





## A PSICOLOGIA DA DANÇA

Olá, Sou Maria Cristina Lopes, psicóloga e idealizadora primeiro curso de psicologia da dança no Brasil! Eu acredito que a psicologia pode ajudar bailarinos, pais, professores e alunos.

Acompanhe esta apostila para ter uma prévia do curso completo de 4 meses: psicologia da dança. Você tem o poder de ajudar muitas pessoas a atingir seu melhor.

Vamos juntos?



## A PSICOLOGIA



## CONCEITO

A psicologia é a ciência recente que se propõe a estudar o comportamento, pensamentos, aprendizagem, emoções, cérebro e interações dos seres humanos. Ela se preocupa em tratar e promover a saúde nestes âmbitos.

*Por que estudar psicologia da dança?*

Estudar psicologia da dança permite a melhora de ensino e aprendizagem em turmas de dança. Além de ajudar a trabalhar questões psicológicas, formar parcerias de sucesso e saber trabalhar e entender melhor alunos, bailarinos, comunidades e responsáveis. Para psicólogos trabalhar com a dança pode ser um sonho, mas precisamos adaptar os conhecimentos para viver de duas paixões: psicologia e dança!

# Os 16 passos!



No curso passamos por 16 módulos e passos para embasar nossa prática e levar a uma carreira de sucesso e reconhecimento profissional. Aqui você terá uma prévia sobre estes módulos. No curso temos aulas, apostilas completas, materiais de apoio e estudos científicos para nos aprofundarmos em cada um dos tópicos!

## **1 - Mudando a visão e conhecendo a história!**

Precisamos primeiramente modificar nossa visão sobre a psicologia e a própria dança. Este é o primeiro passo para um trabalho de sucesso. Além disso percorremos sobre a história e interesses da psicologia da dança para compreendê-la melhor!

A psicologia da dança como é hoje nasce a partir de interesses comuns com a psicologia do esporte relativos a rendimento, aprendizagem e saúde. Ela também está relacionada a interesses da psicologia educacional voltados para melhora de aprendizagem e a psicologia clínica buscando melhora de aspectos emocionais e comportamentais.

Estudaremos sobre diversas vertentes em psicologia da dança, formas de trabalho, como a psicologia pode ajudar a dança e efeitos de terapias em dança. Ao final, focaremos no trabalho da psicologia em instituições de dança.

# Os 16 passos!



## **2 - Saúde em dança**

A saúde vai muito além da ausência de doenças, sinais ou sintomas. Aqui vamos estudar a saúde integral. Ou seja, buscar a saúde plena em várias áreas da vida do indivíduo. A saúde em dança se refere a formas como a dança pode ajudar a saúde geral da população e formas como podemos melhorar a saúde em instituições de dança. Por isso, neste passo iremos além do que já foi estudado e vamos buscar a saúde fora do contexto normal em que a dança se insere.

## **3 - Aprendizagem e ensino em dança**

A aprendizagem e ensino em dança são completamente diferentes do que ocorre em disciplinas e escola regular. Precisamos estudar sobre o tema e adaptar para esta realidade. Aqui você conhecerá formas totalmente novas para trabalhar em turmas de dança. Se você é psicólogo saberá trabalhar com professores e ajustar formas de ensino!

## **4 - Desenvolvimento humano**

Trabalhar com diferentes faixas-etárias não é tarefa fácil. O professor precisa saber trabalhar com crianças muito pequenas, adolescentes, adultos, idosos, etc. Além disso, o psicólogo da dança também precisa entender o desenvolvimento em dança e não apenas de forma geral. Precisamos também compreender o desenvolvimento em várias esferas para além da técnica. Estudaremos desenvolvimento neuropsicológico, emocional, comportamental, cognitivo, etc.

# Os 16 passos!

## **5 - Inteligência em dança**

Muitas vezes não conseguimos identificar as diferentes inteligências em um aluno ou bailarinos. Ou ainda, como desenvolvê-las. Aqui falaremos sobre a inteligência corporal-cinestésica, musical, espacial, linguística e lógico-matemática. Aprenderemos a identificá-las e trabalhá-las em alunos e bailarinos em instituições de dança.

## **6 - A psicologia da dança no contexto escolar**

A psicologia escolar busca compreender a arte de ensinar e aprender em contexto educacional com o objetivo de tornar este processo mais eficiente e saudável. Precisamos adaptar esta psicologia ao contexto escolar em dança. Veremos estratégias para lidar com alunos, como trabalhar o fracasso em sala de aula, bullying, inclusão e muito mais!

## **7 - Neuropsicologia e dança**

Precisamos compreender como os processos neuropsicológicos influenciam na dança e vice-versa. Também é importante educar os responsáveis a estarem atentos a estes aspectos. Assim, podemos avaliar e estimular da melhor forma possível em contexto de dança. Conceitos como percepção, atenção, memória e emoção serão estudados em relação a diversas faixas-etárias e aplicados ao contexto da dança.

## **8 - Treinamento profissional, recrutamento e dança**

As pessoas são as formadoras de qualquer instituição. Cada escola e companhia tem a cara de quem está lá dentro. Os recursos humanos são a decisão, o planejamento e execução de todo o serviço. Portanto, estudar recursos humanos pode modificar o rumo de qualquer instituição. Recrutamento, seleção e treinamento devem ser práticas com um bom projeto de acordo com os interesses de cada local. Veremos treinamentos e formas de recrutamento e seleção para baixo orçamento adaptando ao contexto da dança

# Os 16 passos!



## **9 - A psicologia do rendimento**

A psicologia do rendimento é uma área da psicologia que tem por objetivo compreender aspectos psicológicos envolvidos no rendimento humano. A psicologia do rendimento visa garantir bem-estar, satisfação pessoal e otimização da performance. Estudaremos personalidade, iniciação precoce (de bailarinos a apresentações e festivais), ansiedade e estresse, atenção e concentração, percepção e motivação. Além de intervenções possíveis e passos práticos para trabalhar com a psicologia do rendimento, seja na escola, companhia ou clínica.

## **10 - Avaliação em psicologia da dança**

A avaliação em psicologia da dança nos permite compreender os agentes envolvidos com a dança de uma forma integral. Há muitas formas de fazer avaliações, desde observação, entrevistas estruturadas ou não e mesmo testes. Aqui vamos nos focar em formas de avaliação para ambos professor de dança e psicólogo. Precisamos pensar em desenvolvimento e rendimento em diversas vertentes para avaliá-lo desta forma.

Podemos pensar em alguns critérios de avaliação gerais para escolas e companhias de dança: físicos, cognitivos, emocionais, comportamentais, socialização e técnico. Também oferecemos modelos de avaliações gerais e o passo a passo para uma boa avaliação em psicologia da dança.

# Os 16 passos!



## **11 - A relação da família com a dança**

A família tem uma forte influência na aprendizagem do aluno, bem como no seu desenvolvimento comportamental e socioemocional. A configuração familiar hoje é plural e os estilos parentais e forma de educação familiar também.

A família é uma enorme parte do desenvolvimento do indivíduo. Ela vai nos ajudar a compreender comportamentos e emoções apresentados no contexto da dança. Estudar sobre a família também pode nos ajudar na relação de professores e psicólogos com os bailarinos, alunos e seus responsáveis.

## **12 - Pensamentos e sua interferência na dança**

Neste módulo vamos focar em entender melhor sobre pensamentos comuns e suas implicações para alunos e bailarinos. E, é claro, como podemos trabalhar estas questões, seja você professor ou psicólogo. Precisamos estudar melhor sobre os pensamentos comuns de pessoas envolvidas com a dança para que possamos trabalhar bem com este público. Ou seja, para fazer uma avaliação integral e boas intervenções.

Nas apostilas e aulas focaremos em compreender a influência dos pensamentos. Depois estudaremos os principais pensamentos disfuncionais e como estar atento a eles. Além, é claro, de passos práticos para trabalhar com eles.

# Os 16 passos!

## **13 - Carreira e (re)orientação profissional em dança**

A orientação profissional é um conjunto de práticas aplicadas destinado ao esclarecimento da problemática vocacional, objetivando identificar a individualidade do orientando. Esse trabalho consiste em uma investigação de diversos temas como: a história pessoal, os gostos e preferências e outros elementos necessários para possibilitar a melhor escolha para cada sujeito. Precisamos compreender sobre este tema para sabermos lidar de maneira mais saudável com bailarinos e vários aspectos referentes a carreira em dança.

## **14 - Psicopatologia e dança**

A psicopatologia se refere a sinais, síndromes e transtornos. Mas não podemos compreender a psicopatologia como sinais simplesmente "anormais" no homem. O sofrimento e outras questões também são considerados na sua definição e classificações. A dança de fato pode ajudar muitas pessoas, como já vimos antes. Mas também precisamos compreender aspectos não saudáveis envolvidos com a dança. Ou ainda, como trabalhar com alunos e bailarinos com transtornos em escolas, companhias ou na clínica.

## **15 - A ética e o ensino em dança**

Devemos nos debruçar sobre este tema para que possamos regular nossa prática profissional e adotar medidas para oferecer um serviço de excelência. Além disso podemos adotar o ensino ético para formarmos alunos e bailarinos responsáveis e adequados. Afinal, nosso dever é desenvolver pessoas saudáveis nos diversos âmbitos.

## **16 - Estudo em psicologia da dança**

Não basta dizer que a psicologia da dança é um campo de prática novo. Precisamos estudar aquilo que nos é oferecido até então. Para isso, precisamos elaborar estratégias de estudo eficazes e confiáveis. Isso auxiliará a prática de professores e psicólogos para além do curso.

# Considerações finais



O curso completo de 16 módulos e 4 meses terá um viés muito prático. Ou seja, traremos questões teóricas, mas sempre adaptando ao contexto da dança de forma prática e acessível. Os 16 módulos são aprofundados de uma forma leve ao longo do curso.

O curso psicologia da dança passa por estes diversos passos para trazer satisfação e reconhecimento profissional. Para isso também oferecemos dois módulos extras ao final com o foco em estratégias práticas para usar estes conhecimentos com a finalidade de obter esta satisfação e reconhecimento.

A psicologia da dança é um campo novo de prática. Porém, é um campo de estudo um pouco mais antigo. Portanto, estudar a área é essencial para buscarmos uma prática de excelência. Seja você professor ou psicólogo.

Ao adquirir o curso você também recebe uma consultoria de bônus por skype para te ajudar ainda mais a atingir seus objetivos dentro da dança. Acredite que é possível atingir seus sonhos e unir duas paixões!

Vamos juntos?

