



DOI: 10.14295/rlapc.v11i17.177

Wilhelm Reich e a Psicologia Corporal

Gislene Farias de Oliveira¹ e Paulo Tadeu Ferreira Teixeira²

Resumo: Wilhelm Reich foi um psicólogo e psicanalista proeminente, lembrado por seu trabalho em psicologia corporal. Ele nasceu na Áustria em 1897 e desenvolveu teorias inovadoras sobre mente e corpo, contrariando a psicanálise freudiana convencional. Reich também desenvolveu a técnica da "bioenergética", que combinava técnicas de respiração, movimento e terapia corporal para liberar a energia bloqueada no corpo e promover a cura emocional. Ao incorporar princípios da Psicologia Corporal e da Análise Bioenergética, os terapeutas podem auxiliar os pacientes a reconhecer e liberar padrões de pensamento e comportamento limitantes, promover a consciência corporal e emocional, e vivenciar uma maior conexão consigo mesmos e com os outros.

Palavras-Chave: Psicologia Corporal. Wilhelm Reich. Análise Bioenergética.

Wilhelm Reich and Body Psychology

Abstract: Wilhelm Reich was a prominent psychologist and psychoanalyst, remembered for his work in body psychology. He was born in Austria in 1897 and developed innovative theories about mind and body, contrary to conventional Freudian psychoanalysis. Reich also developed the technique of "bioenergetics," which combined breathing, movement, and body therapy techniques to release blocked energy in the body and promote emotional healing. By incorporating principles from Body Psychology and Bioenergetic Analysis, therapists can help patients recognize and release limiting thought and behavior patterns, promote body and emotional awareness, and experience greater connection with themselves and others.

Keywords: Body Psychology. Wilhelm Reich. Bioenergetic Analysis.

¹ Doutorado em Psicologia Social pela Universidade Federal da Paraíba (UFPB). Pós-Doutorado em Ciências da Saúde pela Faculdade de Medicina do ABC/SP. Docente da Universidade Federal do Cariri - UFCA. <https://orcid.org/0000-0001-5373-2326>. contato: gislene.farias@ufca.edu.br;

² Psicólogo pela Faculdade de Tecnologia e Ciências - FTC/ Itabuna – BA. Pós-graduado em Neuropsicologia-Facinter- PR. Pós-graduado em Psicologia clínica e hospitalar – Centro Universitário UNISBA. Mestre em tecnologias aplicáveis à bioenergia - pela Faculdade de Tecnologia e Ciências, FTC, Brasil. <https://orcid.org/0000-0001-6448-0654>. Contato: paulotteixeira_@hotmail.com.

Introdução

Wilhelm Reich foi um psicólogo e psicanalista proeminente, lembrado por seu trabalho em psicologia corporal. Ele nasceu na Áustria em 1897 e desenvolveu teorias inovadoras sobre mente e corpo, contrariando a psicanálise freudiana convencional (Weinmann, 2002).

Insistiu que traumatismos emocionais e repressões de sentimentos estão no corpo, opondo-se e bloqueando a libertação de energia vital que causa problemas mentais e físicos. Ele criou métodos de terapia para liberar tensões corporais e emocionais, melhorando o bem-estar e a saúde mental. Wilhelm Reich é conhecido pela teoria do “orgasmo vegetativo”, enfatizando a importância do prazer sexual para a saúde mental. Ele argumentou que as neuroses eram predominantemente criações de sociedades repressoras e moralistas no que diz respeito à sexualidade (Rego, 2003).

Além disso, Reich também desenvolveu a técnica da "bioenergética", que combinava técnicas de respiração, movimento e terapia corporal para liberar a energia bloqueada no corpo e promover a cura emocional. Na continuidade de seus trabalhos, Reich também evidenciou que a energia que circula dentro em todos os corpos humanos é a mesma que a energia existente no cosmos, à qual chamou de energia orgônio. Daí, suas estratégias de trabalho passaram a ser chamadas de Orgonoterapia, pois passaram a integrar em um único trabalho as diversas questões corporais, psicológicas, bem como a dinâmica energética do paciente. Dessa forma, consolidou-se a ciência que Reich chamou de Orgonomia.

Tal abordagem dinâmica-holística enfatizava a integração entre mente e corpo, que dessa forma, influenciou diversas correntes terapêuticas contemporâneas (Rego, 2003).

Apesar de suas contribuições bastante inovadoras para a época, Wilhelm Reich enfrentou controvérsias e consequentes perseguições ao longo de sua carreira, principalmente devido às suas ideias radicais sobre sexualidade e o uso da energia corporal na terapia. Dava grande ênfase à que, era imperativo para a saúde, o desenvolvimento da livre expressão de sentimentos sexuais e emocionais, em um relacionamento amoroso maduro. Reich demonstrou a natureza essencialmente sexual das energias com as quais lidava e, orientou que a bioenergia era frequentemente bloqueada, de forma mais intensa, na área pélvica de seus pacientes.

Ele chegou a divulgar que a meta da terapia encontrava-se na libertação dos bloqueios do corpo, tornando possível a obtenção da plena capacidade para o orgasmo sexual, o qual

poderia estar bloqueado, na maioria dos homens e das mulheres. Tais opiniões, radicais para a época, a respeito da sexualidade humana, resultaram em consideráveis distorções e equívocos das suas conclusões e, por isso, seu trabalho despertaram muitos ataques difamatórios e infundados. O autor foi inclusive perseguido e preso por violar leis sobre prática da medicina (Vieira, 2023).

O legado de Wilhelm Reich na Psicologia Corporal continua a inspirar terapeutas e pesquisadores interessados na conexão entre corpo e mente, e na importância de abordagens terapêuticas que considerem a totalidade do ser humano. Suas ideias inovadoras abriram caminho para novas formas de compreender e tratar os problemas psicológicos, destacando a importância do corpo e da energia como aspectos fundamentais na busca pelo equilíbrio e bem-estar mental.

A Psicologia Corporal e a Análise Bioenergética

A Psicologia Corporal e a Análise Bioenergética são abordagens terapêuticas que destacam a interação entre mente, emoções e corpo, visando promover o bem-estar e a cura integral dos indivíduos. Ambas as abordagens têm raízes nas teorias de Wilhelm Reich, psicólogo e psicanalista renomado, e compartilham o foco na energia corporal e nos bloqueios emocionais como fontes de sofrimento psicológico (Oliveira, Silva, e Rolim, 2013).

A Psicologia Corporal reconhece a importância do corpo na manifestação de questões emocionais e psicológicas. Ela enfatiza que traumas, emoções reprimidas e tensões mentais podem se refletir no corpo, causando bloqueios energéticos que afetam o bem-estar geral (Oliveira, 2023). Através de técnicas terapêuticas como a respiração consciente, o movimento corporal e a exploração das sensações físicas, a Psicologia Corporal busca liberar essas tensões e promover a integração entre corpo e mente.

Por sua vez, a Análise Bioenergética é uma modalidade específica dentro da Psicologia Corporal, desenvolvida por Alexander Lowen, discípulo de Reich. Essa abordagem combina técnicas psicoterapêuticas tradicionais com exercícios físicos e corporais destinados a liberar a energia bloqueada no corpo. A Análise Bioenergética enfoca a importância da expressão emocional e do movimento corporal para desbloquear a energia estagnada e promover a cura emocional.

Em termos práticos, as técnicas de uma terapia, baseada na análise bioenergética incluem exercícios físicos em vários segmentos corporais como pernas, pés, pélvis,

diafragma, peito, pescoço, boca ou olhos. Cada região do corpo tem exercícios específicos que visam desbloquear problemas relacionados a essa área, a saber:

- Exercícios corporais com a pélvis, têm o objetivo de desbloquear problemas relacionados à sexualidade;
- Exercícios com o Diafragma, buscam um maior controle respiratório;
- Exercícios com o Peito são normalmente direcionados para a expressão de sentimentos e emoções reprimidas;
- Exercícios com as Pernas e Pés, objetivam conectar a pessoa com sua realidade;
- Exercícios com o Pescoço buscam aliviar as tensões e promover o relaxamento.

Tanto a Psicologia Corporal quanto a Análise Bioenergética valorizam a conexão entre mente e corpo, e consideram o corpo como um veículo fundamental para a expressão e transformação de questões emocionais. Essas abordagens terapêuticas são indicadas para indivíduos que buscam explorar a relação entre seu mundo emocional e suas experiências corporais, e que desejam integrar esses aspectos para alcançar um estado de equilíbrio e bem-estar mais profundo (Oliveira, 2023).

Em resumo, a Análise bioenergética é uma modalidade de psicoterapia corporal que adapta técnicas de tratamento terapêutico com teorias advindas da psicologia em um trabalho corporal ativo. Ela utiliza exercícios físicos específicos, associados a respiração, de forma a que a energia do corpo possa fluir para a mente e vice-versa. A idéia fundamental é que a mente e o corpo possam funcionar uma entidade única.

Nessa abordagem, o psicoterapeuta bioenergético vai concentrar sua atuação nos padrões musculares da pessoa, relacionando-os com os movimentos do corpo, a respiração, a postura e a expressão emocional. A ideia é promover uma ativação do fluxo energético, de forma a renovar a energia vital, permitindo a diminuição ou extinção dos bloqueios emocionais presentes, que possam estar interferindo no bem-estar e nos relacionamentos. Portanto, a terapia bioenergética é indicada principalmente, para pessoas que possuem algum tipo de bloqueio emocional, como fobias, depressões, baixa autoestima, crises de pânico ou transtorno obsessivo-compulsivo. É importante ressaltar que também pode ser usada para ajudar no controle de alguns problemas respiratórios, digestivos ou neurológicos.

Conclui-se pois que, ao incorporar princípios da Psicologia Corporal e da Análise Bioenergética, os terapeutas podem auxiliar os pacientes a reconhecer e liberar padrões de pensamento e comportamento limitantes, promover a consciência corporal e emocional, e vivenciar uma maior conexão consigo mesmos e com os outros. Essas abordagens

terapêuticas holísticas oferecem uma visão abrangente do ser humano, destacando a importância da integração entre corpo, mente e espírito para a promoção da saúde mental e equilíbrio emocional.

Referências

Oliveira, G.F. A Terapia Corporal em Reich. **Revista Latino-Americana de Psicologia Corporal**, v.10, no. 15, p.136-139, Maio/2023. ISSN2357-9692. <https://doi.org/10.14295/rlapc.v10i15.155>.

Oliveira, G.F.; Silva, R.C.A. e Rolim, S.G. Análise Bioenergética: uma revisão sistemática da literatura. **Id on Line Revista de Psicologia**, Julho de 2013, vol.7, n.20, p. 75-96. ISSN 1981-1189. <https://doi.org/10.14295/idonline.v7i20.238>

Rego, **Ricardo Amaral**. A clínica pulsional de Wilhelm Reich: uma tentativa de atualização. **Psicol. USP** 14 (2), 2003. <https://doi.org/10.1590/S0103-65642003000200005>.

Vieira, Fabio Martins. A Relevância Científica dos trabalhos publicados em Revistas Nacionais de Psicologia Corporal: Uma Revisão de Literatura. **Revista Latino-Americana de Psicologia Corporal**, v.10, no. 15, p.13-39, Maio/2023. ISSN2357-9692. <https://doi.org/10.14295/rlapc.v10i15.145>.

Weinmann, Amadeu de Oliveira. Uma contribuição à história do movimento psicanalítico: a trajetória de Wilhelm Reich. **Psicol. cienc. prof.** 22 (3), Set 2002. <https://doi.org/10.1590/S1414-98932002000300004>.



Recebido: 12.04.2024; Aceito: 27.04.2024; Publicado: 30.05.2024.