois exigem um viés analítico e crítico menos desenvolvido nas crianças. Alguns derivam da longa tradição de meditação Vipassana<sup>3</sup>, e é interessante

---

<sup>2</sup> A Somaterapia, desenvolvida por Roberto Freire consiste de uma terapia em grupo de cunho anarquista que se utiliza de exercícios teatrais e corporais para trazer ao consciente conflitos e dificuldades individuais, que depois são discutidas pelo grupo.

<sup>3</sup> Vipassana é a técnica de meditação ensinada por Gautama, o Buddha, que consiste na purificação da mente através da observação objetiva das sensações do corpo. Ao longo de 2.000 anos essa técnica se manteve viva

observar que apesar de grandes avanços na ciência, só agora o funcionamento da mente e sua relação com o corpo estão sendo aprofundados. Apesar disso, há milhares de anos a meditação funciona como ferramenta de conhecimento de como esse funcionamento ocorre. Portanto, creio ser importante uma explanação sob o ponto de vista dessa tradição de meditação.

Pela mera observação do corpo e da mente, através da observação de suas próprias sensações, os meditadores que se aprofundaram na percepção do funcionamento da mente descobriram que quando a realidade entra em contato com a consciência por uma das seis portas dos sentidos (visão, audição, tato, olfato, paladar e pensamentos), a percepção avalia essa experiência de acordo com as experiências passadas e dá um julgamento, que produz um tipo de sensação. Ao se perceber essa sensação reage-se: se for prazerosa, com apego, se for desagradável, com aversão. A partir dessas reações, condiciona-se continuamente a mente e gera-se uma estrutura que se molda de acordo com as experiências e reações a elas, predispondo-a a um padrão específico de reações a experiências vindouras. Esse condicionamento se manifesta através de tensões corporais e sensações sentidas continuamente e que regem as atitudes de cada um, sem que nem mesmo se perceba essa relação. Os exercícios de observação da respiração e das sensações do corpo são, em um nível mais superficial, importantes para dar maior consciência do estado de espírito de cada um e permitir o foco no momento presente. Mas em um nível mais profundo, têm um efeito libertador, por trazerem à consciência através de sensações físicas conflitos enterrados no inconsciente e oportunidade de lidar com eles ao se desenvolver equanimidade com essas sensações. Como meu objetivo nas aulas é somente usá-los como ferramenta de concentração para uma melhor prática musical, obviamente não é possível chegar a um nível tão profundo de meditação que permita o processo descrito acima. Cito a seguir, a fim de mostrar a compatibilidade dessa prática com o pensamento científico, um trecho da pesquisa realizada na área de aprendizagem musical que apresenta afinidades com a experiência da meditação.

o corpo é também o recipiente do senso de Eu do indivíduo. Mais do que meramente uma máquina, carrega sentimentos, aspirações. Esse corpo especial- que se modifica perpetuamente- influencia pensamentos, comportamentos e relações humanas. (...) a noção do corpo pode ser comparada ao alfabeto, um “atlas” do corpo; mapa semântico, com equivalentes visuais, táteis, cinestésicos, auditivos e linguísticos, uma composição de memórias de todas as partes do corpo e de todas suas referências (...) Ponto de referência especial, instrumento de realização e criação; alicerce da estrutura do EU, entre outros, o corpo denota um construção biopsicossocial, um produto final das experiências agradáveis e desagradáveis da

---

apenas nos mosteiros da Birmania, e somente no século XX passou a ser divulgada entre os leigos, se espalhando pelo mundo novamente. Para saber mais sobre a Vipassana, há o site [www. Dhamma.org](http://www.Dhamma.org)

vida. (...) Por meio de constantes alterações de posição, constrói-se um modelo postural pessoal, constantemente modificado. Nesse esquema plástico, cada postura ou movimento é registrado, criando relações com cada novo grupo de sensações evocadas pela postura alterada. (PEDERIVA,2005: p.20,21 e 23)

### **Descrição das dinâmicas e exercícios:**

As aulas em grupo foram divididas com uma parte de aquecimento, outra exploratória e de sensibilização e outra reflexiva. Na parte de aquecimento foram realizados exercícios com foco no físico – alongamento, respiração- e outros com foco na concentração. Na parte exploratória foram dados exercícios de descoberta, com foco no desenvolvimento da consciência corporal e percepção sensorial, jogos em pares, que trabalhavam comunicação de gestos e compartilhamento de emoções, jogos com foco na dinâmica em grupo, onde se trabalhava o desenvolvimento da autoestima e confiança no grupo (exercícios de equilíbrio, atividades de entrega), além de jogos que apresentavam desafios que tinham que ser solucionados através da cooperação. Ainda na parte exploratória havia jogos dramatúrgicos, que buscavam através dos elementos teatrais um paralelo com a música. Na parte reflexiva, além da discussão de experiências trazidas por cada jogo, havia algumas atividades com o objetivo específico de refletir sobre a posição dos alunos enquanto músicos, das maneiras que poderiam atuar e pensar a prática musical. Por último, incluí atividades com foco na prática musical.

#### **Jogo de bolas**

Esse exercício é ótimo para grupo formado por pessoas que ainda não se conhecem. Em roda, cada um diz seu nome e joga a bola para outro. Depois de algum tempo, muda-se o comando: agora se deve dizer o nome da pessoa para quem se jogará a bola. Depois se pode acrescentar outra bola, o que torna o jogo bem mais difícil; enfim, há infinitas variações possíveis. Seu objetivo é promover socialização inicial, ao mesmo tempo em que trabalha atenção, coordenação, concentração, reflexo, prontidão, comunicação- tudo o que se utiliza em uma situação de performance em música de câmara.

#### **Anapana**

Consiste em observar a própria respiração, mantendo os olhos fechados. Uma variação é pedir aos alunos que andem devagar, mantendo os olhos fechados, sentindo seu próprio corpo e o ambiente. O objetivo deste exercícios é diminuir o nível de dispersão dos alunos, fruto da vida agitada, preocupações, da quantidade de barulho e outros estímulos externos, como celulares, e por outro lado o cansaço; por isso a relevância desse exercício.

### Jogo do cego

O jogo do cego oferece grande potencial de sensibilização, pois explora os outros sentidos além da visão. Ele se desenvolve com uma pessoa fazendo o papel de cego e outra de guia. Essa dá a mão à primeira e a conduz por onde ela quiser, por uns instantes, sempre com o cuidado de orientá-la e estimular seus sentidos. Em seguida, invertem-se os papéis. Esse jogo trabalha a entrega, a confiança no outro, o senso de solidariedade e cumplicidade, a reciprocidade. Pode-se fazer uma variação, assistindo a um vídeo de música, e depois pedir que ouçam de olhos fechados, observando se há diferença na qualidade da escuta.

### Massagem em grupo

Também fizemos uma atividade de massagem em grupo, em que uma pessoa se deitava em uma cadeira e era massageada por várias pessoas. A dinâmica de jogos como esse, em que todos os participantes têm a sua vez de serem “cuidados” por vários ou todos os membros do grupo, traz a sensação de reciprocidade, de retribuição do papel desempenhado no grupo, contribuindo para a união de seus componentes. Este tipo de relação é a base de uma sociedade justa.

### Jogo das Mãos

Neste jogo, duas pessoas se dão as mãos e em silêncio, de olhos fechados, uma tenta comunicar emoções ou qualquer outra coisa com a mão. Depois se invertem os papéis. Um jogo simples, mas que pode ser difícil para muitos. Os jogos com contato corporal são delicados, pois inevitavelmente se esbarra na sexualidade, até hoje um aspecto muito ambivalente na nossa sociedade- se por um lado sofre-se um bombardeio constante pela mídia de apelos a ela, por outro, há muitos códigos do que é “proibido”, do que pode levar a uma interpretação sexual. Assim, vive-se constantemente em uma sexualidade virtual, imaginária. Além disso, pela falta de hábito de lidar com o toque, assim como com a nudez, o corpo pode “reagir” com excitação. Se esse obstáculo é superado, uma relação de confiança se estabelece. Trabalha-se conjuntamente neste exercício aspectos da percepção, intuição e comunicação não verbal.

### Jogo do Olhar

Outro jogo de relação muito simples, mas forte, é o jogo do olhar. Em duplas, os participantes se posicionam frente a frente bem próximos, olhando um nos olhos do outro por

alguns minutos, também em silêncio. Não se tem o costume de olhar nos olhos dos outros, pois o olhar pode “trair” pensamentos e intenções que procura-se disfarçar com o jogo discursivo da linguagem verbal. Em geral, a reação das pessoas é rir, devido ao constrangimento daquela situação. Esse jogo constitui uma ótima ferramenta de comunicação não verbal e conhecimento.

#### Jogo das Cadeiras

Formam-se duas filas de cadeiras. Essas filas estão posicionadas uma de frente para a outra a uns cinco metros de distância, uma da outra, formando assim, dois grupos adversários. Cada aluno ocupa uma cadeira e recebe um número, que se repete no grupo adversário. Quando este é falado, os dois alunos com este número (um de cada grupo) devem sair da sua cadeira e ocupar a cadeira que foi deixada vazia no outro grupo. Enquanto isso, os outros integrantes do time tentam impedir que o adversário se sente, deslizando para a cadeira vazia, sempre de braços cruzados. Hoje a maioria das práticas lúdicas são realizadas ou de maneira virtual (videogames, computador) ou com jogos de tabuleiro, onde o corpo não está presente como ferramenta do jogo. Isso reforça a intelectualização, teorização e virtualidade em que já se vive, onde a falta de consciência das demandas e questões relativas ao próprio corpo impede de resolver problemas afetivos e psicomotores. Esse jogo ajuda a transcender a mera intelectualização das atividades, pois estimula o reflexo, a atenção e concentração.

#### Leitura dramática

Como atividade de cunho dramatúrgico, leu-se um texto em que há sempre duas cenas caminhando paralelamente com desenvolvimento e desfecho alternativos para o início de uma estória. Um grupo de alunos atuou como personagens de uma versão e outro grupo os de outra. A proposta desse jogo era se construir uma visão dramática para depois transferi-la para a música. Como cada um encarnaria seu personagem, como construiria a cena, como se relacionaria com os outros, como as diferentes emoções seriam expressas, com tudo isso pode se traçar um paralelo com a música, onde cada instrumento tem uma função, um tipo de relação com os demais, expressa algo e é peça na construção de um movimento e na criação do caráter da música.

#### Mãos no papel

Consiste em desenhar no papel as próprias mãos, e em cada dedo escrever as qualidades que acredita-se possuir, e as que se pretende ter. Como objetivo desta atividade,

busca-se conhecer as qualidades que um aluno atribui como suas, e compará-las com as que outros buscam. Assim, elas podem se complementar, mostrando que a vantagem de se trabalhar em grupo é ter sempre alguém que pode ajudar com algo que some.

### Improvisação

Trata-se da realização de uma improvisação sobre uma harmonia dada. Apesar dessa atividade ser comum entre os músicos populares, ela pode ser de grande dificuldade para alunos de formação erudita. O foco está na autoavaliação de cada membro do grupo em relação ao que sente antes e durante a performance.

### Conclusões:

A experiência relatada neste trabalho mostrou que é possível e necessário um trabalho dessa natureza no curso de Bacharelado em Música. Um semestre ainda foi muito pouco para aprofundar as inúmeras propostas e desenvolver seu potencial. Seria pertinente aplicar musicalmente os aspectos lúdicos, a criatividade, a produção coletiva e a utilização do corpo de forma mais continuada e sistemática. Pretende-se desenvolver vários jogos de improvisação e de cunho dramático. Em todas as atividades que lidam com a prática musical, é essencial deixar claro que não se deve preocupar com erros, nem ter a obrigação de que tudo saia “bonito”. Tais compromissos tolhem a imaginação- o desenvolvimento estético dessas atividades é resultado de muita prática e experiência. O foco nelas é o prazer, a descoberta, o jogo. A partir daí, o aprendizado se constrói.

### Referências:

- ALVES, Carolina Valverde. Padrões físicos inadequados na performance musical de estudantes de violino. *Per musi*. 2012, n.26, pp. 128-139.
- BORÉM, Fausto. Por uma unidade e diversidade da pedagogia da *performance*. *Revista da ABEM*, Porto Alegre, V. 13, 45-54, mar. 2006.
- FRIZERO, Robertson. *Ou isto ou Aquilo*- Teatro com Graça- DRAN- Oficina de Dramaturgia. Disponível no endereço <<http://dc483.4shared.com/doc/sjheZ1Li/preview.html>> Acesso em 8 out. 2012.
- MONTESSORI, Maria. *Mente Absorvente*. Rio de Janeiro: Nórdica, 1987, 316 p
- PEDERIVA, Patricia Lima Marins. *O corpo no ensino-aprendizagem de processos musicais: percepção de professores*. 2005. Dissertação (Mestrado em Educação)- Universidade Católica de Brasília, Brasília.
- PIAGET, Jean. *A formação do Símbolo na Criança*. Rio de Janeiro: Zahar, 1975, 370 p.
- PIEROTTI, Juliana Assef. *Caderno de Jogos Cooperativos*. Disponível no endereço <<http://www.aracati.org.br>> Acesso em 2 jul. 2012.



SWANWICK, Keith. Ensino Instrumental Enquanto Ensino de Música. Trad. Fausto Borém. Cadernos de Estudos – Educação musical. Escola de Música da UFMG, N° 4/5, p. 7-14, nov., 1994.

VIGOTSKII, Lev; (Orgs) COLE Michael... (et al). A Formação Social da Mente: O desenvolvimento dos processos psicológicos superiores. 6 ed. São Paulo: Martins Fontes, 1998, 191p.

WINNICOTT, D. “*O brincar e a realidade*”