



**ABORDAGENS SOMÁTICAS DO MOVIMENTO EM OFICINAS DE TEATRO PARA  
GRUPO HÍBRIDO EM AMBIENTE REMOTO**

**ENFOQUES SOMÁTICOS DE MOVIMIENTO EN TALLERES DE TEATRO PARA GRUPO  
HÍBRIDO EN AMBIENTE REMOTO**

**SOMATIC APPROACHES OF MOVEMENT IN THEATER WORKSHOPS FOR HYBRID  
GROUP IN REMOTE ENVIRONMENT**

**Amanda Pedrotti<sup>1</sup>  
Marcia Berselli<sup>2</sup>**

**Resumo**

O presente artigo busca analisar a estruturação de oficinas de teatro para pessoas com e sem deficiência, destacando os aspectos acessíveis das práticas e as características básicas dos princípios das abordagens somáticas do movimento utilizados como metodologia. As oficinas foram ofertadas pelo Grupo de Pesquisa Teatro Flexível: práticas cênicas e acessibilidade (CNPq/UFSM) no ano de 2020, sendo desenvolvidas de modo remoto por conta do distanciamento social como medida de controle da pandemia de COVID 19.

**Palavras-chave:** acessibilidade, práticas corporais, teatro

**Resumen**

Este artículo busca analizar la estructuración de los talleres de teatro para personas con y sin discapacidad, destacando los aspectos accesibles de las prácticas y las características básicas de los enfoques somáticos del movimiento utilizados como metodología. Los talleres fueron ofrecidos por el Grupo de Investigación Teatro Flexível: prácticas cênicas e acessibilidade (CNPq/UFSM) en 2020, siendo desarrollados de forma remota debido a la distancia social como medida de control de la pandemia de COVID 19.

**Palabras clave:** accesibilidad, prácticas corporales, teatro.

---

<sup>1</sup> [orcid.org/0000-0003-1293-5463](https://orcid.org/0000-0003-1293-5463)

Graduada em Licenciatura em Teatro (2021) pela Universidade Federal de Santa Maria (UFSM). Participante do Grupo de Pesquisa Teatro Flexível: Práticas Cênicas e Acessibilidade (CNPq/UFSM) e do Programa de Extensão Práticas cênicas, escola e acessibilidade. Bolsista de extensão universitária nos anos de 2017 e 2020. Artista da Cena. amandapedrotti@gmail.com

<sup>2</sup> [orcid.org/0000-0002-2731-1373](https://orcid.org/0000-0002-2731-1373)

Professora do Departamento de Artes Cênicas da Universidade Federal de Santa Maria. Líder do Grupo de Pesquisa Teatro Flexível: Práticas Cênicas e Acessibilidade (CNPq/UFSM) e do Laboratório de Criação (LACRI/CNPq). Coordenadora do Programa de Extensão Práticas Cênicas, escola e acessibilidade. Artista da cena. marcia.berselli@ufsm.br

### Abstract

This article seeks to analyze the structuring of theater workshops for disabled and nondisabled people, highlighting the accessible aspects of the practices and the basic characteristics of the somatic approaches to movement used as methodology. The workshops were offered by the Research Group Teatro Flexível: práticas cênicas e acessibilidade (CNPq/UFSM) in 2020, being developed remotely due to social distance as a measure of control for the COVID 19 pandemic.

**Keywords:** accessibility, body practices, theater.

\* \* \*

Compreendemos que as abordagens somáticas do movimento são acessíveis em sua estrutura metodológica ao não trabalhar com modelos de formas de movimento pré-estabelecidas e ao destacar as singularidades dos e das participantes. Parte dessa premissa a escolha de princípios de abordagens somáticas como base para as Oficinas de Teatro para pessoas com e sem deficiência<sup>3</sup> ofertadas pelo Grupo de Pesquisa Teatro Flexível: práticas cênicas e acessibilidade [informação suprimida para avaliação] (CNPq/UFSM) no ano de 2020. Porém, em meio ao isolamento social decorrente da pandemia de COVID 19, uma outra abordagem das práticas somáticas se fez necessária a partir do uso do ambiente virtual como modo de manutenção das oficinas oferecidas à comunidade.

O presente artigo busca analisar como se deu a estruturação das oficinas, especialmente no que concerne à manutenção dos aspectos acessíveis das práticas e das características básicas das abordagens somáticas do movimento. Para tanto, são apresentadas inicialmente as organizações dos encontros, que foram desenvolvidos em modalidade síncrona e assíncrona. Na sequência, pontos específicos concernentes às abordagens somáticas do movimento passam a ser analisados, sempre mantendo o aspecto da acessibilidade como uma das premissas da observação e avaliação das práticas desenvolvidas. As questões metodológicas são aqui investigadas, fornecendo pistas para pensarmos a possibilidade do uso do ambiente remoto como estratégia de manutenção das práticas em período de isolamento social, assim como no oferecimento de práticas acessíveis a um público que, vivenciando ou não uma pandemia, é

---

<sup>3</sup> A ação de extensão é parte do Programa de Extensão Práticas Cênicas, escola e acessibilidade e contou com apoio do Observatório de Direitos Humanos da Universidade Federal de Santa Maria (ODH/PRE/UFSM) e do Fundo de Incentivo à Extensão (FIEX-CAL/PRE/UFSM).

atravessado pelo isolamento, pela restrição arquitetônica, metodológica, comunicacional ou atitudinal de uma sociedade que ainda é capacitista.

### **A estrutura dos encontros e a abordagem das práticas no contexto virtual**

As Oficinas de Teatro para pessoas com e sem deficiência propuseram, no segundo semestre do ano de 2020, o desenvolvimento de oficinas de teatro para grupo híbrido. Por conta do distanciamento físico como medida de controle da pandemia de COVID 19, as oficinas foram desenvolvidas de maneira remota nas modalidades síncronas e assíncronas. As oficinas, nas duas modalidades, visaram a acessibilidade às práticas artísticas, contribuindo para o estabelecimento de ambientes efetivamente acessíveis, estimulando a participação das pessoas com deficiência em diferentes espaços, sejam virtuais ou físicos.

As oficinas síncronas ocorreram quinzenalmente às terças-feiras com, aproximadamente, uma hora de duração. E as oficinas assíncronas ocorriam nas terças-feiras em que não havia encontros síncronos, com a disponibilização de materiais através do site do Teatro Flexível<sup>4</sup>, para que os e as participantes pudessem realizar a oficina de modo que se sentissem confortáveis, sem a necessidade de estar na frente de telas (dispositivos celulares, computadores, notebooks) em horários pré-determinados. As oficinas assíncronas eram disponibilizadas no site em três formatos: pdf com imagens, pdf sem imagens e áudio, todos contendo o mesmo conteúdo. Assim, em uma semana eram oferecidas oficinas em modo síncrono e na semana seguinte, em modo assíncrono, de forma intercalada.

O público da oficina era flutuante, ou seja, nem todos(as) participavam semanalmente das oficinas. Entretanto, a proposta da oficina era justamente essa, que os e as participantes pudessem participar conforme suas possibilidades e disponibilidades – de conexão, de acompanhamento, de disponibilidade corporal etc. Além da característica de público flutuante, as oficinas tinham como propósito a criação de um espaço criativo que reunisse interessados(as) nas práticas de teatro, estabelecendo um grupo híbrido no qual fosse possível colocar em evidência as possibilidades de

---

<sup>4</sup> <https://www.teatroflexivel.com.br/>

movimento de pessoas com corpos de estruturas diversas a partir de abordagens corporais.

De modo geral, quando pensamos na cena teatral construímos a imagem de corpos compondo no espaço. Embora existam outras possibilidades de elementos que compõem a cena, ainda há um padrão do que se espera da cena teatral, parte das vezes esse padrão é composto por corpos de atores, atrizes ou performers no espaço cênico.

Ao tratar da cena, a hipervisibilidade do corpo é uma das características pulsantes que exigem atenção. Nas artes cênicas o corpo não só está em evidência, como é o elemento promotor da empatia do espectador. O corpo diferente, no entanto, provoca um atrito nessa adesão. (BERSELLI, 2019, p. 53)

Essa constatação nos leva a considerar de qual corpo estamos falando. Tradicional e historicamente, o corpo reconhecido como apto à cena foi o corpo habilidoso, virtuoso, com possibilidades e variações de expressões e de movimentos. A nossa compreensão em relação ao que se entende por um corpo apto à cena está atrelada a “uma construção moldada por valores e normas sociais adquiridas e vivenciadas ao longo de nossa trajetória” (BERSELLI, 2019, p. 59). Quando há um corpo diferente que não corresponde à norma esperada pelos espectadores e pelas espectadoras um conflito se estabelece, pois a “inserção de corpos com limitações físicas reais pode ser extremamente desconcertante para os críticos e membros da plateia que estão comprometidos com a estética de uma beleza ideal” (ALBRIGHT, 1977, p.7). Não somente em relação a estética, mas em relação ao que se espera que um corpo apto à cena faça ou reproduza. A negação frente ao que não corresponde à “norma” para a sociedade, é apontada por David Le Breton (2012) como um estigma, representando a ambivalência da categorização da deficiência feita pela sociedade ocidental.

[...] o discurso social afirma que ele é um homem normal, membro da comunidade, cuja dignidade e valor pessoal não são sensoriais, mas ao mesmo tempo ele é objetivamente marginalizado, mantido mais ou menos fora do mundo do trabalho, assistido pela seguridade social, mantido afastado da vida coletiva por causa das dificuldades de locomoção e de infra estruturas urbanas frequentemente mal-adaptadas. E, quando ousa fazer qualquer passeio, é acompanhado por uma multidão de olhares, frequentemente insistente; olhares de curiosidade, de incômodo, de angústia, de compaixão, de reprovação. (LE BRETON, 2012, p. 73)

O discurso inclui e pretensamente aceita, entretanto a realidade exclui e estigmatiza. Esses, dentre tantos outros fatores, contribuem para que dificilmente

encontremos pessoas com deficiência participando de propostas no campo do teatro, seja pela dificuldade de acesso, conhecimento sobre os espaços formativos ou pelos discursos e abordagens capacitistas que classificam as pessoas com deficiência como anormais ou incapacitadas. Durante a proposição das oficinas buscamos minimizar as distâncias entre as pessoas com deficiência e as pessoas sem deficiência. Porém, para os e as profissionais e estudantes do campo do teatro, especialmente aqueles e aquelas que atuam como professores(as) ou facilitadores(as), encontrar metodologias possíveis para o desenvolvimento de práticas cênicas acessíveis é uma das dificuldades.

Vivenciando essa problemática, durante a realização das oficinas, enquanto facilitadoras investigamos práticas pautadas em princípios das abordagens somáticas, pois encontramos nessas práticas características acessíveis ou com possibilidades de se tornarem acessíveis (BERSELLI, 2019). As propostas apresentadas aos participantes nas oficinas eram selecionadas e preparadas com a finalidade de ampliar as possibilidades de acesso das pessoas com e sem deficiência às práticas cênicas.

### **Os princípios das abordagens somáticas do movimento como metodologia acessível e flexível**

Os princípios das abordagens somáticas do movimento foram utilizados como metodologia para o desenvolvimento das Oficinas de teatro para pessoas com e sem deficiência. Assim, antes de seguir com a análise das práticas, é interessante retomar o conceito de soma. O termo somática é oriundo da palavra grega soma que foi reinventada por Thomas Hanna, pois o mesmo distinguiu os conceitos de soma e de corpo, segundo Bolsanello: “Soma é o corpo subjetivo, ou seja, o corpo percebido do ponto de vista do indivíduo. Quando um ser humano é observado de fora, por exemplo, do ponto de vista de uma 3ª pessoa, nesse caso, é o corpo que é percebido”. (BOLSANELLO, 2005, p. 100).

Soma é a pessoa com todas suas crenças, seus traumas, seus contextos, suas vivências, é toda a amplitude do ser desde a fisionomia até as questões sociais e culturais. É a percepção do ser consigo mesmo. Eu sinto, eu toco, eu vejo, eu vivo, eu observo, eu percebo, eu sou soma. Segundo o sociólogo francês David Le Breton (2012, p. 7) as significações que fundamentam a nossa existência individual e coletiva são

oriundas do corpo, pois para o autor “ele é o eixo da relação com o mundo, o lugar e o tempo nos quais a existência toma forma através da fisionomia singular de um ator”. O corpo toma forma através da fisionomia. E o que é a fisionomia? Aquilo que é observado por mim, assim como também é observado por uma terceira pessoa. A soma também é a forma, mas, para além disso, ela é o todo.

De modo geral, o campo da Educação Somática apresenta diversas ramificações e diferenciações. Fernandes (2015, p.16) aponta que atualmente o que entendemos e nomeamos como somática “originou-se de técnicas específicas altamente estruturadas em termos de princípios, procedimentos, treinamentos e aplicações”. É importante ressaltar que há diferenças entre técnicas somáticas, abordagens somáticas e métodos somáticos. Para melhor compreensão, utilizamos a diferenciação apontada por Fernandes (2015) no seu artigo “Quando o todo é mais que a soma das partes: somática como campo epistemológico contemporâneo”.

Dentre as técnicas somáticas existentes na contemporaneidade, podemos citar a Técnica Alexander, os *Bartenieff Fundamentals(tm)*, o *Body-Mind Centering(r)*, as *Connective Tissue Techniques(r)*, o *Continuum*, o *Dynamic Embodiment(c)*, a Eutonia, a *Klein Technique(tm)*, o *Feldenkrais Method(r)*, a *Hanna Somatic Education*, a *Ideokinesis*, a *Postural Integration*, o *Progressive Relaxation*, o *Rolfing*, a Reorganização Postural Dinâmica, o *Rosen Method Bodywork*, a *Sensory Awareness*, a *Skinner Release Technique*, a *Spiral Praxis*, a *Strozzi Somatics*, a Técnica Klauss Vianna, o *3-D Workout(tm)*, a *Trager Approach* e a *Voice Movement Integration*. Métodos somáticos afins a técnicas somáticas são, por exemplo, o *Authentic Movement*, o *Embodied Conducting(tm)*, o *Kestenberg Movement Profile*, a *Laban/Bartenieff Movement Analysis* (que inclui os *Bartenieff Fundamentals(tm)*), a *Movement Pattern Analysis*, o *Somatic Centering(tm)* (que inclui o *Rolfing*), a *Somatic Experiencing(tm)*, entre outros. A diferença básica entre uma técnica e um método está no arcabouço constitutivo, que é de exercícios (no caso da técnica) ou de procedimentos (no caso do método), ambos guiados por princípios. (FERNANDES, 2015, p. 12-13)

As práticas somáticas são guiadas por princípios que promovem a diferença nessas técnicas, métodos e abordagens. Ao assumir o termo somático a prática deixa de seguir determinados estilos de expressão corporal e “passa a ser na experiência como um todo integrado e dinâmico, na natureza do corpo como ser vivo em constante relação, adaptação e aprimoramento com o/no meio” (FERNANDES, 2015, p. 13). As práticas somáticas, de modo geral, não se limitam a moldes, não buscam modelos e não viabilizam uma aprendizagem quantitativa e mecanizada. As aprendizagens dessas práticas se dão através da percepção de si, ou como aponta Fernandes (2015, p. 13) “em um contexto de aprendizado receptivo e perceptivo, facilitando a conexão sensorial

através da pausa dinâmica e do refinamento do esforço muscular integrados no todo da pessoa e do ambiente”.

Os princípios das abordagens somáticas do movimento foram investigados e instaurados como método de ensino para que a prática das oficinas estivesse mais próxima do contexto de cada participante. Como dito anteriormente, as técnicas, métodos e abordagens para serem consideradas somáticas devem seguir determinados princípios, ou como aponta Fernandes (2015, p. 13) alguns “aspectos fundamentais da somática”. Esses aspectos fundamentais, são formulados em conceitos por Bolsanello (2011), dos quais a autora nomeia de descondicionamento gestual, autenticidade somática e tecnologia inteira. Entretanto, para a formulação desses conceitos a autora sinaliza as características comuns aos métodos, técnicas e abordagens de Educação Somática, que estão relacionadas ao modo como os e as educadoras(es) somáticas(os) abordam o movimento do corpo.

As características sinalizadas pela autora são: a diminuição do ritmo; a respiração como suporte de movimento; a interpretação da diretriz verbal; a auto-pesquisa do movimento; a auto-massagem; a busca do esforço justo; o alongamento fino e preciso; o aumento do vocabulário gestual e a aprendizagem “leiga” (BOLSANELLO, 2011). Para a elaboração das Oficinas de teatro para pessoas com e sem deficiência, buscamos explorar e vivenciar essas características em aula através de planejamentos que respeitassem as características e, para além disso, respeitassem os limites e as possibilidades dos e das participantes.

### **Questões metodológicas implicadas em uma oficina desenvolvida em modo remoto**

Para aproximar os leitores e as leitoras das práticas desenvolvidas, verticalizando o estudo dos princípios das abordagens somáticas desenvolvidos nas Oficinas, vamos analisar dois pontos específicos da revisão da metodologia, sendo eles o tempo de mediação e a utilização de imagens.

#### **O tempo de mediação**

Ao trabalhar com princípios das abordagens somáticas do movimento, somos guiadas(os) pela observação. Através da observação podemos determinar o tempo ideal para a indicação, embora as práticas somáticas trabalhem com uma metodologia que sugere que o e a participante descubra seu próprio tempo, de modo geral, as indicações das práticas são num tempo mais ralentado em comparação ao tempo cotidiano. É pela observação que vemos os e as participantes realizando as práticas e, a partir dela, decidimos se devemos sugerir uma próxima indicação ou se devemos permanecer por mais alguns instantes na indicação sugerida inicialmente. Porém, presencialmente, podíamos observar os e as participantes realizando as indicações porque estávamos no mesmo espaço. Como observar através do ambiente remoto, visto que, em alguns casos os e as participantes optam por não ligarem as câmeras durante a realização da prática?

Primeiramente devemos ressaltar que câmeras desligadas nem sempre significam desinteresse, existem inúmeros fatores que contribuem para que este fato ocorra, como, por exemplo, internet lenta, desconforto em relação ao espaço que o e a participante está inserido(a), desconforto consigo mesmo(a) (com sua imagem), desconforto em relação aos e às demais participantes, timidez etc. De modo geral, as práticas somáticas contribuem para a emancipação dos e das participantes, pois a mesma não prevê a reprodução, cópia ou modelo da facilitadora ou do facilitador. Os e as participantes são convidados(as) a realizarem as práticas através do que eles e elas entendem das indicações. O tempo e o modo como a prática se dará dependerá da investigação individual de cada um e de cada uma. Cabe a nós, enquanto facilitadoras(es), compreender esses diferentes tempos e não interromper o processo de descoberta pessoal.

O modo que encontramos, enquanto facilitadoras, para compreender o tempo da prática em ambiente virtual foi através da realização da mesma. Quando a oficina era planejada, em seguida era experienciada pela facilitadora, para que através do reconhecimento do próprio tempo de realização da mesma, pudesse pressupor o tempo de realização dos e das participantes. Devemos ressaltar que cada um e cada uma tem seu tempo de realização da prática, a investigação pessoal (pela facilitadora) foi um modo de compreender parcialmente o tempo de indicação.

Esses aspectos das práticas somáticas fazem parte das características comuns aos métodos de Educação Somática (BOLSANELLO, 2011) destacadas anteriormente. Deve-



se ressaltar que “[...] não se ensinam e nem se aprendem movimentos. Trata-se de distinguir vários níveis de atenção. Trata-se da consciência do movimento e não da consciência do corpo” (BOLSANELLO, 2018a, p. 11). As características: diminuição do ritmo e a interpretação da diretriz verbal são duas, das nove apontadas por Bolsanello (2011).

A diminuição do ritmo: O professor propõe que o aluno faça os movimentos de forma mais lenta do que habitualmente ele faz a fim que possa perceber as estruturas músculo-esqueléticas implicadas quando executa o movimento. É o primeiro passo de uma tomada de consciência de como se executar um movimento de maneira justa. [...] A interpretação da diretriz verbal: O professor não demonstra os movimentos ao aluno para que ele não se torne um modelo. O aluno é levado a interpretar as comandas segundo a percepção que tem de seu corpo, seus limites e potencial. (BOLSANELLO, 2011, p. 308)

De modo geral, as práticas possibilitam que os e as participantes descubram o melhor modo de se movimentar através da própria experiência. Durante as indicações das práticas, sempre ressaltamos que os e as participantes encontrem a melhor maneira de se movimentar (para si) e que essa experimentação seja feita de modo mais lento em comparação às atividades cotidianas. Além disso, “uma mesma sequência de movimentos pode ser realizada de diversas maneiras porque cada um dos alunos que está presente na aula executa os exercícios a partir de uma interpretação própria” (BOLSANELLO, 2018b, p. 3). A variação de uma mesma indicação precisa ser ampla, para que possa atender todos os corpos presentes. Como cada um e cada uma descobre pelo/no seu próprio corpo, o desafio se encontra em nós, enquanto facilitadoras, de não atravessarmos a investigação do outro e da outra. Nesse ponto, a colaboração dos e das participantes se tornou fundamental para que houvesse possíveis ajustes no tempo e nas variações dos modos de indicação.

A colaboração dos e das participantes, nas oficinas, se dava através de conversas no final das práticas. Nada era obrigatório. Os e as participantes eram convidados(as) - se sentissem confortáveis - a relatarem, se houvesse, alguma descoberta/vivência daquela oficina. As colaborações contribuíram para avaliação das práticas, para a autoavaliação enquanto facilitadoras e para a vivência dos princípios das abordagens somáticas enquanto metodologia. A mesma indicação ressoava de diferentes modos em cada corpo, tornando a vivência única e indivisível para cada participante.

## Utilização de imagens

De modo geral, enquanto facilitadoras das oficinas, passamos a reconhecer estratégias de aproximação entre o modo de indicação das práticas somáticas e os e as participantes. Uma das estratégias foi a utilização de imagens como mote para as indicações, o que Fortin (1998, p. 90) chama de “linguagem metafórica”. A linguagem metafórica consiste na utilização de figuras de linguagem para indicar determinados movimentos, de modo que não se aplica literalmente, ou seja, que possui diferentes acepções.

Uma das preocupações centrais no decorrer das oficinas era como o acesso aos e às participantes estava acontecendo. Como as práticas somáticas trabalham com a perspectiva da interpretação da diretriz verbal, a facilitadora ou o facilitador não demonstram os movimentos a fim de que os e as participantes copiem como um modelo. As indicações ocorrem pela fala a fim de que os e as participantes realizem as atividades de modo que seja compreensível e confortável para si mesmo(a).<sup>5</sup> Porém, no decorrer das oficinas começamos a perceber que alguns e algumas participantes com deficiência não realizavam as propostas através da interpretação da fala da facilitadora. Essa constatação se deu através da observação das câmeras quando os e as participantes deixavam-nas ligadas. Pensando em como facilitar o acesso a esses e essas participantes, passamos a utilizar imagens de modo metafórico, para incentivar a investigação pelo/no próprio corpo.

A utilização das imagens surge “como consequência das sensações que emergem dos movimentos experienciados” (MILLER, 2010, p. 114 - 115). Ou seja, não há uma imposição de uma imagem, há a construção da imagem através da realização do movimento experienciado pelo próprio ou pela própria participante. Como mote para a experimentação, sugerimos algumas sensações, tais como: o vento, o calor, a brisa do mar etc. Embora essas sensações sejam embutidas de imagens pré-estabelecidas, o participante ou a participante é convidado(a) a experimentar outras possibilidades

---

<sup>5</sup> Destacamos que nessa Oficina específica não tivemos a presença de participantes surdos(as). Caso contássemos com essa participação, haveria o suporte de uma intérprete de Libras (caso, por exemplo, de outra oficina oferecida pelo Grupo de Pesquisa) sendo necessário uma comunicação entre essa profissional e a facilitadora das oficinas de modo a realizar ajustes e reestruturações adequadas para a melhor participação da pessoa surda.

durante o reconhecimento do seu movimento, o que Bolsanello (2011) nomeia de auto-pesquisa do movimento.

As comandas não dirigem o aluno à mera execução de uma seqüência de movimentos, nem a um aperfeiçoamento dessa seqüência. Trata-se de incitar o aluno a explorar, através do movimento, conexões entre partes do corpo aparentemente desconexas. (BOLSANELLO, 2011, p. 308)

A imagem não é imposta, fixa e estática. Ela surge através da criação individual de cada um e de cada uma, pelo incentivo criador da facilitadora ou do facilitador. Através de indicações convidamos os e as participantes a reconhecerem outras partes do corpo, outras possibilidades de conexões e desconexões. Às vezes, nas oficinas, as imagens surgiam através de atividades cotidianas, incitando os e as participantes a perceberem como realizam as tarefas cotidianas, como surge o movimento, de onde surge o movimento, quais os esforços necessários para a realização de determinada tarefa. A descoberta da singularidade de cada um e de cada uma não necessariamente está relacionada ao extravagante, às vezes pode estar nos mínimos detalhes. Novamente cabe ao facilitador ou à facilitadora instigar os e as participantes à investigação.

### **Considerações finais**

Em virtude do que foi apresentado, devemos considerar que essa prática foi desenvolvida com um grupo híbrido, constituído por participantes com e sem deficiência e, uma das características do grupo, era o fato dos e das participantes serem flutuantes. O objetivo foi o de desenvolver oficinas de teatro com participantes com e sem deficiência, a fim de compreender os repertórios individuais, além da experimentação dos princípios das abordagens somáticas do movimento com esse grupo em específico. Como, durante a realização das oficinas, vivenciávamos a pandemia do novo coronavírus (COVID-19), se fez necessário uma adaptação no modo como as práticas foram desenvolvidas, sendo utilizado o modo remoto.

Primeiramente, buscamos ampliar o acesso das pessoas com deficiência às práticas cênicas através da divulgação das Oficinas em diversos espaços, tais como: eventos que articulavam discussões sobre acessibilidade e artes cênicas, além da criação de redes sociais com intuito de divulgação em diferentes grupos. E, posteriormente,

passamos a planejar as Oficinas através dos princípios das abordagens somáticas do movimento. De modo geral, no entrelaçamento da vivência nas oficinas e do planejamento das mesmas, passamos a reconhecer alguns modos de acessar ou de nos aproximarmos dos e das participantes através das indicações da prática.

No final das oficinas, era proposta uma roda de conversa, nesse momento os e as participantes eram convidados(as) - se sentissem confortáveis e disponíveis - a relatarem suas vivências. Nos relatos os e as participantes apontavam suas descobertas em relação aos seus processos individuais, de modo geral, as descobertas estavam relacionadas às percepções de movimentos cotidianos. Os apontamentos trazidos pelos e pelas participantes demonstravam as singularidades específicas das práticas somáticas que foram investigadas como metodologia das Oficinas.

Os princípios somáticos contribuíram para que os e as participantes investigassem o melhor modo de se movimentar para si mesmos(as). Além de demonstrar que a prática pode despertar sensações e perspectivas diferentes em cada participante, foi possível observar o despertar de um interesse pelas descobertas individuais, com os e as participantes desenvolvendo gradualmente uma atenção para suas estruturas corporais específicas e seus modos de relação com o mundo a partir dos aspectos físico e sensorial.

As singularidades das práticas somáticas se sobressaem através dos seus princípios, demonstrando respeito e empatia pelas individualidades de cada participante. Não existe um modo certo ou errado de responder às propostas, não existe um modelo a ser seguido. O que existe é a descoberta que se dá pelo/no corpo de cada participante, através do autoconhecimento e da autopercepção de seus limites e das suas possibilidades. As práticas somáticas não buscam caracterizar ou moldar os corpos dos e das participantes, elas contribuem para que cada um e cada uma encontre as suas características e respeite seu modo de se movimentar e de viver.

Reconhecemos que existem limites intransponíveis no uso do ambiente virtual e do meio remoto para desenvolvimento das práticas. Porém, considerando o momento atual e a necessidade de manutenção do distanciamento físico e social de modo à contenção do vírus, as oficinas aqui apresentadas destacam uma possibilidade de desenvolvimento de práticas corporais que estimulam o cuidado de si, a valorização das singularidades e o reconhecimento das contínuas transformações corporais que indicam

que as possibilidades e limites dos corpos não são dados estáticos. Para o público que é historicamente e socialmente segregado, como as pessoas com deficiência, o acesso às práticas em ambiente virtual pode se tornar um convite, uma abertura não só para uma revisão do olhar sobre si, mas para o universo das práticas cênicas.

### Referências:

ALBRIGHT, Ann C. *Movendo-se através da diferença: dança e deficiência*. Tradução e Revisão: Barbo, Consuelo V; Dantas, Mônica F. **Cena**, Porto Alegre, n. 12, p. 001-030, 2012.

BERSELLI, Marcia. **Abordagens à cena inclusiva: princípios norteadores para uma prática cênica acessível**. 2019. 298 p. Tese (Doutorado em Artes Cênicas) - Instituto de Artes – Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, 2019.

BOLSANELLO, Débora. **Educação Somática: ecologia do movimento humano – pensamentos e práticas**. Curitiba: Juruá, 2018a.

BOLSANELLO, Débora. A educação somática e o contemporâneo profissional da dança. **DAPesquisa**, Florianópolis, v. 7, n. 9, p. 001-017, 2018b.

BOLSANELLO, Débora. A Educação Somática e os conceitos de descondicionamento gestual, autenticidade somática e tecnologia interna. **Motrivivência**, Florianópolis, n. 36, p. 306-322, jun. 2011.

FERNANDES, Ciane. Quando o Todo é mais que a Soma das Partes: somática como campo epistemológico contemporâneo. **Presença**, Porto Alegre, v. 5, n. 1, p. 9-38, jan./abr. 2015.

FORTIN, Sylvie. Quando a ciência da dança e a educação somática entram na aula técnica de dança. **Pro-Posições**, São Paulo, v. 9, n. 2, p. 79 - 95, jun. 1998.

LE BRETON, David. **A Sociologia do Corpo**. Rio de Janeiro: Vozes, 2012.

LOURO, Guacira Lopes. Corpo, escola e identidade. **Educação e Realidade**, Porto Alegre, v. 25, p. 59-76, jul./dez. 2000.

MILLER, Jussara C. **Qual é o corpo que dança? Dança e Educação Somática para a construção de um corpo cênico**. Tese (Doutorado em Artes) – Instituto de Artes, Universidade Estadual de Campinas, Campinas, 2010.