

Portuguese translation – final version accepted on 28/3/2018

## A experiência do significado na dança circular

Ana L. Borges da Costa<sup>ab</sup> & Diane L. Cox<sup>b</sup>

<sup>a</sup> Universidade de Bolton, Bolton, Reino Unido ; <sup>b</sup> Universidade de Cumbria, Lancaster, Reino Unido

Histórico do artigo: Aceito em 22 de fevereiro de 2016

Descritores: Dança circular, ocupação de lazer; ocupação significativa

### RESUMO

A dança circular, que deriva da tradição de danças folclóricas, é praticada em todo o mundo. Este artigo explora os significados que os participantes de danças circulares atribuem a ela. Foram realizadas entrevistas qualitativas com 39 participantes, focalizadores<sup>i</sup> e coordenadores de treinamento para focalizadores de danças circulares do Reino Unido. Aplicando-se uma abordagem construtivista da teoria fundamentada em dados, 3 categorias foram desenvolvidas representando, respectivamente, as experiências dos participantes, dos focalizadores e dos coordenadores de treinamento de dança circular. Este artigo aborda, especificamente, a primeira categoria, denominada “*Não posso imaginar minha vida sem [as danças circulares]*”, relacionada à experiência de 22 dançarinos. De uma perspectiva ocupacional, o estudo revela como os participantes tomam consciência de uma percepção de significado e da satisfação através do envolvimento na dança circular e da potencial contribuição desta ocupação para o bem-estar das pessoas.

Compreender como as ocupações são organizadas, as habilidades necessárias para realizar variadas ocupações, e como as pessoas ganham consciência de uma percepção de significado através da ocupação, é fundamental para se obter uma evolução do ponto de vista ocupacional. A investigação de ocupações específicas, levando em conta seus diferentes contextos sociais e culturais, pode contribuir para o conhecimento da importância de uma ocupação significativa na vida de todas as pessoas (Hocking, 2000, 2009; Wilcock & Hocking, 2015; Yerxa et al., 1990). Tais entendimentos são essenciais para melhorar a qualidade de vida dos indivíduos e permitir que eles explorem seu potencial (Creek, 2003), porque envolver-se em ocupações significativas e desenvolver seu potencial proporcionam uma sensação de bem-estar e têm impactos positivos na autoestima, na motivação e na sociabilização (Wilcock & Hocking, 2015).

Este estudo qualitativo oferece uma exploração aprofundada de uma ocupação específica: a dança circular. A pesquisa faz parte de um estudo maior de doutorado realizado para explorar a experiência ocupacional de pessoas envolvidas nos grupos de dança circular realizados fora do contexto do sistema de saúde. Esse artigo explora os significados que os participantes atribuem à dança circular, onde “significado” é definido como a intenção, a significância e a importância que algo tem para um indivíduo (Dicionário Oxford, 2015). A discussão começa com uma revisão da literatura relacionada às ocupações significativas, particularmente ocupações de lazer

oferecidas à população. Estes significados são vivenciados e “não existem fora do que é percebido pela pessoa a qual participa do contexto específico de desenvolvimento da ocupação” (Hasselkus, 2001, p. 2, original em inglês). Aspectos relevantes da dança circular, inclusive a sua estrutura, o estabelecimento do movimento e sua rede, bem como a literatura disponível sobre o assunto são aqui discutidos.

## O significado da ocupação

O conceito de ocupação significativa foi explorado por muitos estudiosos (Hammell, 2009; Hasselkus, 2011; Pemberton & Cox, 2013; Wilcock, 1998, 1999; Wilcock & Hocking, 2015). Hasselkus (2011) propôs que “a ocupação é uma fonte poderosa de significado em nossas vidas, o significado surge da ocupação e a ocupação surge do significado” (p. 21, original em inglês). Wilcock (1998) fez uma importante contribuição teórica propondo uma definição de ocupação baseada especificamente no significado “como uma síntese do Fazer, do Ser e do Tornar-se” (p. 249 original em inglês). O Fazer se refere ao desempenho ocupacional, inclusive à competência dos indivíduos para realizar ocupações que desejam, precisam ou espera-se que façam. O Ser é capturado dentro do processo do fazer ou da experiência ocupacional do indivíduo, e refere-se a como as pessoas encontram significado naquilo que fazem. O Tornar-se está relacionado às “noções de potencial e crescimento, de transformação e de si mesmo como agente de transformação, ou autorrealização” (p. 251 original em inglês). Um conceito acrescentado posteriormente, o Pertencer, sugere que as ocupações oferecem oportunidades para o desenvolvimento e manutenção de conexões com os outros e com o contexto social onde a ocupação é executada (Wilcock, 2007). Expandindo o papel da ocupação para além das ferramentas terapêuticas, Wilcock (1999) afirmou que estes componentes são necessários para a saúde e o bem-estar de todas as pessoas. Ligando todas estas ideias, Hasselkus (2011) propôs que “Ser” e “Tornar-se” podem estar fortemente ligados à noção do significado da ocupação, que é um aspecto essencial para o entendimento da saúde e do bem-estar. Considerados em conjunto, estes entendimentos sugerem a importância de se considerar o significado de diversas ocupações relacionadas à vida diária, inclusive o lazer, e de perceber o seu potencial transformador, bem como a sua contribuição para a sensação de bem-estar dos indivíduos. (Wilcock, 1998).

Entre os estudiosos que abordaram o significado da ocupação, Nelson (1996) definiu significado como “o sentido que uma pessoa tira de uma situação”, (p. 776, original em inglês) inclusive sua experiência perceptiva, simbólica e afetiva. Os significados das ocupações realizadas são entendidos como motivadores do desempenho de ocupações específicas pelos indivíduos (Trombly, 1995). Além disto, a qualidade e os significados da ocupação foram relacionados a aspectos de tempo e ritmo, com ênfase na localização da “ocupação dentro do contexto temporal interno e externo do indivíduo” (Pemberton & Cox, 2011, p. 81, original em inglês) levando a um entendimento da relação recíproca entre ocupação e tempo.

Contestando as categorias de ocupação estabelecidas, Hammell (2004) argumentou que “a ocupação poderia ser mais bem entendida não como atividades divisíveis de autocuidado, produtividade e lazer, mas como dimensões do significado” (p. 297, original em inglês). Jonsson & Josephsson (2005) sugeriram ainda que o significado vivenciado nas ocupações diárias é construído socialmente e culturalmente, e que é a ocupação impregnada de um significado positivo que contribui para uma sensação mais intensa de bem-estar de um indivíduo. Este tipo de ocupação pode estar presente em todas as áreas, inclusive no trabalho e no lazer.

Para aumentar o conhecimento sobre estar envolvido em uma ocupação, alguns pesquisadores qualitativos investigaram os significados que pessoas da população em geral

atribuem à ocupações específicas de lazer. Por exemplo, um pequeno estudo etnográfico que explorou o canto coral descobriu que ele oferece uma sensação de união, derivado do ambiente solidário onde a ocupação era realizada e a combinação de desafios inerentes à sua realização, que criava oportunidade da experiência de *flow* (Tonneijck, Kinébanian & Josephsson, 2008). Explorando a experiência de participar de um coral como atividade de lazer para estudantes, outro estudo revelou que os sentimentos de realização, o efeito positivo no humor, a sensação de comunidade e de ligação social eram fatores motivacionais para a persistência do envolvimento (Jacob, Guptill & Sumsion, 2009). Estudos qualitativos também identificaram o caminhar (Wensley & Slade, 2012) e a jardinagem (York & Wiseman, 2012) como ocupações de lazer valiosas, com benefícios positivos para populações saudáveis e atendidas em clínicas, tais como o enriquecimento da sensação de bem-estar individual e a promoção de uma sensação de pertencimento à uma comunidade, bem como de integração social.

### **Dança e bem-estar**

A dança, como um tópico de investigação, foi explorada a partir de vários pontos de vista (ex., dança terapia, dança educação e história da dança). Alguns estudos recentes exploraram como a dança aumenta o bem-estar entre indivíduos saudáveis. Por exemplo, Kreutz (2008) investigou os potenciais benefícios do tango argentino (dança em pares) para a saúde e sua utilização como uma possibilidade de lazer. Percebeu-se que o tango traz benefícios físicos, sociais e emocionais, e que a motivação para se envolver nesta forma de dança está “relacionada ao gerenciamento do relaxamento, da diversão e do humor” (p. 82, original em inglês). Da mesma forma, um estudo exploratório entre dançarinos amadores, não profissionais, identificou seis categorias de benefícios percebidos: emocionais, físicos, de autoestima, sociais, de estratégias de tolerância e de crenças espirituais (Murcia, Kreutz, Clift & Bongard, 2010).

Terapeutas ocupacionais também identificaram uma relação entre dança e bem-estar. A exploração de um programa comunitário de dança folclórica recreativa para mulheres saudáveis, com idades de 50 a 80 anos, enfatizou a relevância desta iniciativa para o sistema de saúde australiano (Connor, 2000). Da mesma forma, em uma enfermaria de saúde mental em um dos hospitais no Reino Unido, a avaliação de Froggett & Little (2012) de um programa de dança realizado por um dançarino profissional em colaboração com terapeutas ocupacionais. O estudo indicou que a dança promove uma sensação de relaxamento, melhora o humor e facilita o envolvimento cultural e social. Dentro da ciência da ocupação, Graham (2002) discutiu a dança como uma ocupação transformadora uma vez que ela “serve a múltiplas funções, desenvolve simultaneamente o ser como um todo, estimula relações sociais íntimas e significativas e apoia um funcionamento ótimo ao longo do ciclo de vida” (p. 133, original em inglês).

### **Conceituação da dança circular**

A dança circular é um desdobramento de uma forma de arte muito antiga, que durante milhares de anos permitiu que pessoas de diferentes culturas se expressassem através do movimento e da dança. Historicamente, o círculo é o formato espacial mais primitivo na dança; há evidências de danças circulares em muitas tradições, realizadas por pessoas em todos os continentes (Sachs, 1973). A auto-expressão não é o objetivo primário e o processos de aprender movimentos, posições e coreografias ocorrem dentro de um contexto social e cultural (Norris, 2001).

Caracterizado por ser vasto e diverso, o repertório da dança circular inclui danças tradicionais de diferentes países e culturas, além das coreografias contemporâneas. Os participantes se dão

as mãos em um círculo e repetem um padrão de passos, seguindo o ritmo ditado pela música de danças específicas. Como uma ocupação compartilhada, a integração e inclusão dos participantes é um aspecto fundamental da dança circular (Borges da Costa, 2012). Um envolvimento de longo prazo é geralmente uma das características desta ocupação. De acordo com Machado Filho (2005), a dança circular facilita a sensação de empatia coletiva. Neste processo, cada indivíduo se torna parte de uma unidade inteira (o círculo), mudando o foco do indivíduo para o grupo, do pessoal para o coletivo (p. 55).

No Reino Unido, o movimento das Danças Circulares surgiu através do trabalho pioneiro e inovador de Bernhard Wosien (1908 – 1986), um professor de balé alemão, coreógrafo e pesquisador de danças folclóricas (Borges da Costa, 2014). Inspirado por pesquisa relacionada às danças folclóricas realizada em 1952, a carreira de Wosien como dançarino, a partir de 1962, foi marcada pelo seu profundo interesse nas danças circulares tradicionais, suas origens e seu histórico cultural, assim como a pedagogia da dança e a ideia de que a dança deveria estar disponível para todas as pessoas. Em outubro de 1976, Wosien aceitou um convite para ensinar uma compilação de danças folclóricas e apresentar suas ideias sobre o uso desta forma de dança comunitária na Findhorn Community (Barton, 2011; Wosien, 2006, 2012) que é uma “comunidade espiritual, uma eco vila e um centro internacional de educação holística” fundada há 50 anos na Escócia. (Findhorn Foundation, p.1, original em inglês). Desde então, o movimento das danças circulares se espalhou por todo o Reino Unido e outros países europeus, e posteriormente para o resto do mundo. Atualmente, a rede de Dança Circular inclui grupos ativos na África, Austrália, Europa, América do Norte e América do Sul.

Evidências do uso da dança circular como uma estratégia para promover bem-estar estão limitadas, no Reino Unido, a alguns poucos estudos no campo da saúde mental e na educação. Jerome (2002) avaliou o uso terapêutico da dança circular no Reino Unido com idosos com demência. O estudo realçou alguns resultados positivos, tais como uma sensação geral de bem-estar, a melhora das condições físicas e foi uma oportunidade para o estabelecimento de relacionamentos dentro do contexto do grupo. Em 2012, um estudo piloto realizado na zona leste de Londres investigou os potenciais benefícios de dança circular como uma intervenção terapêutica na demência (Hamill, Smith & Röhricht, 2012). As descobertas sugeriram que dançar juntos em círculo enriquecia o relacionamento entre os participantes, assim promovendo um sentimento de integração e conexão “pelo menos enquanto duravam as sessões” (p. 716, original em inglês). No Brasil, uma intervenção grupal usando musicoterapia e dança circular dentro das instalações de um serviço de saúde mental para adultos descobriu que ela impactava no desenvolvimento de identidade social e sentimento de pertencimento (Leonardi, 2007).

Sob uma perspectiva junguiana, o estudo de Hebling (2004) com estudantes saudáveis de arte terapia, demonstrou que a dança circular melhorou a qualidade de vida, criou modificações positivas na imagem corporal e impactou na sensação de espiritualidade dos participantes. Finalmente, a primeira autora examinou a introdução da dança circular no currículo do curso de Terapia Ocupacional da Universidade de São Paulo. O estudo avaliou as percepções dos estudantes dos elementos terapêuticos da dança circular, realçando particularmente sua aplicação em contextos de saúde mental (Borges da Costa, 1998).

Embora estes estudos ofereçam insights interessantes, eles não abordam os significados da dança circular que, dentro do contexto deste estudo, são propostos como sendo uma ocupação humana significativa que engloba os elementos do fazer, do ser, do tornar-se e do pertencer, que podem impactar na sensação de bem-estar das pessoas. O presente estudo teve como principal objetivo oferecer um entendimento sobre a experiência subjetiva ocupacional entre as pessoas que se envolvem na dança circular (pergunta central da pesquisa), bem como examinar a

contribuição desta ocupação de lazer para o bem-estar através da ótica ocupacional (Borges da Costa, 2014). O propósito deste artigo é, portanto, explorar os relatos das experiências e dos significados da danças circulares mostrados por participantes de grupos de danças circulares.

## Métodos

Este estudo qualitativo e exploratório buscou aplicar uma abordagem construtivista à teoria fundamentada. Afiliada ao paradigma construtivista, esta versão de teoria fundamentada em dados pressupõe que o pesquisador desempenhe um papel integral no processo de pesquisa, e que tanto os dados quanto a sua análise sejam construções criadas através da interação entre o pesquisador e os participantes (Charmaz, 2006). A partir desta perspectiva, o objetivo do processo da pesquisa é um entendimento interpretativo da experiência estudada, contextualizada no tempo, lugar, cultura e situação. Da mesma forma, os pesquisadores tomam uma posição reflexiva sobre suas próprias interpretações, bem como sobre aquelas dos seus participantes da pesquisa. Neste estudo, a primeira autora reconhece que seu próprio histórico, sua experiência como terapeuta ocupacional e como focalizadora de danças circulares, influenciou a interpretação dos dados. Foi mantido um diário de pesquisa como forma de facilitar a reflexão e como um registro das ações e decisões tomadas durante todo o processo da pesquisa.

De uma perspectiva ocupacional, a teoria fundamentada em dados é vista como uma metodologia adequada para estudar as ocupações em profundidade (Stanley & Cheek, 2003), gerando novos entendimentos de como as ocupações são ordenadas dentro da vida diária e os significados por trás das ações dos indivíduos, considerando-se o ambiente onde as ocupações acontecem (Nayar, 2011).

## Participantes

Após a aprovação ética do Comitê de Ética da Universidade de Bolton, obteve-se acesso aos entrevistados no trabalho de campo através da rede de dança circular do Reino Unido. Os critérios de inclusão foram: residentes do Reino Unido, maiores de 18 anos de idade, que praticassem danças circulares. A pesquisadora faz parte desta rede de dança circular, e está familiarizada com a sua estrutura, o que facilitou o acesso aos participantes e seu recrutamento, além de ajudar a estabelecer um vínculo de confiança já no começo do desenvolvimento do trabalho de campo (Morse, 2007).

No estudo ampliado, 43 participantes potenciais foram contatados. Somente quatro deles recusaram a oferta em diferentes etapas: um, antes de receber os formulários do comitê de ética, dois, depois de enviar o formulário com o consentimento assinado, e um que não devolveu o formulário de consentimento. Dos 4 participantes potenciais não foi solicitada nenhuma outra informação, e nenhum contato adicional foi feito. Dos 39 participantes entrevistados, 22 eram participantes de vários grupos de danças circulares, de várias regiões do Reino Unido, 15 eram focalizadores de danças circulares, e dois eram coordenadores de treinamento de focalizadores de danças circulares. Ver tabela 1 para informações demográficas dos 22 participantes da danças circulares.

**Inserir aqui Tabela 1. Informações demográficas dos participantes de danças circulares**

Os participantes prospectivos foram inicialmente contatados por e-mail, telefone ou pessoalmente. Uma breve explicação sobre o estudo e a reafirmação relacionada à participação voluntária foram dadas. Os participantes potenciais foram formalmente convidados a participar do estudo via carta de apresentação, receberam folha de informação sobre a pesquisa, e também foram informados sobre o formulário de consentimento. A pesquisadora ofereceu e assegurou os compromissos éticos em todas as fases da participação. Os formulários de consentimento foram armazenados de maneira segura junto com todas as outras informações e notas coletadas durante este estudo, e de acordo com a Lei de Proteção de Dados de 1998 e com a política da Universidade de Bolton. Também foi reafirmada a segurança em relação à confidencialidade (Creswell, 2007).

### **Coleta e análise dos dados**

Uma vez que o foco deste estudo foi a experiência vivenciada pelos participantes envolvidos com a prática de dança circular, as entrevistas em profundidade (semi estruturada) exploraram pontos de vista, reflexões e insights relacionados à essa experiência. Na tabela 2 são apresentadas as perguntas utilizadas na entrevista. Técnicas de entrevista em profundidade são bem adequadas para estudos de teoria fundamentada em dados sobre tópicos dos quais os participantes têm substancial experiência (Charmaz, 2006) e são geralmente usadas para aumentar o conhecimento sobre a ocupação e sua contribuição para a saúde e o bem-estar (Laliberte Rudman & Moll, 2001).

Deu-se prioridade a entrevistas presenciais (16 entrevistas). Entretanto, como alguns participantes estavam localizados fora da área geográfica proposta na pesquisa, opções como Skype (Skype Technologies S.A., n.d.) foram utilizadas para os restantes (6 entrevistas). As entrevistas foram realizadas em um lugar privado, onde os diálogos não poderiam ser interrompidos e que facilitasse o uso de um gravador digital de voz. Todas as entrevistas foram realizadas pela primeira autora e duraram entre 45-60 minutos. As perguntas abertas iniciais foram revisadas conforme as entrevistas prosseguiam, visando desenvolver uma estrutura conceitual fundamentada em dados (Charmaz, 2006). Um diário de pesquisa, notas de campo e memorandos foram também usados como dados.

As transcrições literais de todas as entrevistas foram feitas pela primeira autora, que retirou os nomes dos participantes e outras informações identificadoras. Transcrições completas foram enviadas via e-mail para cada um dos participantes solicitando que conferissem a precisão das respostas, modifcassem quaisquer passagens e adicionassem comentários. Somente quatro pequenas correções e uma adição de comentário foram requeridas pelos participantes.

Inicialmente foi adotada uma amostragem por conveniência (Morse, 2007) para identificar o escopo geral do processo da pesquisa, e determinar as fases seguintes da coleta de dados. Uma codificação inicial relacionada às experiências, opiniões, insights e perspectivas dos participantes ofereceu uma amostragem mais objetiva (Morse, 2007). A segunda fase, completada em fevereiro de 2011, consistiu de entrevistas realizadas com quatro participantes de danças circulares (F5, M6, F7, M10). Como resultado, foram construídas as categorias preliminares através de métodos comparativos visando explicar ideias, eventos e processos encontrados nos dados das entrevistas. Para refinar e estabelecer a relevância destas categorias, uma amostragem teórica, que se refere à “busca e coleta de dados pertinentes para elaborar e registrar categorias” na teoria emergente (Charmaz, 2006, p. 96, original em inglês), foi usada até que as categorias atingissem saturação teórica (Charmaz, 2006; Morse, 1995).

## **Inserir aqui Tabela 2. Roteiro de entrevista**

O processo analítico incorporou as seguintes etapas: (1) codificação inicial (linha a linha) do primeiro conjunto de entrevistas (novembro de 2010); (2) codificação focada no segundo conjunto de entrevistas (fevereiro de 2011); (3) desenvolvimento das categorias preliminares em categorias conceituais através de amostragem teórica (de julho de 2011 a abril de 2012); e (4) integração das categorias e subcategorias em um processo coerente. A codificação inicial usando gerúndios<sup>ii</sup> foi realizada manualmente por meio de notas escritas, usando realce, e desenhando uma tabela. Esta codificação foi exploratória, e buscou entender a experiência dos participantes levando em consideração as ações e a linguagem (Charmaz, 2008). A codificação focada foi completada usando MAXQDA (2015) (ver figura 1). Durante esta etapa, os códigos mais relevantes foram selecionados à medida em que a primeira autora pode fazer uma comparação dado a dado, e dados com códigos.

## **Inserir aqui Figura 1 Codificação focada – participantes de danças circulares (Code Matrix Browser – MAXQDA / January 2011)**

No estudo ampliado de doutorado, o processo analítico culminou com o desenvolvimento das categorias mais importantes representando os significados e as experiências dos participantes das danças circulares, dos focalizadores e dos coordenadores de treinamento para focalizadores de danças circulares. Para os participantes dos grupos de danças circulares, a categoria “Não posso imaginar minha vida sem [as danças circulares]” derivou de um procedimento comparativo constante, um elemento essencial da teoria fundamentada (Charmaz, 2006). Neste processo, categorias e subcategorias foram construídas para explicar ideias, eventos e processos nos dados. Os procedimentos de codificação iniciais desmembraram os dados em suas partes componentes, definindo as ações implicadas nos dados. Portanto, depois disso, foi necessário juntar as categorias que emergiram em uma narrativa coerente para progredir na análise de uma maneira mais teórica. Os participantes foram identificados pelo gênero (M: masculino/F: feminino) e pelo número de ordem de entrevista.

## **Resultados**

### **“Não posso imaginar minha vida sem [as danças circulares]”**

A categoria “Não posso imaginar minha vida sem as danças circulares” ofereceu insights sobre a experiência dos participantes e os significados que eles atribuíam à dança circular, que eles identificaram como sendo intrinsecamente recompensadora e importante nas suas vidas. Foram constituídas três subcategorias (cada uma com componentes intrínsecos).

### **Sub-categoria: “Estar envolvido na dança circular é uma experiência única”**

Estar envolvido na dança circular foi percebido como sendo uma experiência única e significativa, diferente das ocupações diárias. Seus componentes se relacionam ao autodesenvolvimento, aos sentimentos que a dança circular evoca, e à atribuição de uma dimensão espiritual ao fato de dançar em conjunto com outras pessoas.

### **Componente: “Auto-investimento, auto desenvolvimento”**

Vivenciando um sentimento de profunda realização e alegria, os participantes se referiram à dança circular como uma forma de auto-investimento ou autodesenvolvimento. Para muitos, ela ocupava um lugar especial na sua agenda semanal, uma vez que podiam comparecer sozinhos,

independente de outros membros da família. Uma participante (F14) ilustrou isto com uma afirmação clara:

*“Eu a chamo de “Tempo da [nome dela]...tem muito a ver com identidade. É reforçar quem eu sou e entrar em contato com minha identidade... porque não estou sendo a [trabalho dela], ou parceira de [X] ou a mãe de [Y]. Sou só eu... e estou fazendo uma das coisas que mais gosto de fazer. Então, a dança circular é... ...quase como um auto-investimento.”*

Outra participante (F16) afirmou que a dança circular era uma oportunidade para equilibrar a sua vida profissional, uma vez que o seu trabalho envolvia gerenciar e tomar conta de outras pessoas. Estar envolvida nesta ocupação compartilhada criava um espaço para ela, enquanto ao mesmo tempo criava a possibilidade de estar com outras pessoas desempenhando outro papel, o de participante.

O envolvimento na dança circular também foi relatado como autodesenvolvimento, uma vez que ela oferece uma oportunidade para melhorar as habilidades e o conhecimento sobre a dança pelos participantes. Para um participante (F31) que já dançava havia 21 anos, a dança circular era ainda considerada como uma oportunidade contínua e estimulante de aprendizado. Outra participante (F25) explicou como o aprendizado continuado a ajudava a desenvolver uma sensação de maior competência na ocupação.

#### **Componente : “Sentir-se transformado (ou em transformação)”**

Para muitos participantes, a dança circular foi transformadora fazendo que se sentissem revitalizados e regenerados. A participação nas danças circulares ofereceu alívio das preocupações e do estresse da rotina diária e foi associada ao relaxamento, renovação e sentimentos de felicidade e contentamento. Um participante (M10) descreveu como o processo de transformação ocorreu: Ao mergulhar nas danças e concentrar-se no aprendizado exigido, ele esqueceu seus problemas e preocupações da rotina diária e alcançou um estado de relaxamento acompanhado por um sentimento de felicidade. Outro participante (F26) descreveu a transformação como sendo revigorante, “lavando” seu cansaço depois de um dia de trabalho, e criando um estado de silêncio e calma durante a sua semana muito ocupada. Outra participante (F21) ainda enfatizou os sentimentos positivos que ela experimentava:

*“Apos cada encontro de danças circulares, seja no grupo semanal ou nos workshops de final de semana, eu simplesmente me sinto mais leve e muito mais feliz comigo mesma, mais inteira como pessoa. O fato de estar fazendo uma atividade física tambem tem um impacto positivo em mim. E poder compartilhar as danças com outras pessoas, pessoas especiais, faz com que eu me sinta bem, feliz... E isso só acontece nas danças circulares...outras atividades de lazer que participo nao me fazem sentir da mesma forma.”*

Falando metaoricamente, uma mulher (F14) descreveu a dança circular da seguinte forma:

*“...é uma forma de me tornar o que eu já sou como pessoa... é uma experiência muito intensa para algo que parece tão simples...nao sei, simples na verdade...mas é muito mais do que parece...participar das danças circulares me traz paz interior... dessa maneira, me sinto transformada pelas danças circulares.”*

#### **Componente: “Sentir-se transportado”**

Diversos participantes explicaram como ouvir a música e compartilhar os mesmos padrões de movimentos induzia a um estado mental único, ocorrendo apenas ocasionalmente, mas intenso o suficiente para ser significativo para os envolvidos. Absorvidos pelos movimentos, pela música e pelas danças, os participantes se referiram a um dos elementos do conceito de *flow*, nomeadamente à alteração da autoconsciência, quando os dançarinos se tornam um com seu desempenho (Csikszentmihalyi, 1992). A ideia de sentir-se transportado para outro nível, longe da experiência da vida diária, foi mencionada frequentemente. Um homem (M10), que participava das danças circulares há 7 anos, descreveu sua experiência:

*“... quando estou fazendo dança circular, às vezes ela transporta você... é como uma mágica mesmo... é um pouco difícil explicar... primeiro você pensando sobre o que está fazendo, e depois... no final ... eu acho que é quase hipnótico ... e eu me deixo levar... você a sente (a dança) fluindo através do seu corpo. É impressionante mesmo... isto não acontece toda hora... Eu não sei por que isto acontece às vezes e não acontece outras vezes... mas às vezes a dança apenas flui e você apenas flui com a dança, e então você se sente muito bem.”*

#### **Componente: “Dimensão espiritual da dança circular”**

Em uma tentativa de definir elementos das danças circulares, diversos participantes usaram termos como “espiritualidade”, “experiência espiritual” ou “outra dimensão”. Para os fins deste estudo, espiritualidade é definida como “uma força vital penetrante, manifestação do eu superior, fonte de vontade e autodeterminação, e uma sensação de significado, propósito e conectividade que as pessoas experimentam no contexto do seu ambiente” (Canadian Association of Occupational Therapists; CAOT, 1997, p. 1820, original em inglês). A espiritualidade “reside nas pessoas, é moldada pelo ambiente, e dá significado às ocupações” (CAOT, 1997, p. 33, original em inglês). A natureza da espiritualidade vivenciada por muitos participantes foi descrita como um sentimento ligado ao “divino” (F32), ou “à força vital universal” (F20). Para uma participante (F36), dançar sempre tinha sido um meio de entrar em contato com “algo maior, que não tem nome” e “ter uma sensação maior de estar mais viva”.

#### **Sub-categoría: “Sentir-se parte do ethos<sup>iii</sup> da dança circular”**

Ao capturar o elemento de pertencer, os participantes perceberam o ethos da dança circular como fator motivador para frequentar grupos, e sugeriram que ela oferecia uma oportunidade de desenvolver e manter conexões com os outros. Esta subcategoria teve dois componentes relacionados ao ambiente e às conexões formadas.

#### **Componente: “Ambiente solidário”**

Sentir-se apoiados e reconhecidos pelos outros membros de um grupo de dança circular e ao mesmo tempo manterem a individualidade foram aspectos mencionados por diversos participantes. O ambiente solidário parece ser construído ao redor da ideia de que a dança circular atrai as pessoas que têm características e interesses semelhantes (dança circular, música do mundo). Ser acolhedor, amigável, e favorecer a inclusão de todos, foram alguns dos atributos pessoais mencionados referentes aos participantes das grupos de danças circulares.

A dança circular foi percebida como única no sentido de que esta ocupação compartilhada é realizada em círculo, enriquecendo e instigando o desenvolvimento de relacionamentos. Participar de uma ocupação compartilhada significa alinhar o desempenho ocupacional com outros para atingir uma meta comum. Um participante (M18), que tinha praticado dança circular por 9 anos, falou sobre como “o prazer de acompanhar os movimentos com o resto do grupo e a música” o fez sentir parte integrante do seu grupo. Seus sentimentos de “satisfação” derivavam da ação coletiva de dançar juntos. Outro participante (F24) falou que a dança circular parecia

facilitar uma sensação de confiança entre as pessoas, baseada em qualidades como honestidade e abertura que permeiam o mundo social da dança circular.

#### **Componente: Facilitando conexões**

Os participantes com frequência se referiram ao fato de que a dança circular abriga camadas de conexões: sentimento de fazer parte do grupo, da comunidade local (em nível regional ou nacional), e de uma comunidade mais ampla (nível internacional). Uma participante (F2) atribuiu esta sensação de conexão ao fato de que a dança circular é uma ocupação compartilhada, que instiga uma sensação de cooperação, de se sentir necessário, parte de um todo. Ela disse que os dançarinos tendem a deixar de lado seus problemas diários, criando um tipo diferente de atmosfera, e trabalhando juntos para aprender, dançar e sentir prazer nas danças e na companhia do grupo. Para outro participante (F20), fazer parte das danças circulares significa uma sensação de pertencer, de fazer parte de uma comunidade de pessoas que “*desejam compartilhar e ajudar*”.

Os participantes também expressaram o sentimento de estar conectado a uma comunidade mais ampla, que oferece alternativas de mudança e traz possibilidades. O fato de que os dançarinos da dança circular tenham seu próprio jornal (*The Grapevine*), que lista todos os grupos disponíveis no Reino Unido, significa que eles podem ir para outros grupos e workshops localizados em diferentes áreas geográficas. Se um participante muda para o outro lado do país, é bem provável que ele encontre um grupo de dança circular local e possa continuar a realizar esta ocupação. Uma participante (F17), com 9 anos de experiência, falou sobre ir a workshops de dança circular em outros locais, e de ter chegado à conclusão que ela tinha se tornado parte de uma comunidade mais ampla:

*... depois do primeiro, no próximo grupo que você for, haverá alguém que você já encontrou antes. Sim, isto é muito agradável. E se houver alguém que você nunca tinha encontrado, então na primeira dança que vocês se derem as mãos. Bom, vai ficar tudo bem! Você não precisa conhecer as pessoas para dançar com elas.*

#### **Sub-categoria: Dança circular ajudando a superar dificuldades na vida**

A dança circular tem ajudado muitos participantes a superar dificuldades na vida, inclusive depressão, estresse, ansiedade e perdas. Este tópico era comum nas narrativas tanto dos participantes da dança circular quanto dos focalizadores, e havia dois componentes relacionados à segurança que a dança circular oferece e ao cuidado da sua saúde.

#### **Componente: Sensação de segurança e estabilidade**

Uma participante (F32) que praticava havia 14 anos, disse como o grupo de dança circular local representava um “porto seguro”, oferecendo uma sensação de segurança e estabilidade. Saber que ela poderia sempre ir ao grupo devido à sua frequência regular (semanal), naquela hora e local, permitia que ela visse a dança circular como “um santuário”, uma ocupação constante na vida dela, um espaço com o qual ela sempre poderia contar, com seus amigos da dança circular ali para ajudá-la em qualquer circunstância. Outra participante (F14) também percebia que esta ocupação havia sido especificamente útil durante períodos difíceis da vida dela, mencionando a relevância de preservar a dança circular na sua rotina e ter a liberdade de ir ou retornar a ela sempre que necessário.

#### **Componente: Administração da saúde comprometida e recuperação**

Os participantes descreveram, em extensões variadas, como a dança circular havia se tornado um meio de administrar circunstâncias difíceis da vida e superar doenças, como a depressão severa. Uma participante (F33) falou sobre seus problemas de 15 anos atrás: “Eu estava sem

*trabalho, com depressão, havia 2 meses, e pensei: Preciso encontrar uma maneira para sair disto*". Ela também observou que o seu caminho para a dança circular foi muito semelhante ao de outras pessoas na rede:

*Eu não acho que eu seja única em muitas coisas que eu disse [nessa entrevista]. Eu falei com muitas pessoas nas danças circulares que disseram para mim que elas possivelmente estavam mal ou deprimidas quando começaram, e elas estavam procurando alguma coisa que as ajudasse a se livrar disso. Eu conheço muitas pessoas que mencionaram este tipo de coisa.*

Para outros participantes, foi o envolvimento contínuo, de longo prazo, com a dança circular que os ajudou a melhorar problemas físicos e emocionais. Uma delas (F2) enfatizou como estar envolvida na dança circular a tinha ajudado a lidar com a ansiedade. Outro (M18), com 9 anos de prática, explicou o impacto de dançar no seu estado de saúde. Sofrendo sintomas físicos derivados da artrose inflamatória e espondilite anquilosante, ele afirmou que, enquanto está dançando em círculos, ele sente seus efeitos positivos no alívio daqueles sintomas.

## **Discussão**

A prática da dança circular foi percebida pelos participantes da pesquisa como uma experiência única e diferente de outras ocupações diárias, uma vez que ela cria oportunidades de *auto-investimento, autodesenvolvimento, sentimento transformado e sentimento transportado*. Dedicar tempo de qualidade à dança circular pareceu oferecer um sentimento de realização e regeneração que influenciou outras áreas da vida dos participantes. Esta visão de tempo de qualidade ou auto-investimento enfatizou a riqueza da experiência derivada de estar envolvido na dança circular, e sua contribuição em relação ao seu sentimento de bem-estar (componentes Fazer, Ser, Tornar-se e Pertencer; Hammell, 2004). Os participantes se referiram a experiências alinhadas de maneira próxima a um destes elementos do conceito de *flow*, definido como alteração da autoconsciência, onde "as pessoas se tornam tão envolvidas no que estão fazendo que a atividade se torna automática; elas param de estar conscientes de si mesmas, como se estivessem separadas das ações que elas estão realizando" (Csikszentmihalyi, 1990, p. 53, original em inglês). O foco intenso e a atenção concentrada nos movimentos, na música e nas danças criam oportunidades para sentir-se transportado para uma nova realidade. O conceito de *flow* já foi discutido anteriormente como o significado pelo qual "a ocupação pode ajudar as pessoas a atingir o mais alto nível de bem-estar" (Wright, 2004, p. 73, original em inglês) e explicar o significado da experiência da ocupação (Jonsson & Josephsson, 2005; Wilcock & Hocking, 2015). Esta descoberta é semelhante a de pesquisas anteriores, como a da experiência de canto coral citada anteriormente (Jacob et al., 2009; Tonneijck et al., 2008).

Os participantes também identificaram a sensação de unidade derivada da experiência de um movimento coletivo, onde a pessoa participa voluntariamente, como outro elemento constituinte da sensação de ser transformado. Pode-se argumentar que a dança circular oferece às pessoas a oportunidade de experimentar "um ritual de tempo e espaço compartilhados" (Pemberton & Cox 2013, p. 4, original em inglês). O estado transcendental evocado pelo envolvimento na dança circular e a sensação de estar mais vivo e conectado com alguma coisa maior do que eles mesmos, também torna evidente que a espiritualidade mencionada pelos participantes estava relacionada à autorrealização e ao auto-enriquecimento derivados da prática da dança circular. Este aspecto faz um paralelo com o conceito de espiritualidade na ocupação (CAOT, 1997), e parece conectar-se à ideia de que as danças folclóricas tradicionais têm origens religiosas e rituais (Wosien, 2006). Pesquisas anteriores sobre a dança circular realizadas no Brasil (Hebling,

2004), também sugerem que sentir-se espiritualizado faz parte das recompensas da dança circular.

As danças circulares também oferecem um universo social, como uma ocupação compartilhada que pode facilitar a obtenção de uma sensação de pertencimento. A promoção de uma sensação de comunidade e integração social também foi observada por York & Wiseman (2012) em relação à jardinagem. Pode-se estabelecer um paralelo deste subtema com as diferentes qualidades do lazer sério <sup>iv</sup>; seu ethos único e seu universo social (Stebbins, 2007; Wensley & Slade, 2012). Ficou claro, nas informações dadas pelos participantes, que as recompensas sociais da dança circular eram centrais na sustentação do seu envolvimento com os grupos. A sensação de cooperação dos participantes, ajudando, e sendo necessários, também apareceram nos relatos da prática da dança circular. Capturando um componente do pertencer (Wilcock, 2007), os participantes também sugeriram que a dança circular oferecia uma oportunidade de desenvolvimento e manutenção de conexões com os outros. Uma vez imersos no ethos das danças circulares, eles parecem ganhar uma identidade social como dançarinos do círculo, o que lhes permite circular entre diversos eventos e grupos regulares ou workshops. Pode-se argumentar que o apoio social encontrado na rede da dança circular encoraja os dançarinos a manter seu envolvimento, fornecendo oportunidades de integração social.

A dança circular pareceu ser uma ocupação de lazer significativa onde a autorrealização, transformação e autorregeneração são alguns dos benefícios percebidos. Ficou evidente que o envolvimento com a dança circular ajudou os participantes a superar dificuldades físicas e psicológicas na sua vida, e continuou sendo importante no seu processo de recuperação e manutenção da saúde e bem estar. Esta descoberta se alinha com as afirmações que a terapia através da dança oferece experiências “multissensoriais, emocionais, cognitivas e somáticas únicas” (Hanna, 1995, p. 329, original em inglês), quando fazem parte de programas de tratamento amplos ou de uma modalidade de intervenção realizada na promoção à saúde. Da mesma forma, a dança tem sido usada na prevenção e administração de doenças crônicas, mentais e da saúde física, ambas tanto no contexto de cuidado da saúde quanto em instituições comunitárias (Ward, 2008).

### **Limitações e pesquisas futuras**

O método de coleta de dados neste estudo foi basicamente entrevistas semi-estruturadas . A adição de outras fontes de dados poderia ter expandido as categorias. Por exemplo, um grupo focal poderia ter revelado opiniões grupais, refinando e ampliando pontos gerados pelos indivíduos. O uso dos diários dos participantes poderia também ter oferecido *insights* significativos na análise dos dados. Um estudo comparativo sobre as danças circulares, investigando a experiência dos participantes das grupos de dança circular em diferentes países, poderia revelar como os significados são construídos, levando em conta as diferenças socioculturais.

### **Conclusão**

A categoria principal “*Não posso imaginar minha vida sem [as danças circulares]*” e suas subcategorias ofereceram uma compreensão dos significados e propósitos atribuídos à dança circular pelos participantes da pesquisa. Para estes, os significados foram adquiridos através da natureza experimental da danças circulares, o que influenciou sua sensação de bem-estar e promoveu uma qualidade extra na sua experiência. Colocada em uma posição de alta significação, a dança circular pareceu ser selecionada pelos participantes como uma ocupação de lazer onde autodesenvolvimento, transformação e autorregeneração são alguns dos

benefícios percebidos. As descobertas sugerem que, como uma ocupação multifacetada, a dança circular cria significado e tem relevância potencial para um estilo de vida saudável, influenciando a saúde e o bem-estar das pessoas.

## Agradecimentos

Esta pesquisa faz parte de um estudo de doutorado realizado pela primeira autora no Centro de Pesquisa para Saúde e Bem-Estar, Universidade de Bolton. A primeira autora agradece a contribuição da Dra Lilian Magalhães, professora da Universidade Federal de São Carlos e editora associada do *Journal of Occupational Science*, por revisar e facilitar a publicação desse artigo em português. A primeira autora também agradece as revisões e comentários da Dra Eliane Dias de Castro, professora da Universidade de São Paulo, e de Leonardo José Costa de Lima, terapeuta ocupacional e mestre em Gerontologia Social pela Pontifícia Universidade Católica de São Paulo.

---

<sup>i</sup> Focalizador é um termo utilizado no movimento danças circulares para fazer referência ao indivíduo que mantém o foco de uma vivência de danças circulares (Ramos, 1998). Esse termo teve origem na Comunidade de Findhorn (Findhorn Foundation, nd, original em inglês).

<sup>ii</sup> O uso de gerúndios na codificação da teoria fundamentada em dados é utilizado como uma estratégia para detectar processos, “transmitir uma forte sensação de ação e sequência” e preservar a “experiência de fluidez da experiência” dos respondentes (Charmaz 2009, p.76).

<sup>iii</sup> Éthos', «costume», é palavra grega, das áreas da antropologia e da sociologia, aportuguesada para etos, sendo o «conjunto das características distintivas de um povo, grupo ou comunidade, nomeadamente no que diz respeito a atitudes, hábitos e crenças» (in Grande Dicionário da Porto Editora).

<sup>iv</sup> Lazer sério é um conceito proposto pelo sociólogo Robert Stebbins (Stebbins, 2007). Esse conceito nasceu de uma pesquisa qualitative desenvolvida entre 1975-76 com pessoas engajadas em atividades de lazer. O termo ‘lazer sério’ surgiu de expressões utilizadas pelos entrevistados dessa pesquisa para ressaltar a importância de atividades de lazer na vida dessas pessoas. Para diferenciar os tipos de lazer, duas outras formas foram definidas: lazer casual e o lazer baseado em projetos. A definição de lazer serio parte do princípio que uma atividade de lazer, seja ela qual for, pintura, ciclismo, danças, é considerada substancial, interessante e realizadora o suficiente para obter um caráter sério ou significativo na rotina do participante (Stebbins, 2007).

## Referências

- Barton, A. (2011) Sacred dance at the Findhorn Foundation. In King, J. (ed) *The dancing circle - Volume 5: "Back to our roots"*, Winchester: Sarssen Press, pp. 53-56
- Borges da Costa, A.L. (1998) Dança: uma herança à disposição de todos (Dance: the heritage within everybody's hands). In Ramos, R. (ed) *Danças circulares sagradas: uma proposta de educação e cura*, 1st Edition. São Paulo: Triom, pp.19-24

---

Borges da Costa, A.L. (2012) Occupational therapy, circle dance and well-being: the need for research. *British Journal of Occupational Therapy*, vol. 75, no. 2, pp114-116. doi: 10.4276/030802212X13286281651315

Borges da Costa, A.L. (2014) *An investigation into circle dance as a medium to promote occupational well-being*. PhD: University of Bolton

Canadian Association of Occupational Therapists (1997) *Enabling Occupation: An Occupational Therapy Perspective*. Ottawa: CAOT Publications ACE

Charmaz, K. (2006) *Constructing grounded theory: a practical guide through qualitative analysis*. London: Sage Publications Ltd

Charmaz, K. (2009) *A construção da teoria fundamentada*. Porto Alegre: ArtMed.

Charmaz, K. (2014) *Constructing grounded theory: a practical guide through qualitative analysis*. Second edition. London: Sage Publications Ltd

Connor, M. (2000) Recreational folk dance: a multicultural exercise component in healthy ageing. *Australian Occupational Therapy Journal*, vol. 47, no. 2, pp. 69-76. doi: 10.1046/j.1440-1630.2000.00214.x

Creek, J. (2003). *Occupational therapy defined as a complex intervention*. London: C.O.T

Creswell, J.W. (2007) *Qualitative inquiry and research design: choosing among five approaches*, 2nd Edition. London: Sage

Csikszentmihalyi, M. (1990) *Flow: the psychology of optimal experience*. New York: Harper Collins Publishers

Csikszentmihalyi, M. (1992) *Flow : the psychology of happiness*. London: Rider

Findhorn Foundation (n.d.) Vision. <http://www.findhorn.org/aboutus/vision/#.UlaOhNKko2s> [10 /10/2011]

Froggett, L. & Little, R. (2012) Dance as a complex intervention in acute mental health setting: a place 'in-between'. *British Journal of Occupational Therapy*, vol. 75, no.2, pp. 93-99. doi: 10.4276/030802212X13286281651153

Graham, S. F. (2002) Dance: a transformative occupation. *Journal of Occupational Science*, vol. 9, no. 3, pp. 128-134. doi:10.1080/14427591.2002.9686500

Hammell, K.W. (2004) Dimensions of meaning in the occupations of daily life. *Canadian Journal of Occupational Therapy*, vol. 71, no. 5, pp. 296-305. doi: 10.1177/000841740407100509

Hammell, K. W. (2009) Sacred texts: a skeptical exploration of the assumptions underpinning theories of occupation. *Canadian Journal of Occupational Therapy*, vol. 76, no. 1, pp. 6-13. doi: 10.1177/000841740907600105

- 
- Hamill,M., Smith,S.& Röhricht, F. (2012) 'Dancing down memory lane': circle dancing as a psychotherapeutic intervention in dementia – a pilot study. *Dementia*, vol.11, no. 6, pp.709-724. doi: 10.1177/1471301211420509
- Hanna, J.L. (1995) The power of dance: health and healing. *Journal of Alternative and Complementary Medicine*, vol. 1, no.4, pp.323-331. doi:10.1089/acm.1995.1.323
- Hasselkus, B.R. (2011) *The meaning of everyday occupation*. Second edition. Thorofare, N.J.: Slack
- Hebling, L.H. (2004) *Sacred circle dance: body image, quality of life and religiosity - a Jungian perspective*. PhD: University of Campinas
- Hocking, C. (2000) Occupational science: a stock take of accumulative insights. *Journal of Occupational Science*, vol. 7, no. 2, pp. 58-67. doi:10.1080/14427591.2000.9686466
- Hocking, C. (2009) The challenge of occupation: describing the things people do. *Journal of Occupational Science*, vol. 16, no. 3, pp. 140-150. doi:10.1080/14427591.2009.9686655
- Jacob, C., Guptill, C. & Sumsion, T. (2009) Motivation for continuing involvement in a leisure-based choir: the lived experience of university choir members. *Journal of Occupational Science*, vol. 16, no. 3, pp. 187-193 doi:10.1080/14427591.2009.9686661
- Jerrome, D. (2002) Circles of the mind: the use of therapeutic circle dance with older people with dementia. In Waller, D. (ed) *Arts therapies and progressive illness: nameless dread*. East Sussex: Brunner-Routledge, pp. 165-182
- Jonsson, H. (2008) A new direction in the conceptualization and categorization of occupation. *Journal of Occupational Science*, vol. 15, no. 1, pp. 3-8 doi:10.1080/14427591.2008.9686601
- Jonsson, H. & Josephsson, S. (2005) Occupation and meaning. In Christiansen, C.H.& Baum, C.M. (eds) *Occupational therapy: performance, participation and well-being*. Thorofare,NJ: Slack
- Kreutz, G. (2008) Does partnered dance promote health? The case of tango Argentino. *The Journal of the Royal Society for the Promotion of Health*, vol128, no. 2, pp.79-84. doi: 10.1177/1466424007087805
- Laliberte-Rudman,D. & Moll, S. (2001) In-depth interviewing. In Valiant Cook, J (ed) *Qualitative research in occupational therapy*, Canada: Delmar, pp. 24-57
- Leonardi, J. (2007) *The noetic path: singing and circle dance as vehicles of the existential health in care*. PhD: University of São Paulo
- Machado Filho, P. T. (2005) Danças circulares e suas correlações psicofísicas, espirituais e integrativas (Circle dances and their psychophysical, spiritual and integrative correlations). *Jung & Corpo*, vol.5, no. 5, pp.49-59

---

MAXQDA (1989-2015) *Software for Qualitative Data Analysis*. Berlin, Germany: VERBI Software – Consult – Sozialforschung GmbH

Morse, J.M. (1995) The significance of saturation. *Qualitative Health Research*, vol 5, no. 2, pp.147-149. doi: 10.1177/10497323950050020

Morse, J. M. (2007) Sampling in grounded theory. In Bryant, A. & Charmaz, K. (eds) *The Sage handbook of grounded theory*. London: Sage, pp. 229-244

Murcia, C.Q., Kreutz, G., Clift, S. & Bongard, S. (2010) Shall we dance? An exploration of the perceived benefits of dancing on well-being. *Arts & Health*, vol.2, no.2, pp.149-163. doi:10.1080/17533010903488582

Nayar, S. (2011) Grounded theory: a research methodology for occupational science. *Journal of Occupational Science*, vol.19, no.1, pp.76-82. doi:10.1080/14427591.2011.581626

Nelson, D.N. (1988) Occupation: form and performance. *American Journal of Occupational Therapy*, vol. 42, no.10, pp. 633-641. doi:10.5014/ajot.42.10.633

Nelson, D.L. (1996) Therapeutic occupation: a definition. *American Journal of Occupational Therapy*, vol. 50, no. 10, pp. 775-782. doi:10.5014/ajot.50.10.775

Norris, R.S. (2001) Embodiment and community. *Western Folklore*, vol. 60, no. 2-3, pp. 111-124. doi: 10.2307/1500372

Pemberton, S. & Cox, D. (2011) What happened to the time? The relationship of occupational therapy to time. *British Journal of Occupational Therapy*, vol.74, no. 2, pp. 78 – 85. doi: 10.4276/030802211X12971689814043

Pemberton, S. & Cox, D. (2013) Perspectives of time and occupation: experiences of people with chronic fatigue syndrome / myalgic encephalomyelitis. *Journal of Occupational Science*, pp.1-16 [http://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1080/14427591.2013.804619#.U0M\\_zxa-miA](http://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1080/14427591.2013.804619#.U0M_zxa-miA) [05/08/2013]. doi:10.1080/14427591.2013.804619

Ramos, R.C.L. (1998) Retorno à fonte. In Ramos, R. (ed) *Danças circulares sagradas: uma proposta de educação e cura*, 1st Edition. São Paulo: Triom, pp. 173-195

Sachs, C. (1937) *World History of the Dance*. New York: Norton

Skype Technology S.A.(n.d.) Home page <http://skype-technologies-s-a1.software.informer.com/> [21/11/2011]

Stanley, M. & Cheek, J. (2003) Grounded theory: exploiting the potential for occupational therapy. *British Journal of Occupational Therapy*, vol. 66, no. 4, pp.143-150. doi: 10.1177/030802260306600403

Stebbins, R.A. (2007) *Serious leisure: a perspective for our time*. New Brunswick, N.J.: Transaction Publishers

- 
- Tonneijck,H.I.M., Kinébanian,A. & Josephsson,S. (2008) An exploration of choir singing: achieving wholeness through challenge. *Journal of Occupational Science*, vol. 15, no.3, pp. 173-180. doi:10.1080/14427591.2008.9686627
- Trombly, C.A. (1995) 'Occupation, purposefulness and meaningfulness as therapeutic mechanism.' *American Journal of Occupational Therapy*, vol. 49, no. 10, pp. 960-972. doi:10.5014/ajot.49.10.960
- Ward, S.A. (2008) The voice of dance education – past, present and future: health and the power of dance. *Journal of Physical Education, Recreation & Dance*, vol 79, no.4, pp.33-36. doi:10.1080/07303084.2008.10598161
- Wensley,R., Slade,A. (2012) Walking as a meaningful leisure occupation: the implications for occupational therapy. *British Journal of Occupational Therapy*, vol. 75, no.2, pp. 85-92. doi: 10.4276/030802212X13286281651117
- Wilcock, A.A. (1998) Reflections on doing, being and becoming. *Canadian Journal of Occupational Therapy*, vol.65, no.5, pp. 248-256. doi: 10.1177/000841749806500501
- Wilcock, A.A. (1999) Reflections on doing, being and becoming. *Australian Occupational Therapy Journal*, vol. 46, no. 1, pp. 1-11. doi: 10.1046/j.1440-1630.1999.00174.x
- Wilcock, A.A. (2006) *An occupational perspective of health*, 2nd edition. Thorofare, N.J.: Slack
- Wilcock, A.A. (2007) Occupation and health: are they one and the same? *Journal of Occupational Science*, vol. 14, no. 1, pp. 3-8. doi:10.1080/14427591.2007.9686577
- Wosien, B. (2006) *The dancers journey: self-realisation through movement*. Findhorn, Scotland: Findhorn Foundation
- Wosien, B. (2012) About the sacred dances. In Kloke-Eibl, F. (ed) *My dance – a song of silence*. Oberthingau: Rondo, pp. 8-11
- Wright, J. (2004) Occupation and flow. In Molineux, M (ed) *Occupation for occupational therapists*, Oxford: Blackwell Publishing, p p.66-7
- Yerxa, E., Clark,F., Frank, G., Jackson, J., Parham, D., Pierce,D., Stein, C. & Zemke,R. (1990) An introduction to occupational science, a foundation for occupational therapy in the 21<sup>st</sup> century. *Occupational Therapy in Health Care*, vol.6, no.4, pp.1-17. doi: 10.1080/J003v06n04\_04
- York,M., Wiseman,T. (2012) Gardening as an occupation: a critical review. *British Journal of Occupational Therapy*, vol. 75, no.2, pp. 76-84. doi: 10.4276/030802212X13286281651072



## Code System

- The figure is a dot matrix visualization representing the frequency of responses to various statements about circle dance. The matrix is organized into columns and rows.

  - Column 1:** Benefits
    - circle dance is my key thing.
    - dance as a non-verbal
    - difference between being a ...
  - Column 2:** Encountering circle dance
    - encountering circle dance
    - circle dancing helping to ...
  - Column 3:** First impression
    - first impression
  - Column 4:** I can't imagine life without it
    - I can't imagine life without it
    - 'It's part of my leisure a...
    - sense of achievement
    - I've kept on wanting to do
    - enjoyment / pleasure / ...
    - it's a time for me
    - it's a gateway
    - It's like 'coming home'
  - Column 5:** Motivation
    - motivation
  - Column 6:** Network / ethos / feeling part
    - network / ethos / feeling part
    - sense of community
  - Column 7:** Personal rewards / relaxation
    - personal rewards / relaxation
  - Column 8:** Physicality
    - physicality
    - physicality of the teacher
    - taking part in teaching training
  - Column 9:** Teaching style impact on lea...
    - teaching style impact on lea...
    - learning style
    - to feel like a dancer.
  - Column 10:** Unique experience
    - unique experience
    - It's a way of being both
    - not spiritual but psychol...
    - feeling transformed
    - spiritual experience / ex...
    - shared occupation / bei...
    - uniqueness of circle dance

beneficios  
dancas circulares como minha escolha  
danca como linguagem nao-verbal  
diferenca entre participar e focalizar  
encontrando as dancas circulares  
dancas circulares ajudando em momentos dificies  
primerira impressao  
Nao posso imaginar minha vida sem as dancas circulares  
parte do meu lazer  
senso de conquista  
desejo de continuar participando  
alegria, satisfacao, prazer  
e o meu tempo  
e um portal / possibilidades  
e como voltar para casa

motivacao  
comunidade/ethos/sentir-se parte  
senso de comunidade  
gratificacao pessoal / relaxamento  
fiscalidade  
fiscalidade do focalizador  
participando do treinamento para focalizadores

estilo do focalizador  
estilo de aprendizagem  
sentir-se como um/a dancarino/a

experiencia unica  
e uma forma de ao mesmo tempo sentir-se unico e parte for  
nao espiritual mas um estado psicologico  
sentir-se transformado  
experiencia espiritual  
ocupacao/atividade compartilhada

aspecots unicos das dancas circulares

**Tabela 1: Informações demográficas dos participantes de danças circulares**

<b>Participante de danças circulares (F: feminino; M: masculino)</b>	<b>Faixa etária</b>	<b>Tempo de participação em grupos de danças circulares (em anos)</b>
F1	acima de 65 anos	15 anos
F2	56-64 anos	10-12 anos
F3	46-55 anos	13 anos
F5	acima de 65 anos	3 anos + 6 meses
M6	36-45 anos	6 anos
F7	36-45 anos	6 anos
M10	56-64 anos	7 anos
F12	56-64 anos	3 anos
F14	56-64 anos	20 anos
F16	56-64 anos	6-7 anos
F17	56-64 anos	9 anos
M18	56-64 anos	9 anos
F20	46-55 anos	20 anos
F21	56-64 anos	20 anos
F24	46-55 anos	20 anos
F25	acima de 65 anos	13 anos
F26	46-55 anos	5 anos
M30	46-55 anos	18 anos
F31	acima de 65 anos	21 anos
F32	46-55 anos	14 anos
F33	56-64 anos	15 anos
F36	acima de 65 anos	25 anos

## **Tabela 2 Roteiro de entrevista**

1. O que as danças circulares significam para você?
2. Qual foi a sua primeira impressão da danças circulares quando você começou a participar? Depois sua opinião mudou? Ela mudou de alguma forma desde então?
3. O que motiva você a participar dos grupos de danças circulares?
4. Em que medida a dança circular tem um impacto na sua sensação de bem-estar?
5. Como você sente/vivencia seu corpo durante os movimentos das danças circulares?
6. Como fica mais fácil para você aprender os passos e coreografias das/danças? Qual é o seu estilo de aprendizado?
7. Quantos focalizadores de danças circulares você tem no seu grupo?
8. Como você se sente em relação aos diferentes estilos de ensinar dos focalizadores (idem)?
9. Você acha que o focalizador desempenha um papel importante na melhoria da sensação de bem-estar dos participantes? Você poderia descrever como isto acontece?
10. Você vai aos grupos de danças circulares sózinho(a) ou com outra pessoa (parente, amigo ou colega)?
11. O fato de que as danças circulares envolvem dançar em grupo é importante para você?
12. Quais são os benefícios para você de dançar em grupo?
13. Há qualquer outro aspecto que você gostaria de acrescentar?