

## As Emoções no Setting Psicoterapêutico: Sob a perspectiva da Análise Bioenergética

Mariana Machado de  
Alencar Belo da Silva<sup>1</sup>;  
Ivanuza Maria de Carvalho  
Dias<sup>2</sup>;  
Regina Coeli Araújo da  
Silva<sup>3</sup>

<sup>1</sup> Psicóloga. Faculdade  
Estácio do Recife.  
Contato:  
mariana.machado1@outlook.com;

<sup>2</sup> Graduada em psicologia;

<sup>3</sup>Psicóloga e Psicoterapeuta  
Corporal. Mestre em  
Psicologia Clínica, pelo  
departamento de Psicologia  
da UNICAP. Docente do  
curso de Psicologia da  
Estácio do Recife.  
Contato:  
reginalibertas@gmail.com

**Resumo:** As emoções estão presentes continuamente na vida humana, registram-se na memória celular do indivíduo formando um histórico provindo das primeiras experiências psicocorporais. O objetivo principal deste trabalho foi apresentar as emoções que são evidenciadas em cada tipo de caráter descrito pela Análise Bioenergética, assim como, especificadamente, enfatizar como cada caráter lida com as emoções; promover uma reflexão sobre a influência das emoções para a eficiência do processo psicoterápico nas abordagens psicocorporais. Com base no que se encontra acerca das emoções na produção da Análise Bioenergética, esta pesquisa bibliográfica foi desenvolvida pelo método hipotético dedutivo. As emoções são o ponto de partida para o desenvolvimento do cliente no processo terapêutico, por isso precisam ser consideradas, interpretadas e acolhidas em todas as suas formas de expressão. A identificação cautelosa do caráter na Análise Bioenergética tem um papel importante, no entanto, o psicoterapeuta precisa fazer uma leitura corporal adequada e conhecer a dinâmica familiar e social, pois as pessoas podem apresentar características de mais de um tipo de caráter. Ao realizar a análise do caráter de seu cliente, o psicoterapeuta tem a possibilidade de conhecer as principais emoções que possam estar represadas energeticamente, assim como as defesas psíquicas que oferecerão resistência ao processo psicoterapêutico. Os recursos psicocorporais da Análise Bioenergética poderão facilitar a entrega do cliente ao processo psicoterápico na direção de promover a liberação de emoções que estão aprisionadas no corpo do cliente.

**Palavras-chave:** Análise Bioenergética; Caráter; Emoções; Psicologia Clínica.

## Emotions in Setting Psychotherapeutic: Under perspective of Bioenergetic Analysis

**Abstract:** Emotions are continually present in human life, recorded in the memory cell of the individual forming a historical stemmed the first psychological and bodily experiences. The main objective of this work was to emphasize the importance of observing the emotions that are evidenced in every kind of character described by Bioenergetic Analyse, as well as, specifically: emphasize how each character deals with emotions; promote a discussion on the importance of observing the emotions to the efficiency of the psychotherapeutic process psychological and bodily base. With main focus on what is about emotions in the Bioenergetic Analyse literature, this literature was developed by the hypothetical deductive method. Emotions are the starting point for client development in the therapeutic process, so they need to be considered, interpreted and accepted in all its forms of expression. The careful identification of the character in Bioenergetic Analyse has an important role, however, the therapist needs to make a proper body reading and know the family and social dynamics, as people may have characteristics of more than one kind of character. When performing the analysis of the character of his client, the therapist is able to know the main emotions that can be dammed energy, as well as the psychological defenses that offer. The psychological and bodily resources of the Bioenergetic Analysis can facilitate the delivery of the client to the psychotherapeutic process. The psycho and body features of Bioenergetic Analysis may facilitate client delivery to the psychotherapeutic process in order to promote the release of emotions that are trapped in the client's body.

**Keywords:** Bioenergetic Analyse; Character; Emotions; Clinical Psychology.

## Introdução

Cada ser humano desenvolveu uma forma de lidar com as emoções, alguns têm facilidade em expressá-las, outros nem parecem senti-las. As emoções estão quase sempre presentes na psicoterapia, ainda que, por vezes, não estejam claramente identificadas pelos psicoterapeutas e seus clientes.

A palavra “emoção” significa movimento “externo, para fora ou de fora.” A emoção, assim, pode ser definida como o movimento emergente. As emoções têm o significado de movimento emergente de um estado de excitação de prazer ou dor (LOWEN, 1984, p.152).

Na psicologia podemos encontrar diversas definições sobre as emoções, promovendo um entendimento de suas manifestações e inibições. O que sentimos se expressa no corpo e na mente, nos impulsiona às ações, que realizamos ou tentamos conter. Segundo Brandão (2000, p.106), “[...] emoção refere-se à manifestação de reações psicomotoras, geralmente acompanhadas de alterações neurodegenerativas em resposta a um estímulo ambiental”.

Análise Bioenergética, uma das abordagens psicocorporais, adota como premissa central a indissociável relação entre corpo e mente. Sendo assim, considera a emoção não como um fenômeno apenas de natureza subjetiva, mas como um evento que promove toda uma modificação no estado corporal de quem a experimenta.

É comum que, por vezes, que o cliente, devido à forma como aprendeu a lidar com as emoções, evite demonstrá-la, e mesmo, no local mais propício para isso, que é o atendimento psicológico, apresente dificuldades. Ao invés de trazerem suas questões no nível emocional, muitos clientes relatam suas inquietações no nível racional, segundo Lowen (1982) criando-se uma defesa egóica para lidar com o sofrimento. Ao desconhecer as defesas do caráter, o psicoterapeuta pode acreditar que o indivíduo está participando integralmente do processo. É importante que o psicoterapeuta perceba além do que o indivíduo está trazendo verbalmente e racionalmente. Através do entendimento das defesas do caráter, saberá como chegar até as emoções que estão aprisionadas, possibilitando o aprofundamento do processo psicoterapêutico.

As emoções e como elas se manifestam de acordo os caracteres constituem o foco central deste trabalho. Como os caracteres lidam com as suas principais emoções

no *setting* psicoterápico? Conhecendo como cada caráter é estruturado e manifesta as suas emoções predominantes, podemos intervir com mais eficiência no processo psicoterápico? A partir desses questionamentos, realizamos uma pesquisa bibliográfica em busca de produções pertinentes à psicologia corporal que contemplassem esta temática.

Para Lowen (1984) as emoções consideradas simples são o medo, a raiva, a alegria e a tristeza. Elas foram relacionadas, neste trabalho, com os caracteres descritos por Lowen (1982) no contexto da Análise Bioenergética. Apesar disso, não encontrar-se-á alguém que expresse traços pertencentes a um só tipo de caráter. Igualmente importante é enfatizar que o caráter não vem a ser algo psicopatológico, mas uma característica comum da pessoa, além de ser egossintônico, ou seja, é aceito pelo ego como sendo natural e legítimo.

No atendimento psicoterapêutico, nem sempre os profissionais percebem ou estão preparados para identificar as emoções dos clientes, principalmente quando estão no início da formação como psicólogos. Com base nesta dificuldade relacionada ao atendimento clínico, buscamos com esse trabalho, identificar as principais emoções de cada caráter, e ressaltar a importância dessa identificação para a eficiência do processo psicoterápico.

## Método

A construção dos dados se deu através de pesquisa qualitativa, delimitados pelo “método hipotético-dedutivo, que foi definido por Karl Popper a partir de críticas à indução, expressas em *A Lógica da Investigação Científica*, obra publicada pela primeira vez em 1935” (POPPER, 1935, apud GIL, 2002, p. 31).

## Procedimentos de Coletas

Esta pesquisa é exclusivamente bibliográfica “A pesquisa bibliográfica foi desenvolvida a partir de material já elaborado, constituído principalmente de livros e

artigos científicos. Embora em quase todos os estudos seja exigido algum tipo de trabalho desta natureza, há pesquisas desenvolvidas exclusivamente a partir de fontes bibliográficas (GIL, p. 50, 2008).” Foram explorados sobre o tema: livros, e artigo publicados em revista científica, bem como, a realização de leituras e registros em fichamentos para posterior compilação textual.

### Fonte

Os conteúdos da pesquisa serão coletados através de fontes bibliográficas, que segundo Carlos Gil (2002, p.44), é o tipo de pesquisa “desenvolvida com base em material já elaborado, constituído principalmente de livros e artigos científicos”. Os textos utilizados na pesquisa são, prioritariamente, da abordagem psicocorporal denominada Análise Bioenergética, mas também comportou visões complementares sobre a emoção, advindas da neuropsicologia.

### As Emoções

O ser humano é dotado de emoções, que repercutem em muitos momentos bons ou ruins durante toda a vida. Sejam nas relações interpessoais, situações de perigo, por exemplo, provavelmente o sujeito produzirá reações psicocorporais, proveniente das emoções. As mesmas fazem parte da afetividade, que consiste em um termo genérico que abrange também o humor, os sentimentos e paixões (DELGALARRONDO, 2008).

Na concepção da psicologia corporal, cujo embasamento teórico utilizou-se, prioritariamente, neste artigo, a emoção é definida como “reações fisiológicas do corpo ou como padrões de comportamento que podem ser adotados ou não pela vontade (LOWEN, 1984, p. 151).”

Desde a vida intrauterina até a adolescência, o indivíduo recebe cargas emocionais do ambiente e isso influencia na forma em que ele lidará com suas próprias emoções ao longo da vida. As emoções estão intimamente ligadas à energia corporal. O ser humano é constituído de energia que ao longo do seu desenvolvimento pode ser

restringida, quanto menos plena tenha sido a sua entrega às experiências relacionais, notadamente, durante os primeiros anos de vida (VOLPI & VOLPI, 2006).

Durante a formação do caráter vivenciamos no útero e fora dele, como as pessoas em nossa volta lidam com a nossa existência, e isso influencia diretamente nela. As emoções são transmitidas para o bebê em formação. A primeira relação do bebê já acontece no útero da mãe, de acordo com a forma que esse bebê for tratado desde sua formação, influenciará no modo em que ele lidará com suas emoções.

Segundo Mira y López (1974), quanto mais os estímulos e os fatos ambientais afetam o indivíduo (até a intimidade do ser), mais nele aumenta a alteração e diminui a objetividade. Quanto menor a distância (real ou virtual) entre quem percebe e o que é percebido, mais o objeto da percepção se confunde com quem o percebe. Assim, vai desaparecendo a possibilidade de configurar ou formar imagens delimitadas e uma nova modalidade de experiência íntima surge, experiência esta que afeta a totalidade individual e que, por isso mesmo, recebe o qualificativo de afetiva. Segundo ele, “a fronteira entre a percepção e a afeição, entre a sensação e o sentimento, entre o saber e o sentir é a mesma fronteira entre o Eu e o não-Eu” (apud DELGALARRONDO, 2008).

A emoção possui peculiaridades, a depender de quem estiver sentindo. Para Brandão (2000), cada ser humano pode experimentar as emoções de diversas formas, devido aos pensamentos e planos que ocorrem antes, durante ou depois das emoções. O antes, nesse caso, referi-se às experiências anteriores com determinadas emoções. Brandão também destaca o que ocorre no corpo diante das emoções: reações endócrinas e autônomas, expressões faciais, taquicardia, tremores das extremidades, sudorese, entre outras.

A energia vital está presente, mesmo nas células que juntas dão início a formação do bebê, o espermatozóide e o óvulo apresentam movimentos interrompidos de pulsação. Pulsão em que acompanha a maturação psicossocial do sujeito em seu calendário maturativo (VOLPI & VOLPI, 2006).

Quando os bebês nascem não estão dotados de emoções como os seus pais, só estão preparados biologicamente para terem estimuladas as emoções através da relação com o ambiente. Diferente de um adulto, os bebês recém-nascidos apresentam apenas

reações as sensações de prazer ou dor, e não manifestam, ainda, amor pela mãe, por exemplo (LOWEN, 1984).

As emoções fazem parte da fisiologia humana, que são manifestadas quando estimuladas por algum acontecimento, portanto, estão sempre sendo estimuladas pelo ambiente em que o sujeito vive. Segundo Brandão (2000), existem dois tipos de ajustes fisiológicos das emoções:

Resposta imediatas:

[...] são decorrentes da estimulação do sistema simpático, particularmente da medula suprarrenal. O simpático é ativado em todas as situações de alerta e prepara o organismo para uma ação de emergência como fuga ou luta. Estas alterações se caracterizam pelo aumento da pressão arterial e frequência cardíaca, permitindo que o oxigênio seja bombeado mais rapidamente; contração do baço, liberando hemácias para o transporte de oxigênio; redistribuição do suprimento sanguíneo da pele e vísceras para o cérebro e músculos; dilatação dos brônquios e aumento da ventilação pulmonar; dilatação das pupilas para aumentar a acuidade visual, e estimulação do sistema linfático a fim de aumentar os linfócitos circulantes com vistas a reparar danos aos tecidos. (BRANDÃO, 2000, p.109).

Respostas prolongadas:

A ação passa da medula adrenal para o córtex adrenal e para pituitária anterior, que é a responsável pela ativação do córtex adrenal. A liberação de glicocorticoides do córtex adrenal, que ocorre nestas situações, está sob o controle do ACTH (hormônio adrenocorticotrófico)[...] existem evidências de que modificações no funcionamento deste mecanismo podem estar subjacentes a alguns dos efeitos da experiência, nos estágios iniciais da vida, sobre o comportamento emocional adulto (BRANDÃO, 2000, p.109).

Durante o processo de maturação do indivíduo, sua energia vai se moldando ao ambiente vivido, através dos vínculos emocionais, da educação, da cultura. Por não serem expressas ou descarregadas proporcionalmente à carga energética que lhe produziram, emoções e sentimentos manifestam-se de forma aceitável pela sociedade, porém essa restrição provoca efeitos internos que contribuem para a formação do caráter em nível corporal.

## A Análise Bioenergética

A Análise Bioenergética é uma terapia criada e desenvolvida pelo norte americano Alexander Lowen (1977), e consiste, fundamentalmente, no trabalho psicocorporal com o paciente. Contempla a análise do caráter de Wilhelm Reich (1989), pelos aspectos físicos e mentais e trabalha os indivíduos através da fala e das intervenções psicocorporais. Entre 1940 e 1952, Lowen foi aluno de Reich, e também seu paciente entre 1942 e 1945.

Lowen, com a base que obteve de Reich, inovou o seu trabalho ao atender com seus pacientes de pé, trouxe o corpo para uma forma mais ativa e participativa na psicoterapia. Além do significado de “estar de pé” para se colocar na vida de uma forma adulta e atuante, essa posição também tem seu propósito terapêutico. “Se pensarmos a ‘agressividade’ nos termos de seu significado de dicionário, mover-se para, a posição analítica padrão (no divã) impõe limite sobre a agressividade e sobre o movimento” (LOWEN, 1977, p. 98).

Reich enfatizou as funções somáticas, especialmente a região da respiração com o problema de controle emocional. Além disso, Reich introduziu o conceito de uma energia física como contrapartida do conceito de energia mental. Mas nem em Reich nem em qualquer outro autor analítico, existe uma apresentação sistemática da relação entre a função somática e os problemas psíquicos (LOWEN, 1977, p.97).

Nas sessões de Lowen (1977) como psicoterapeuta, o paciente não ficava em um divã ou poltrona, o que seria um limitador para o paciente. Então orientava o cliente a ficar sentado ou de pé, com a coluna reta em alguns momentos trabalhava com o cliente deitado em um colchão; de acordo com o conteúdo emocional que emergia na sessão. Enfatizava que os pés no chão, proposto pelo psicoterapeuta corporal, tem finalidade de manter o paciente em contato com sua realidade interna e externa, produzindo também uma sensação de enraizamento e segurança que possibilita a expressão das questões emocionais.

Segundo Lowen (1977), o corpo e a mente não se dissociam no que diz respeito aos problemas de segurança emocional e da física. Combinando a psicoterapia com o

trabalho corporal da Análise Bioenergética, o que proporcionará uma solução mais rápida das demandas reveladas no *setting* terapêutico.

O conceito de *grounding* foi introduzido por Lowen na Análise Bioenergética, que objetiva o *self* verdadeiro, referi-se ao enraizamento do indivíduo na vida, no grupo social, na relação familiar, no trabalho em contato com o próprio corpo. Além de colocar o paciente em uma posição ativa em suas sessões, a eles também era proposto os movimentos corporais e também exercícios respiratórios (WEIGAND, 2006). Na participação corporal no processo psicoterápico, entende-se que o corpo não tem apenas seu papel analítico, mas, também, é caminho para transformação pessoal. Porém, Lowen, diferentemente de Reich, que pressionava os pontos de tensão do paciente deitado, buscou outra forma de alcançar a vibração de energia no corpo do paciente. Os pacientes ficavam de pé para entrar mais em contato com as próprias pernas; a posição de enraizamento (*grounding*) possibilitava a recuperação da capacidade natural de vibrar, o que dissolvia a rigidez muscular do corpo e promovia a expressão das emoções.

### Formação do Caráter

A personalidade humana facilmente é confundida com o caráter. Lowen (1982) explica que não é bem assim, pois a personalidade é o todo enquanto o caráter não pode enquadrar o indivíduo como um todo, e sim, uma parte do ser. No nível psicológico e também muscular, cada caráter tem suas defesas próprias. As posições de defesa do caráter não representam a pessoa como todo, assim uma pessoa pode apresentar posições defensivas de diferentes tipos de caráter, é isso implica em sua personalidade. Na Análise Bioenergética, existem cinco tipos básicos de caráter, são: esquizóide, oral, psicopático, masoquista e rígido.

A formação dos traços de caráter tem seu início ainda dentro do útero materno. A mulher gestante é, durante os meses de geração do bebê, o elo inicial entre a criança e o mundo. Mesmo não estando em contato direto com o mundo, o bebê sente a influência externa através do que é transmitido pelos sentimentos e emoções da mãe.

O útero é o primeiro ambiente em que se encontra o bebê durante seu desenvolvimento físico, energético e emocional, onde o contato se dá com a mãe por meio de suas paredes e do cordão umbilical, que irá sustentar e nutrir o bebê não apenas de forma fisiológica, mas também emocional e energética para que possa continuar sendo gerado. É um contato não apenas corporal, mas também de energia e afeto entre a mãe e o bebê em formação. É importante ressaltar que o nível de energia do embrião será determinado pelo nível de energia do útero da mãe (REICH, 1987 apud VOLPI & VOLPI, 2006, p. 2).

Quando adolescente e mais tarde, quando adulto o paciente já apresenta a estrutura de caráter definida, tornando-se a mesma evidente corporalmente através da postura e do formato do corpo, mas também em seus correlatos psicológicos. Isso se dá porque a história da dinâmica familiar e os seus impactos na formação do caráter permanecem inscritos no corpo da pessoa, ou seja, como um registro, sobretudo os acontecimentos da primeira infância, pois é o período em que o sujeito tem suas defesas precárias em comparação ao adulto. Os acontecimentos quando são provocadores de estresses e traumas podem provocar marcas mais profundas e dificulta o fluxo energético natural da pessoa (VOLPI & VOLPI, 2006).

No tratamento psicoterápico de um adulto, por exemplo, esses registros vivenciados, muitas vezes serão irreversíveis devido às consequências do trauma no aparato físico e psicológico do sujeito. Por isso a psicoterapia na criança é muito mais de rápida resolução, porque além de não possuírem defesas como no adulto, analogamente não possuem tantos registros de suas vidas.

Nesse conjunto de informações psicossomáticas, as emoções são eventos importantes que auxiliaram na estruturação do caráter, pois identificam como a pessoa respondeu aos diversos estímulos, do ambiente externo e interno. Para cada tipo de caráter descrito por Lowen (1977) é possível identificar as emoções predominantes, que movimentam inconscientemente a vida do indivíduo. A formação do caráter pode ser entendida no processo dialético entre ego e o corpo (LOWEN, 1982). “A imagem egóica molda o corpo por meio do controle exercido pelo ego, sobre os músculos voluntários. [...] De início, estas inibições podem ser conscientes e têm por fim livrar a pessoa de mais conflitos e dores” (LOWEN, 1982, p. 125).

As tabelas seguintes apresentam um resumo da tipologia de caráter definidas por Lowen, resultado de suas observações e compreensão na prática clínica de base

psicocorporal, assim como da leitura analítica dos conteúdos verbalizados pelos clientes.

**Tabela 1: O Caráter Esquizóide**

Etiologia	O comprometimento ocorre entre zero e seis meses de vida. O desenvolvimento foi interrompendo antes do nascimento, no parto ou nos primeiros dias após o nascimento.
Trauma	Dá-se quanto ao direito de existir, na presença de uma mãe (ou substituto da mãe) hostil e rejeitadora. O esquizóide tem uma crença pessoal que se traduz da seguinte maneira: “não sou desejado neste corpo, neste mundo...” O esquizóide é a criança odiada.
Experiência emocional básica	Rejeição.
Conflito básico	Existência x necessidade. O esquizóide parte do pressuposto de que: “posso existir se não tiver necessidades”.
Aspectos psicológicos	A sensação é de estar “desconjugado”. Estão presentes medos de aniquilação, de fragmentação, de deixar de existir. Compensa os medos através da intelectualização. Há ausência de identificação com o próprio corpo.
Padrões de contenção	Apresenta contração muscular para se segurar e não cair aos pedaços. <i> Holding together.</i>
Energia	É fragmentada no corpo.
Terapia e psicoterapia	A tarefa é recuperar a confiança básica, fortalecer os limites e o funcionamento do ego, trazer ordem e materialização para as qualidades criativas e espirituais de sua essência, e assim, “encarnar”, afirmando seu direito de ser no mundo.

Fonte: Reich: A Análise Bioenergética, 2003.

**Tabela 2: O Caráter Oral**

Etiologia	O comprometimento ocorre entre os seis e os 18 meses. O desenvolvimento foi interrompido no período de amamentação ou na primeira infância.
Trauma	Relaciona-se ao direito de receber suporte. “Fui abandonado e não posso sobreviver sozinho...” É a crença do oral, que é a criança abandonada.
Experiência emocional básica	Privação.
Conflito básico	Necessidade x independência. “Posso necessitar se for dependente”.
Aspectos psicológicos	Está presente o medo de perder o controle, que corresponde ao medo de perder o amor. Compensa o medo através de si mesmo, de seu valor, elevando-se acima dos outros e dos próprios sentimentos.
Padrões de contenção	A estrutura é subcarregada, incapaz de sustentar a si mesma e inexpressiva em termos de necessidade e agressividade. A tendência é a de segurar-se no outro. <i> Holding on.</i>
Energia	É desequilibrada: alta na parte superior do corpo; bloqueada na parte inferior do corpo. É projetada para fora para controlar, e não direcionada ao contato com o self.
Terapia e psicoterapia	A tarefa é aceitar a realidade, apesar da raiva e do medo de estar só; é necessário sustentar-se nas próprias pernas, aprender a nutrir a si próprio e também a compreender e suprir as necessidades dos outros.

Fonte: Reich: A Análise Bioenergética, 2003.

**Tabela 3: O Caráter Psicopático**

Etiologia	Localiza-se entre um ano e meio e dois anos de idade. O desenvolvimento foi interrompido no nascimento do <i>self</i> independente.
Trauma	Refere-se ao direito de ser autônomo. O psicopata sofreu sedução e invasão pelo genitor do sexo oposto. O psicopata é a criança possuída, usada.
Experiência emocional básica	Sedução
Conflito básico	Vontade X Entrega. O psicopata acredita na afirmação: “Posso ser independente se estiver no controle e não mostrar a minha vulnerabilidade”.
Aspectos psicológicos	Está presente o medo de perder o controle, que corresponde ao medo de perder o amor. Compensa o medo através da afirmação de si mesmo, de seu valor, elevando-se acima dos outros e dos próprios sentimentos.
Padrões de contenção	Há desconexão entre as partes superior e inferior do corpo, com uma tendência a conter a energia para cima. <i> Holding up</i> .
Energia	É desequilibrada: alta na parte superior do corpo; bloqueada na parte inferior do corpo. É projetada para fora para controlar, e não direcionada ao contato com o <i>self</i> .
Terapia e psicoterapia	A tarefa é levar o psicopata a fazer parte da humanidade, entregar-se à sua própria humanidade, sentindo-se seguro para ter sentimentos.

Fonte: Reich: A Análise Bioenergética, 2003.

**Tabela 4: O Caráter Masoquista**

Etiologia	Ocorre entre um ano e meio e dois anos e meio de idade. O desenvolvimento foi interrompido no treino ao toailete e na alimentação. O masoquista foi humilhado e se sentiu envergonhado. A independência foi suprimida.
Trauma	Relaciona-se a autoexpressão independente. Há a figura de uma “mãe sufocante”, que condiciona amor à obediência. Dá-se atenção excessiva à alimentação e à evacuação, chegando a serem forçadas e pouca ou nenhuma atenção às necessidades emocionais. Existe um trauma quanto à autonomia; uma ameaça à independência. O masoquista é uma criança submetida, vencida.
Experiência emocional básica	Humilhação.
Conflitos básicos	Submissão X Independência. O masoquista parte da crença de que: “Posso estar perto e ser íntimo se não for livre”.
Aspectos psicológicos	Há medo da descarga, medo de ser esmagado. O masoquista tem um sentimento de pressão interna, a ponto de “explodir”, mas é incapaz de liberar. Vive entre impulsos antagônicos, queixumes (gratificação e frustração). Há sensação de inferioridade. Sente culpa e vergonha dos próprios desejos. O Superego é severo.
Padrões de contenção	O masoquista carrega o mundo nas costas. O padrão é o de retenção. <i> Holding in</i> .
Energia	É estagnada. Apresenta-se alta na coluna cervical. A energia negativa está voltada para si mesmo.
Terapia e psicoterapia	A tarefa é alcançar autoexpressão criativa e dessa forma, autoafirmar-se.

Fonte: Reich: A Análise Bioenergética, 2003.

**Tabela 5:** O Caráter Rígido (Fálico-narcisista e Passivo-feminino nos homens; Histórica e Agressivo-Masculina nas mulheres)

Etiologia	Ocorre entre os quatro e seis anos de idade, na fase edipiana.
Trauma	Refere-se à posse da própria sexualidade. Dá-se em termos de rejeição sexual, que é sentida como traição. O rígido é a criança explorada.
Experiência emocional básica	Traição.
Conflitos básicos	Sexo X Amor. A crença do rígido é de que: “Posso ser livre se não desejar nem me entregar ao amor”.
Aspectos psicológicos	O rígido sente-se ferido e rejeitado. Tem medo rejeição, de se entregar e ser traído. Há sensação de desvalorização, compensada através da performance.
Padrões de contenção	Armadura. A tensão na parte posterior do corpo mantém uma atitude de desconfiança ao mesmo tempo em que retém o impulso de buscar e se abrir ao mundo. <i> Holding back</i> .
Energia	É contida. Alta na periferia, nos centros da vontade, mas não dá receptividade.
Terapia e psicoterapia	A tarefa é voltada a ter sentimento e compaixão, abrindo mão do autocontrole. No relacionamento romântico, deve conectar os sentimentos do coração com os sexuais, abrindo-se ao desejo.

Fonte: Reich: A Análise Bioenergética, 2003.

## As emoções e os tipos de caráter

### *Caráter esquizóide – medo da rejeição*

A falta do acolhimento materno tem uma grande influência na forma em que o indivíduo de caráter esquizóide lidará com as suas relações durante a vida. Neste caráter, o medo de ser rejeitado predomina. Segundo Reich (1987), o medo de ser rejeitado, deve-se a rejeição sofrida desde a vida intrauterina quando a mãe o rejeita, mesmo em nível inconsciente. Devido à rejeição, sua existência é precária, já que veio ao mundo sob o eco do dualismo “existo ou não existo”.

Para Reich (1987), a etapa de sustentação ocorre na fecundação até todo o período de amamentação, e além de ser um período de contato corporal com a mãe (ou substituto), é também um momento energético das trocas afetivas entre mãe e bebê em formação, pois o nível energético que a mãe apresentar durante a gravidez será transmitido para o embrião (apud VOLPI & VOLPI, 2006, p. 2). Isto explica o motivo da energia fragmentada do esquizóide, e como a condição energética está ligada ao ego, o indivíduo deste caráter tem o ego precário, digamos que como vivenciou a imposição

de vir ou não ao mundo, isto reflete no seu modo de ser no mundo. O caráter esquizóide tem um limite precário em torno do ego, o que resulta em sua hipersensibilidade (LOWEN, 1982).

As defesas nesse caráter bloqueiam os sentimentos, criando uma dificuldade de entrar em contato com eles, o que geralmente, durante a psicoterapia, se manifesta em afirmações que indicam que ele não está sentindo nada acerca de eventos ou pessoas da sua vida, como morte de um familiar, divórcio, por exemplo, mesmo que explicita seus desejos, em sua fala as emoções dificilmente estarão presentes “A vontade de motivar as ações dá ao comportamento do caráter esquizóide uma tonalidade artificial; trata-se do assim chamado comportamento ‘como se’, quer dizer, como se estivesse fundamentado em sentimentos, mas as ações em si não os expressam” (LOWEN, 1982, p. 135).

### *Caráter oral – tristeza*

A pessoa de caráter oral sente um vazio enorme dentro de si, e tenta preencher estando na presença de outras pessoas. Por vezes, poderá se mostrar exageradamente independente, mas, na verdade, a dificuldade de se firmar em cima dos próprios pés leva-o a se inclinar, se apoiar nas outras pessoas (VOLPI & VOLPI, 2003). É possível que esta relação de dependência seja levada para psicoterapia, e o indivíduo queira que as soluções dos seus problemas provenha das decisões do terapeuta, não assumindo sua posição ativa no processo psicoterápico.

A tristeza que a pessoa de peculiaridades orais carrega, é o que o torna, geralmente, um caráter depressivo, o abandono sofrido trouxe o sofrimento que não cessa na vida adulta. Há um apego e carência pela falta de atenção por conta da privação sofrida na infância.

A tristeza do oral pode estar presente também em suas relações amorosas, por confundirem suas necessidades com amor, e por isso criar uma exigência para que o amor seja correspondido. “A pessoa cujo amor é dependente acredita que essa dependência justifica sua exigência de amor. Sem perceber, transfere para outra pessoa uma ansiedade não satisfeita em sua infância” (LOWEN, 1984, p. 155).

No que concerne a emoção do oral, pode não ser expressa, descarrega energeticamente, da forma que a demanda necessita. O que acontece é que “o vazio interno reflete a supressão de sentimentos intenções, de desejos que, caso fossem expressos, resultariam num choro muito profundo e numa respiração mais forte” (LOWEN, 1982, p.138).

### *Caráter psicopático – medo de ser controlado*

O caráter de peculiaridade psicopata, segundo Lowen (1982), é um caráter muito difícil de ser estudado e trabalhado no ambiente terapêutico. “A necessidade de controle está de perto vinculada ao medo de ser controlado e ser controlado significa ser usado (LOWEN, 1982, p. 141).” A sedução provavelmente estará presente na psicoterapia, onde o psicopata tentará dominar a situação, o que pode dificultar o desenvolvimento do processo do tratamento.

O psicopata tem uma funcionalidade diferente de como o ego é utilizado, normalmente o ego é o apoio nas tentativas do corpo de encontrar prazer, mas no caso do psicopata eles subvertem essa tentativa para a favor da imagem do ego (LOWEN, 1982). Devido a sua capacidade de sedução e dominação, o indivíduo deste caráter pode facilmente demonstrar emoções que não advém de seus sentimentos, mas que são apenas intencionais objetivadas em suas conquistas. Em essência, a “[...] atitude psicopática é a negação do sentimento [...] o ego, ou a mente, volta-se contra o corpo e seus sentimentos, principalmente os de natureza sexual” (LOWEN, 1982, p. 139).

Comumente, na psicoterapia, será uma tarefa difícil identificar e levar o indivíduo a expressar suas verdadeiras emoções contidas em seu corpo. A sedução que sofreu na infância transformou-se numa cilada no caminho para atingir os seus objetivos e nela não está incluso o desejo de fato, os sentimentos, as emoções, mas uma conquista para antecipação de não haver necessidades a serem supridas.

### ***Caráter masoquista – raiva***

A raiva que subjaz no caráter masoquista, na psicoterapia, poderá ser trazida pelo cliente sob a forma de queixumes e suas insatisfações com as pessoas do seu convívio, por exemplo. O psicoterapeuta, por sua vez, deve estar atento a esses queixumes, pois é uma indicação da emoção raivosa que se encontra aprisionada no corpo. É uma característica que passa a ser focada no decorrer das sessões e que poderá ter sua expressão plena quando a descarga energética for favorecida pelas intervenções psicocorporais propostas pelo terapeuta.

Ao invés de auto-assertividade, a pessoa masoquista apresenta queixumes e lamentos. Estes são a única expressão vocal que consegue sair com facilidade de uma garganta estrangulada. Em lugar de uma agressividade, há a conduta provocativa cujo objetivo é receber uma resposta poderosa o suficiente por parte da outra pessoa para que o masoquista tenha, sobretudo, condições de reagir violenta e explosivamente em situações sexuais (LOWEN, 1982, p. 144-145).

Por um lado, submete-se e procura agradar os outros. Por outro lado, apresentam dificuldades em dizer “não”, o que nega a expressão de sua vontade. Também poderá manifestar para o psicoterapeuta a insatisfação por não ser reconhecido pelo que faz.

A submissão do masoquista também pode trazer confusão ao psicoterapeuta inexperiente, pois, ao propor um movimento expressivo ao cliente e, mesmo sendo realizado corretamente, a pessoa poderá executar os exercícios apenas para agradar o psicoterapeuta. Nesse caso, o trabalho pode não ter validade alguma, pois não estará sendo executado em nível emocional do cliente, mas em nível racional.

### ***Caráter rígido– medo de se entregar ao amor***

O caráter rígido pode ser classificado em: histérico, passivo feminino, fálico-narcisista e passivo-feminino, estes se diferenciam em nível de rigidez e também podem apresentar traços de outros caracteres. A rigidez desse caráter está presente em nível corporal, mental e comportamental (LOWEN, 1977). Os sujeitos de caráter rígido são competitivos e agressivos, para eles a passividade representa vulnerabilidade. São

geralmente teimosos, e a teimosia provém de seu orgulho, temem ceder para não parecer imbecil, então se contém. O temor da submissão, na verdade está ligado também ao medo da perda de sua liberdade (LOWEN, 1982).

A pessoa que apresenta esse caráter possui um medo de entregar-se ao amor, isso acontece porque seus sentimentos foram reprimidos. A relação sexual para o histórico, por exemplo, é possível, mas sua atitude sexual submissa repercute no propósito da pessoa em conquistar alguém amorosamente. O corpo traduz perfeitamente à forma como esse caráter lida com o sexo e com o amor, “Enquanto a parte inferior do corpo, da pélvis para baixo era suave e coerciva, a superior rígida e conservativa. Se os genitais davam seu consentimento, o coração dizia 'não' ” (LOWEN, 1977, p.227).

A rigidez, obviamente, repercute nas relações do sujeito e também em seu comportamento, onde é possível perceber que o corpo revela o que o rígido sente e como ele age frequentemente. O aspecto do rígido é observável durante a psicoterapia, o que revela para o profissional a dimensão dos problemas e os possíveis caminhos para solucioná-los, como: trazer a sensibilização do cliente, promover uma ligação entre sua parte sexual com a emocional, e principalmente tornar o cliente mais flexível e menos compulsivo. “A pessoa rígida mostra falta de espontaneidade e seu comportamento tende a ser compulsivo e mecânico. A rigidez muscular também diminui os sentimentos, porque o sistema muscular não pode reagir ou responder livremente” (LOWEN, 1984, p. 140).

### **Considerações Finais**

De modo geral, pode-se dizer que as emoções são estimuladas desde o início da vida, e durante a vida através do convívio social, mas são os primeiros contatos do indivíduo com a figura materna (ou substituta) que será registrado no corpo e na mente; o caráter que dominará suas atitudes durante a vida adulta. As emoções, apesar de pertencerem à natureza humana de forma inata, como é o caso das emoções primárias; alegria, tristeza, medo, raiva; nem sempre são expressadas pelas pessoas, ou seja,

descarregadas quando estão sendo sentidas, provavelmente, por terem sido represadas no corpo durante a infância, através da formação das couraças.

Sabendo que as emoções envolvem as reações corporais e sendo o corpo um aparato biológico humano, é importante compreender as manifestações biológicas que ocorrem durante e depois das emoções surgirem, assim como, as alterações biológicas decorrentes do estado emocional, que muitas vezes, quando reprimidas, são responsáveis por doenças psicossomáticas.

Os trabalhos corporais propostos pela Análise Bioenergética tem melhor resultado com a entrega emocional do cliente, pois o que está contido energeticamente estará provocando as demandas apresentadas ao psicoterapeuta.

A importância de se conhecer o modo como cada caráter lida com as emoções, reside no que implicará para o desenvolvimento da psicoterapia. O trabalho do profissional, por mais dedicado que seja, será inatingível se não for capaz de perceber as peculiaridades emocionais de cada cliente. Os recursos psicocorporais da Análise Bioenergética poderão promover a liberação das emoções que estão aprisionadas no corpo e favorecer a entrega do cliente às suas sensações e sentimentos.

## Referências

BRANDÃO, Marcos Lira. **Psicofisiologia**. São Paulo: Editora Atheneu, 2000.

DELGALARRONDO, Paulo. **Psicopatologia e semiologia dos transtornos mentais**. 2. ed. Porto Alegre: Artmed, 2008.

GIL, Antônio Carlos. **Como elaborar um projeto de pesquisa**. 4. ed. São Paulo: Atlas, 2002.

GIL, Antônio Carlos. **Métodos e técnicas de pesquisa social**. 6. ed. São Paulo: Atlas, 2008.

LOWEN, Alexander. **O corpo em terapia**. ed. 7 São Paulo: Simmus, 1977.

LOWEN, Alexander. **Bioenergética**. ed. 8, São Paulo: Simmus, 1982.

LOWEN, Alexander. **Prazer: Uma abordagem criativa da vida**. ed. 5º São Paulo: Summus, 1984.



VOLPI, José Henrique; VOLPI, Sandra Mara. **Reich: Análise Bioenergética**. Curitiba: Centro Reichiano, 2003.

VOLPI, José Henrique; VOLPI, Sandra Mara. Etapas do desenvolvimento emocional. **Centro Reichiano**, Curitiba, 2006. Disponível em <[www.centroreichiano.com.br/artigos.htm](http://www.centroreichiano.com.br/artigos.htm)>. Acesso em: Acesso em 14 de ago. de 2016.

WEIGAND, Odila. **Grounding e autonomia**: a terapia corporal bioenergética revisitada. São Paulo: Person, 2006.

