



## A TÉCNICA DE KLAUSS VIANNA: RESPEITANDO A DIVERSIDADE DE CORPOS

KLAUSS VIANNA'S TECHNIQUE: RESPECTING THE DIVERSITY OF BODIES

<sup>1</sup>Valdeane Silva dos Santos; <sup>2</sup>Yara dos Santos Costa Passos

<sup>1</sup>Universidade Federal do Amazonas – vssmanaus@hotmail.com

<sup>2</sup>Universidade do Estado do Amazonas – ycosta@uea.edu.br

**RESUMO:** Este trabalho discute a profundidade que a técnica de Klaus Vianna traz como dispositivo de corpos expressivos em Dança. Este trabalho investiga possibilidades corporais que a técnica possa oferecer a pessoas iniciantes em dança na faixa etária de 15 a 29 anos. A Técnica tem como característica a investigação da consciência corporal, visando a escuta, atenção e acionamento do corpo, ressaltando que atenção e a escuta são desenvolvidas na construção de um movimento consciente, sem ignorar a conexão entre os conteúdos conscientes e inconscientes na produção de movimento e comunicação, assim o movimento se exteriorizar com sua individualidade trazendo suas percepções consigo, destrinchando a técnica por meio da sua estruturação didática e o estudo dos típicos corporais no dia a dia de sala de aula.

**PALAVRAS CLAVE** - Técnica Klaus Vanina, Movimento consciente, Atenção.

**ABSTRACT:** *This work discusses the depth that Klaus Vianna's technique brings as a device of expressive bodies in Dance. The present research investigates corporal possibilities that the technique can offer to people beginners in dance in the age group of 15 to 29 years. The technique is characterized by the investigation of body awareness, aiming at listening, attention and activation of the body, emphasizing that attention and listening are developed in the construction of a conscious movement, without ignoring the connection between conscious and unconscious contents in the production of movement. and communication, so the movement externalizes itself with its individuality, bringing its perceptions with it, unraveling the technique through its didactic structuring and the study of the typical corporal in the day to day of the classroom.*

**KEYWORDS:** *Klaus Vianna Technique, Conscious movement, Attention, Body*





## 1. INTRODUÇÃO

A técnica Klauss Vanina foi escolhida nesta pesquisa, por ser um sistema dinâmico de construção corporal para o processo criativo de alunos iniciantes. Apresenta também, os caminhos percorridos durante o processo e seus desdobramentos, os resultados obtidos no período incluem laboratórios corporais, fontes bibliográficas, vídeos e processos coreográficos, pois se entende que a técnica em questão desenvolver a concentração de um corpo presente, o foco está na atenção para o trabalho com a improvisação, o contato improvisação e a criatividade de movimento por meio da dança.

Além disso, a dança pode proporcionar aspectos lúdicos, através da espontaneidade, do brincar com o corpo e experimentar novos caminhos através de movimentações livres. Uma técnica que visa priorizar a totalidade do ser humano, o estado de bem-estar global da pessoa no ambiente, trazendo a aplicação de diversos tópicos e efetivação destes princípios, sendo eles três: processo lúdico, processo de vetores e processo criativo ou didático, todos esses elementos se encaixam em uma linguagem de consciência corporal, tornam-se hoje, comumente utilizados pela maioria das pessoas artistas ou pesquisadores da dança (MILLER, 2007).

Tais objetivos foram atingidos de forma que apresentamos, discutimos, mapeamos, e analisamos os estudos já realizados utilizando a técnica. Por meio de aulas semanais de dança e literatura e os estudos práticos, realizamos os processos criativos valorizando a criatividade o criar, o inventar, o inovar, dentro campo artístico, como objetivos específicos, mapear e analisar os estudos já realizados acerca do uso da técnica em processos de criação em dança; realizar um estudo prático cujo aporte teórico esteja relacionado com a técnica, valorizando as individualidades de cada participante; analisar o processo de desenvolvimento das aulas, bem como os resultados dos processos coreográficos obtidos no desenvolvimento da consciência corporal dos participantes O conceito de consciência corporal, cunhado pela pesquisadora.

Jussara Miller, evidencia uma forte relação entre o entendimento de consciência e expressão corporal, associados à materialidade do corpo dentre estas linguagens.

A técnica consiste em respeitar a diversidades de corpos na dança, visando a melhor sensibilização da escuta, atenção e acionamentos dos mesmos, ressaltando que a atenção e a escuta são desenvolvidas na construção de um movimento consciente, sem ignorar a conexão entre os conteúdos conscientes e inconscientes na produção de movimento e comunicação. Com isso nossos autores principais como Neide Neves, Jussara Miller, Revista TKV (online), Marina Magalhães e o acervo do Klaus Vanina, contribuíram para desenvolvimento deste trabalho realizado e posteriormente o desenvolvimento da técnica, por meio da sistematização de Jussara

Miller, a sua estruturação didática e o estudo corporal no dia a dia de sala de aula, com enfoque na exploração do movimento a partir de atividades que articulam e desenvolvem a flexibilidade e postura, trabalhando a consciência corporal, ampliando a percepção da pessoa e busca entender as relações entre a mecânica do movimento, que propõe uma nova investigação do ser, partindo de sua formação anatômica como os ossos, músculos e articulações.

O uso da técnica propõe que, a partir da tomada de consciência do corpo, de suas possibilidades e limites, a dança acontece, sobretudo, por desenvolver uma disponibilidade corporal, visa respeitar corpos, despertando, desbloqueando o mesmo, provocando ou evocando uma transformação dos padrões de movimento dos envolvidos.





## 2. MÉTODO

A metodologia aplicada para essa investigação está pautada nos conceitos com abordagem qualitativa, adotamos as recomendações de Minayo (1994, p. 06) na qual “se preocupa com um nível de realidade que não pode ser quantificado”. Desse modo, fui desenhado os procedimentos metodológicos a serem utilizados na realização da pesquisa, buscando na fala dos alunos as concepções que eles atribuíram ao uso da técnica de Klaus Vanina, tendo em vista a questão norteadora da pesquisa: de que maneira os processos da técnica de Klaus Vanina contribuem na compreensão do movimento consciente? Portanto, a análise dos dados está apresentada aqui em 3 etapas já definidas em concordância com dois objetivos específicos: realizar um estudo prático cujo aporte teórico esteja relacionado com a TKV, valorizando as individualidades de cada participante; analisar o processo de desenvolvimento das aulas com os resultados criativos obtidos nas aulas.

Como procedimento técnico adotamos a pesquisa-ação, a partir da investigação de uma ação baseada em uma autorreflexão coletiva. Essa ação foi colaborativa entre pesquisadora e participantes, por intermédio de filmagens, registro fotográfico; entrevistas semiestruturadas; rodas de conversa; caderno de campo, sendo sua discussão fundamentadas em pesquisa bibliográfica. [...] Pesquisa bibliográfica reside no fato de permitir ao investigador a cobertura de uma gama de fenômeno muito mais ampla do que aquela que poderia pesquisar diretamente [...] A pesquisa bibliográfica também é indispensável nos estudos históricos [...] (GIL, 2009, 45).

Diante dos pressupostos conceituais, os instrumentos necessários para a obtenção da análise e textualização da pesquisa, estão pautados em três pontos: a — pesquisa bibliográfica, a qual fornece bases para fundamentação teórica na análise dos dados; b — anotações em cadernetas e registro de imagens e filmagens, c — coleta de informações por rodas de conversas e questionários com as alunas envolvidas ao longo das análises, nosso questionário visou entender a vivência dos alunos sujeitos da pesquisa, suas práticas, experiências, entre outras questões que nortearam nossas investigações.

Visando entender os elementos que fizeram parte do processo de desenvolvimento da dança, a partir de métodos e técnicas, experimentos e processos de pesquisa e improvisação, com intuito de aprofundar a percepção crítica, criativa do aluno; expandir o desenvolvimento corporal do aluno por meio do olhar da dança; aperfeiçoamento das noções rítmicas corporais.

## 3. RESULTADOS

As análises de dados foram constituídas conforme as falas das alunas entrevistadas, caderno de campo e o questionário, apresentadas aqui, considerando os objetivos propostos pela pesquisa, através das respostas de perguntas elaboradas as alunas. As perguntas foram relacionadas ao tema central da técnica como dispositivo da expressividade de corpos em Dança, valorizando a expressão da arte e da presença corpórea, levando-nos a buscar propostas no corpo dançante.

As alunas tiveram acesso aos conteúdos através das aulas expositivas, vídeos, imagens disponibilizadas pelo professor, produzidos através dos ensaios das dos laboratórios, trazendo a técnica de Klaus Vianna, e a expressividade de movimentos corporais das danças e do cotidiano. Para fundamentar as categorias de análises trouxemos os estudos utilizados por Antônio Carlos Gil: que definição a pesquisa, como um processo cuja finalidade é proporcionar respostas aos problemas que são propostos, mediante a utilização de métodos científicos. Dessa forma, apresentamos a seguir os





resultados da coleta de dados classificadas em 3 (três) etapas e mostraremos a análise do instrumento das rodas de conversa com as alunas.

### 3.1. PROCESSO LÚDICO

No processo lúdico direcionamos o pensar com o corpo através do próprio movimento de forma geral, foi observado que os participantes adquiriram mais uma opção de preparação corporal em suas vidas, a partir do desenvolvimento da consciência e expressão corporal por meio da abordagem de Klaus Vanina. Iniciamos a primeira etapa da técnica com o processo lúdico, nesta etapa os alunos foram convidados a conhecer seu corpo. Buscou-se nesta etapa, o “despertar” pela sensibilização através dos sentidos, o conhecer, perceber e explorar do corpo, seus limites e possibilidades. Nele foram abordados sete tópicos corporais: presença, articulações, peso, apoios, resistência, oposições e eixo global.

A aula ministrada sobre o acordar do corpo com sub tema presença: os alunos ficaram em uma posição confortável, começaram a pressionar a sola do pé direito, a região do metatarso até chegar no calcanhar, depois entrelaçaram os dedos das mãos com dedos dos pés, após encaixados, giraram para lado direito e depois esquerdo, permitindo que seu pé receba-se essa movimentação, repetido o mesmo processo com a outra perna, depois deitaram no chão, espreguiçando imitando um gato ou cachorro, vendo a real necessidade do seu corpo, que movimento sentia a necessidade de fazer naquele momento, respirando e bocejando, em seguida silenciaram os movimentos até chegar em uma pausa, deitados em decúbito dorsal, os braços perto do tronco, e as palmas das mãos para cima. Deixando seus pés apoiados no chão.

Figura 1 – Acordar o corpo



Fonte: acervo pessoal.

Percebemos com essas práticas e relatos dos alunos que a cada aula realizada é um estudo do corpo com diferentes possibilidades de aprendizado, permitindo viver suas experiências e descobertas individual e coletivamente. Todo ser humano pode até ser parecido na sua estrutura óssea e corporal, mas não na sua construção corporal de vida. O transformador desta técnica não está em sua uma técnica fechada ou engessada, mais, sim, abertas a possibilidades de aprender e reaprender diariamente.







### 3.2. PROCESSO DOS VETORES

O processo dos vetores consiste no mapeamento de oito vetores de força, espalhado pelo corpo humano, tem como proposta trazer o alinhamento adequado em relação à força da gravidade, prevenindo o desgaste ósseo e dores musculares. Começando pelos pés e finalizando no crânio, os vetores auxiliam tanto para o alinhamento postural quanto para provocar novos caminhos de movimento e criação em dança.

Trabalhar o processo dos vetores com alunas iniciantes em dança foi algo que proporcionou um olhar atento ao corpo, como professora. Uma vez que, para isso, é necessário um prévio conhecimento anatômico e também uma prática de observação de cada aluno, das suas particularidades, aprendendo a lidar com suas diferenças corporais em sala de aula, estimulando que trouxessem suas experiências, com abertura para possibilidades, sem padrões e sem o foco em um corpo ideal, e sim trabalhando o corpo real com suas fragilidades e potencialidades de movimentações, permitindo conhecimento e saúde em relação ao corpo, para assim identificar e escutar suas dificuldades e por fim saber orientá-los. Toda essa informação se adquiriu na prática em sala de aula como professora.

Entretanto, é importante dizer que no desenvolvimento da pesquisa, houve receios que fosse um trabalho demasiadamente minucioso, que poderia ser monótono para as alunas envolvidas. Contudo, as alunas receberam cada momento como uma descoberta para novas possibilidades, de tal modo que trabalhar o Processo dos Vetores se mostrou necessário. Em princípio discorri sobre o que seria a “postura correta” para as alunas, que o trabalho com os vetores possibilitaria alcançar tal resposta, portanto, requereria uma disponibilidade de mudança de hábitos posturais já determinados.

As atividades práticas no processo dos oito vetores, possibilitaram o aprofundamento dos elementos técnicos e artísticos da dança, potencializando o diálogo com as outras técnicas existentes no corpo de cada aluna, utilizando os princípios do alinhamento corporal e força, uso da respiração na dinâmica da ação, percepção dos movimentos dos pés a coluna vertebral como base para estruturação e flexibilização dos movimentos, aprofundando a práxis da dança a partir dos referenciais de Klaus Vanina, orientando e preparando as alunas ao contexto artístico, fui desenvolvendo a capacidade física as alunas para a execução do movimento, ampliando o nível de atuação por elementos de criação da dança, propiciando conhecimento crítico interpretativo promovendo a interpretação e a qualidade do movimento; posições, expansão, assimetria de movimento, estimulando a improvisação orientada de acordo com temáticas utilizadas, desenvolvimento de temas; desempenho individual; improvisação livre; criação de trabalhos, apuramos das nomenclaturas do corpo humano. O desenvolvimento das aulas de dança baseou-se num planejamento sistematizado das mesmas, no sentido de se fornecer uma progressividade da técnica, agora será visto alguns elementos usados em sala de aula de maneira que os resultados foram aparecendo progressivamente.

Nos processos dos vetores trabalharam o equilíbrio que pode ser definido, basicamente, como a habilidade de manter o centro de massa corporal na base de sustentação. Dentro desse contexto, o corpo deve conseguir adquirir e controlar determinadas posturas para atingir um objetivo, com capacidade de se deslocar com rapidez e precisão, com coordenação, segurança e ajustado frente às perturbações externas. O equilíbrio é considerado uma das funções do sistema de controle postural, este recebe influências diretas e indiretas de componentes musculoesqueléticos, representações





internas, mecanismos adaptativos e antecipatórios, estratégias sensoriais, sistemas sensoriais individuais e sinergias neuromusculares.

Na noção espacial e peso, podendo ser leve ou firme (ou forte, ou pesado). O peso analisa o movimento em termos da quantidade de força despendida para realizá-lo, é a energia do movimento. Tempo, pode ser rápido ou lento (com mudanças como, por exemplo, rapidíssimo ou lentíssimo, isto valendo para o peso também). Este fator indica em que tempo o movimento se produz, ou seja, se ele é métrico (medidas de tempo) ou não-métrico (a respiração, as batidas do coração). Espaço, pode ser direto ou flexível. Aponta a categoria de trajeto que o movimento traça no espaço e como se dirige nesse espaço.

Fluência, pode ser livre ou controlada. Ela revela o fluxo do peso, tempo e espaço, detectando-o em várias atividades biológicas do homem. A memória é a capacidade de adquirir (aquisição), armazenar (consolidação) e recuperar (evocar) informações disponíveis, seja internamente, no cérebro (memória biológica), seja externamente, em dispositivos artificiais (memória artificial). Com isso, as células coreográficas servem de exercícios para a memória da criança com isso aumentando a capacidade de armazenamento e concentração.

Na coordenação motora dos membros inferiores e superiores (Posições dos pés, dos braços, da cabeça, direções do corpo e das pernas) Coordenação motora é a capacidade de usar de forma mais eficiente os músculos esqueléticos (grandes músculos), resultando em uma ação global mais eficiente, plástica e econômica. Esta categoria permite a criança dominar o corpo no espaço, controlando os movimentos mais rudes. Podemos perceber uma boa coordenação motora verificando a agilidade, velocidade e a energia que se demonstra em atividades como: andar, pular, rastejar, escrever, rolar, etc.

Figura 2 – 1º Vetor: metatarso



Fonte: acervo pessoal

### 3.3. PROCESSO CRIATIVO E EXPRESSIVIDADE EM DANÇA

O processo de criação é visto como contínuo, está sempre em construção, não como um fim, mas um começo de possibilidades, o processo envolve a escuta das potencialidades perceptivas do corpo; das memórias registradas e impressas no decorrer da vida; sendo elas as técnicas corporais de outras danças envolvidas ou simplesmente pela vivência do dia a dia; ou e que se expressam na estrutura e organização corporal, deixando, desta forma, os vestígios no corpo. “Trata-se, portanto, de uma didática que prepara e provoca o aluno para a criação, fornecendo elementos para a pesquisa e o trabalho criativo em dança” (BARROS, 2000, p. 40).





A confirmação destes fatos no desenvolvimento corporal e expressivo é de grande valia para a compreensão e o desenvolvimento da técnica Klauss Vianna. Isto porque o que nos interessa não é chegar a uma excelência na execução de movimentos, ou no desenvolvimento de um estilo determinado, mas trazer o entendimento desta movimentação.

Na conscientização e expressividade, o desenvolvimento de nosso conhecimento sensível, que começa a ser elaborado e moldado ainda na infância, é fundamental para compreensão de como as tensões musculares se estabelecem em nossos corpos. O trabalho de expressão corporal é, por isso, uma técnica que visa “reeducar” esse corpo distanciado, fazendo-o consciente de suas potencialidades, de sua sensorialidade de maneira abrangente e de sua expressividade.

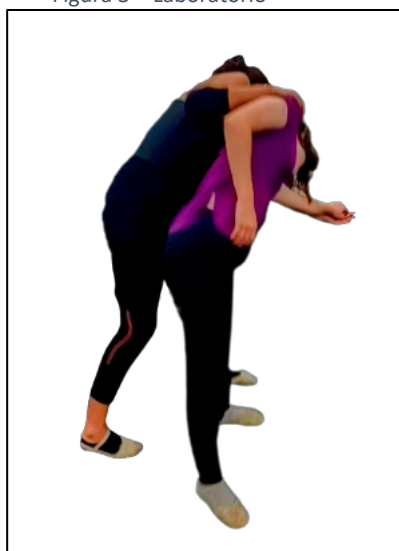
No processo criativo em sala de aula procurou-se uma consciência do que se faz, tendo a possibilidade de transformar passos do dia a dia para uma dança criativa, libertando energia física e emocional, buscando a expressividade na dança, uma forma de expressar um sentimento.

GARAUDY (1980) expressa sua contribuição neste sentido, apontando que “dançar é vivenciar e exprimir, com o máximo de intensidade, a relação do homem com a natureza, com a sociedade, com o futuro e com seus deuses” (p. 14). Todo indivíduo capaz de dançar é considerado livre de tensões negativas e grande possuidor de tensões positivas pelo prazer que a dança proporciona.

Segundo ELLMERICH (1964), a dança é um ritmo mudo, é a música visível. Para MENDES (1987), a dança é composta por movimentos e gestos, em um ritmo, fator importante e indispensável para a atividade ser considerada dança. Assim, o ritmo vai conduzindo a expressão do movimento.

NANNI (1995) complementa afirmando que “Dança é a expressão da harmonia universal em movimento” (p.1), o que se assemelha à ideia de BEJART (apud GARAUDY, 1980), para quem “a dança é uma das raras atividades humanas em que o homem se encontra totalmente engajado: corpo, espírito e coração” (p. 8

Figura 3 – Laboratório



Fonte: acervo pessoal.





#### 4. DISCUSSÃO DOS RESULTADOS E CONCLUSÕES

A pesquisa investigou e analisou a Técnica de Klauss Vianna com pessoas iniciantes em dança na Cidade de Manaus em uma academia de dança, trabalhando com ensino não formal, de modo a conduzir o desenvolvimento de consciência corporal. A análise trouxe uma reflexão sobre a técnica, que consiste em uma vivência corporal que oferece a qualquer pessoa interessada, a possibilidade de experimentar no próprio corpo, de forma lúdica e criativa, os fundamentos do movimento consciente, propósito por Klauss Vianna, tal como ella pôde agregar e auxiliar na construção de corpus conscientes de seus movimentos, propõe mostrar por relatos de alunos, trazendo as suas experiências ao experimentar em seus corpus esa técnica.

Observamos que para Vanina (2005) é fundamental a compreensão do movimento, observação, experimentação, estudo e reflexão sobre o corpo humano e suas implicações anatômicas, funcionais psicológicas, efetivas, espirituais e as possibilidades expressivas pelo corpo através do movimento. O corpo, deste modo, não é apartado do seu cotidiano, das suas experiências de vida, é processualmente constituído integradamente aos ambientes por onde caminha.

A convivência dos participantes da pesquisa no desenvolvimento dos conteúdos em sala de aula, o tornou mais capacitado em seu discurso corporal, e a professora como mediadora, tentou desenvolver um olhar crítico, através das possibilidades dadas em sala de aula, estabelecendo um espaço mais propício para que todas e todos fornecessem suas opiniões próprias. Neste contexto, a adoção de uma abordagem embasada na pesquisa-ação foi adequada, e possibilitou uma melhor integração e colaboração mais efetiva na sala de aula, entre professora e participantes da pesquisa. Nos momentos de escuta oportunizadas, principalmente nas rodas de conversas, repensamos as ações para melhor atender tanto as expectativas dos participantes da pesquisa e quanto da pesquisadora.

Em relação à análise dos sujeitos que fui sendo construída, ponderamos que o conhecimento de seus próprios corpos é importante para haver uma aprendizagem mais eficaz. Conforme Strazzacappa (2013), a apropriação, transformação, distorção e invenção inerentes à transmissão de conhecimento no campo das artes corporais vem com o fazer. Enfatizamos que nas aulas realizadas com alunos, conduzidas por um “trabalho segundo a TKV”, a partir da consciência do corpo e das vivências do dia-a-dia, não se criou uma técnica fechada, justamente porque a técnica não é uma técnica dessa natureza, mais, sim, trazer mais possibilidades para esse corpo, promover benefícios tanto para o professor como para o aluno, com a compreensão de sua capacidade de realizar movimentos, percepção de como seu corpo funciona, assim podendo usá-lo com mais propriedade e consciência, adquirindo e/ou desenvolvendo um caminho para a autonomia, responsabilidade, sensibilidade, percepção de espaço, peso e tempo.

#### 5. REFERÊNCIAS

AQUINO, Dulce. *A dança como tessitura do espaço*. Tese (Doutorado em Comunicação e Semiótica) - Pontifícia Universidade Católica de São Paulo, São Paulo. Mimeografado, 1999.

MILLER, J. **A escuta do corpo**: sistematização da técnica de Klauss Vianna. 2 ed. São Paulo: Summus Editorial, 2007.

QUEIROZ, L. **Corpo, Dança, consciência**: circuitações e trânsitos em Klauss Vianna.. Salvador: Edufba, 2011.







STRAZZACAPPA, M. Sobre danças, andanças e mudanças: trajetórias e memórias de uma artista pesquisadora docente. Campinas: Librum, 2015.

STRAZZACAPPA HERNANDEZ, M. M. ; PAGE, C. ; DELAPLACE, J. . *Encore: peut-on créer sans répéter?. 2013. (Congresso)*

STRAZZACAPPA, M. **Entre a Arte e a Docência: A formação do artista da dança.** Campinas, SP: Papyrus, 2006.

VIANNA, K. **A dança.** 3. ed. São Paulo: Summus, 2005. 154 pp.

VISHNIVETZ, B. **Eutonia, uma educação do corpo para o ser.** São Paulo: Summus, 1995.

VIANNA, k.; CARVALHO, M. A. **A DANÇA.** 3 ed. São Paulo: Summus Editorial, 2005.

