



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

VOLPI, José Henrique. **Psicossomática e somatopsicodinâmica: a neurose congelada no corpo**. Curitiba: Centro Reichiano, 2014. Disponível em: http://www.centroreichiano.com.br/artigos/Artigos/Psicossomatica_e_somatopsicodinamica.pdf

PSICOSSOMÁTICA E SOMATOPSIKODINÂMICA: A NEUROSE CONGELADA NO CORPO

José Henrique Volpi

A idéia de que as funções mentais eram separadas do corpo, acabou sendo substituída pela afirmação de que o corpo é o receptáculo das experiências físicas e emocionais vividas por todos nós desde a gestação até a morte. Isso significa que tudo o que perturba a mente, têm seu reflexo sobre o corpo onde os estados psíquicos como estresse, depressão, ansiedade, medo, raiva, etc, favorecem o desenvolvimento e/ou a manifestação de doenças orgânicas como úlceras, colites, problemas cardíacos, alergias, doenças da pele e até mesmo o câncer.

O corpo não pode mais ser considerado um depósito da alma, como se propunha na idade antiga. Mesmo no útero o feto comunica-se e faz contato com a mãe e com o mundo que o rodeia, sentindo e respondendo aos estímulos do meio, principalmente aos estresses, que vão sendo registrados e permanecem ancorados na memória sensorial, celular. Mais tarde, esses registros podem vir à tona e trazer como consequência a manifestação de inúmeras doenças.

Desde a época de Hipócrates acreditava-se que a mente e o corpo influenciavam-se mutuamente mas essa relação sempre foi rejeitada durante anos pelos mecanicistas e negligenciada até mesmo pela psicologia, que lança sua visão no tratamento apenas da mente, deixando o corpo de lado. Pesquisas recentes têm demonstrado que tanto um medicamento quanto uma psicoterapia seja ela de base verbal ou psico-corporal, tem efeitos semelhantes sobre o cérebro na cura de inúmeros transtornos.

A memória é a faculdade de se representar o que foi vivido, sentido e aprendido no passado de uma pessoa. É uma função cerebral superior que surge como um processo de retenção de informações no qual nossas experiências são arquivadas e recuperadas quando as chamamos. Portanto, a memória forma a base para a aprendizagem, que é a aquisição de novos conhecimentos. Mas existem diferentes tipos de memória, que variam em sua complexidade: química, visual, olfativa, auditiva, tátil, etc. Basicamente podemos classificá-las em dois grupos:

- 1) a memória intelectual, localizada na mente;
- 2) a memória sensorial, localizada nos músculos.
- 3) a memória energética, localizada em cada célula que compõe nosso corpo.

Não existe uma área específica do cérebro ou do corpo em que a memória fica armazenada. Ela é um fenômeno sensorial, energético, celular, biológico e psicológico que

CENTRO REICHIANO

Av. Prof. Omar Sabbag, 628 – Jd. Botânico – Curitiba/PR – Brasil – CEP: 80210-000
(41) 3263-4895 - www.centroreichiano.com.br - centroreichiano@centroreichiano.com.br



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

VOLPI, José Henrique. **Psicossomática e somatopsicodinâmica: a neurose congelada no corpo**. Curitiba: Centro Reichiano, 2014. Disponível em: http://www.centroreichiano.com.br/artigos/Artigos/Psicossomatica_e_somatopsicodinamica.pdf

envolve vários sistemas neuropsicofisiológicos que funcionam em conjunto. Tanto a mente quanto o corpo não são apenas um agrupamento de órgãos, músculos e ossos, regidos por leis da mecânica, da termodinâmica ou outra qualquer, mas são conjuntos de células e tecidos, regidos principalmente por leis energéticas e neuropsicofisiológicas.

O corpo sente, aprende, se disciplina, se condiciona e expressa os conflitos emocionais da mente, corporificados nos tecidos celulares, refletidos na qualidade do tônus muscular, expressões faciais, ritmo respiratório, postura, tom de voz, etc. Portanto, nosso corpo é moldado de acordo com as experiências vividas, principalmente aquelas ocorridas na primeira infância, quando as formas que encontramos para nos defender ainda são precárias. Esses acontecimentos muitas vezes deixam marcas profundas e irreversíveis. Portanto, constantemente somos confrontados com dois caminhos: ouvir nosso corpo e deixá-lo falar em seus desejos e expressar suas angústias ou submetê-lo aos estresses físicos e psicológicos diários que a vida nos traz, formando assim as couraças.

Mente e corpo são permeáveis às impressões físicas, cognitivas e psicológicas e interagem entre si. A mente agrupa as informações intelectuais e mesmo em suas manifestações mais abstratas, não é separada do corpo, mas sim, nascida dele e moldada por ele. O corpo, por sua vez, contém a história de uma pessoa de forma que mudanças psíquicas são condicionadas pelas mudanças também nas funções corporais. Isso explica as diferentes posturas corporais e distintos comportamentos apresentados pelas pessoas, onde cada um possui uma forma muito particular de ser e de agir. Essa é a expressão do caráter.

O homem é um núcleo de energia cósmica, focalizada, muito organizada e especializada. A Psicologia Corporal se dedica a estudar as manifestações comportamentais e energéticas da mente sobre o corpo e do corpo sobre a mente, tratando-as em seu conjunto e em sua relação funcional. Tem por objetivo reencontrar a capacidade do ser humano em regular a sua própria energia e, por conseqüência, seus pensamentos e emoções. Suas raízes encontram-se nos trabalhos desenvolvidos por Wilhelm Reich (1897-1957), médico austríaco que abandonou a técnica da psicanálise quando descobriu que o corpo contém a história de cada indivíduo e é por meio dele que devemos resgatar as emoções mais profundas restabelecendo a mobilidade biopsíquica através da anulação e/ou flexibilização das couraças, armaduras emocionais e musculares que funcionam como defesa.

Reich não foi o primeiro cientista a reconhecer a fundamental importância dos meios não-verbais de comunicação, mas foi o primeiro a mapear as regiões do corpo humano onde se

CENTRO REICHIANO

Av. Prof. Omar Sabbag, 628 – Jd. Botânico – Curitiba/PR – Brasil – CEP: 80210-000
(41) 3263-4895 - www.centroreichiano.com.br - centroreichiano@centroreichiano.com.br



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

VOLPI, José Henrique. **Psicossomática e somatopsicodinâmica: a neurose congelada no corpo**. Curitiba: Centro Reichiano, 2014. Disponível em: http://www.centroreichiano.com.br/artigos/Artigos/Psicossomatica_e_somatopsicodinamica.pdf

localizam as emoções. Na pele e nos olhos, encontramos o medo. Aí a expressão de olhos arregalados ou as alergias como, por exemplo, a urticária, quando estamos temerosos ou assustados por algum motivo. Na região da boca, encontramos a raiva, característica do bruxismo. No pescoço é onde se localiza a arrogância e o controle e por isso, pessoas narcisistas ou controladoras apresentam um bloqueio nessa região e como manifestação somática encontramos, por exemplo, o torcicolo. O peito é a região do afeto e é onde se localizam as emoções do amor e do ódio que quando entram em conflito, trazem a angústia que por sua vez contribui para a manifestação dos problemas cardíacos e pulmonares. O diafragma é a região onde se localiza a ansiedade, típica de pessoas agitadas, trazendo como manifestações somáticas a gastrite, úlcera, problemas renais, etc. No abdômen encontramos a impulsividade e como manifestação somática a constipação. A pelve é a região do prazer, cujo bloqueio responde pela impotência, frigidez, vaginismo, etc.

O corpo não esquece. Tudo o que foi vivido durante a infância, através de sensações, permanece registrado. A somatização é uma forma de comunicação desses registros ancorados no corpo. Por isso é que precisamos atuar de uma forma dinâmica onde sejamos capazes de perceber a interferência da mente sobre o corpo e do corpo sobre a mente. Essa é a proposta da somatopsicodinâmica.

AUTOR

José Henrique Volpi / Curitiba / PR / Brasil – CRP-08/3685 - Psicólogo, Analista Reichiano, Psicodramatista, Mestre em Psicologia da Saúde (UMESP), Doutor em Meio Ambiente e Desenvolvimento. Diretor do Centro Reichiano-Curitiba/PR.

E-mail: volpi@centroreichiano.com.br

CENTRO REICHIANO

Av. Prof. Omar Sabbag, 628 – Jd. Botânico – Curitiba/PR – Brasil – CEP: 80210-000
(41) 3263-4895 - www.centroreichiano.com.br - centroreichiano@centroreichiano.com.br



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

VOLPI, José Henrique. **Psicossomática e somatopsicodinâmica: a neurose congelada no corpo**. Curitiba: Centro Reichiano, 2014. Disponível em: http://www.centroreichiano.com.br/artigos/Artigos/Psicossomatica_e_somatopsicodinamica.pdf

REAÇÕES, SENSAÇÕES, E PENSAMENTOS MAIS COMUNS

MASSAGEM

Reações Agradáveis = calma, relaxamento, sono...

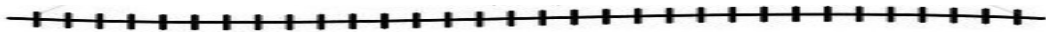
Reações Desagradáveis = agitação, coceira...

Sensações Agradáveis = relaxamento, prazer, acolhimento, aconchego, proteção...

Sensações Desagradáveis = desconforto, medo, dor, tensão, invasão...

Pensamentos Agradáveis = posso me entregar...

Pensamentos Desagradáveis = termina logo...



CONCHA ABERTA E FECHADA

Reações Agradáveis = calma, relaxamento, sono...

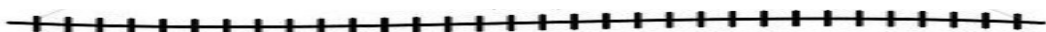
Reações Desagradáveis = agitação, coceira...

Sensações Agradáveis = relaxamento, prazer, acolhimento, aconchego, proteção, levitação como numa bolha...

Sensações Desagradáveis = desconforto, medo, opressão, aperto, frio...

Pensamentos Agradáveis = levitação...

Pensamentos Desagradáveis = parecia que ia me quebrar...



LUZ PONTO FIXO

Reações Agradáveis = calma, relaxamento, sonolência (sem dormir)...

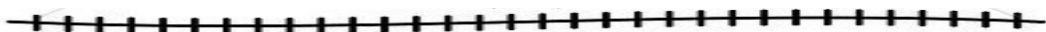
Reações Desagradáveis = agitação, coceira, sono (dorme profundamente)...

Sensações Agradáveis = relaxamento, prazer, acolhimento, aconchego, proteção...

Sensações Desagradáveis = desconforto, medo, frio, angústia, invasão, ardência nos olhos, fotofobia...

Pensamentos Agradáveis = coisas boas da vida (passado, presente, futuro)

Pensamentos Desagradáveis = queria que terminasse logo



CENTRO REICHIANO

Av. Prof. Omar Sabbag, 628 – Jd. Botânico – Curitiba/PR – Brasil – CEP: 80210-000
(41) 3263-4895 - www.centroreichiano.com.br - centroreichiano@centroreichiano.com.br



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

VOLPI, José Henrique. **Psicossomática e somatopsicodinâmica: a neurose congelada no corpo**. Curitiba: Centro Reichiano, 2014. Disponível em: http://www.centroreichiano.com.br/artigos/Artigos/Psicossomatica_e_somatopsicodinamica.pdf

BOCA ABERTA

Reações Agradáveis = calma, relaxamento, sonolência (sem dormir)...

Reações Desagradáveis = agitação, coceira, sono (dorme profundamente), boca não para aberta, boca seca, tosse...

Sensações Agradáveis = relaxamento, tranquilidade

Sensações Desagradáveis = desconforto, medo, frio, dor nos masseteres, fome (principalmente de doce – afeto)

Pensamentos Agradáveis = vontade de comer

Pensamentos Desagradáveis = queria que terminasse logo



LUZ PONTO FIXO

Reações Agradáveis = calma, relaxamento, sonolência (sem dormir)...

Reações Desagradáveis = agitação, coceira, sono (dorme profundamente)...

Sensações Agradáveis = relaxamento, prazer, acolhimento, aconchego, proteção...

Sensações Desagradáveis = desconforto, medo, frio, angústia, invasão, ardência nos olhos, fofobia...

Pensamentos Agradáveis = coisas boas da vida (passado, presente, futuro)

Pensamentos Desagradáveis = queria que terminasse logo

CENTRO REICHIANO

Av. Prof. Omar Sabbag, 628 – Jd. Botânico – Curitiba/PR – Brasil – CEP: 80210-000
(41) 3263-4895 - www.centroreichiano.com.br - centroreichiano@centroreichiano.com.br