



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

ROSA, Susan Maiara; VOLPI, Sandra Mara. Narcisismo na atualidade. Reflexos da sociedade sob a perspectiva da Psicologia Corporal. In: VOLPI, J. H.; VOLPI, S. M. (Org.) 25º CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS. **Anais.** Curitiba: Centro Reichiano, 2022. [ISBN – 978-65-89012-02-3]. Disponível em: <<https://www.centroreichiano.com.br/anais-dos-congressos-de-psicologia>>. Acesso em: ____/____/____.

NARCISISMO NA ATUALIDADE: REFLEXOS DA SOCIEDADE SOB A PERSPECTIVA DA PSICOLOGIA CORPORAL

Susan Maiara da Rosa
Sandra Mara Dall'Igna Volpi

RESUMO

Alexander Lowen (1983), em seu livro “Narcisismo: a negação do verdadeiro *self*”, discorreu acerca de como a cultura contemporânea possuía um papel ativo na constituição de sujeitos narcisistas, e o quanto este mundo moderno estaria fascinado por imagens. Essa pesquisa visa realizar uma análise a fim de compreender e relacionar a sociedade atual à visão de Lowen, elucidando sobre o aumento do comportamento narcisista nas pessoas após o advento das redes sociais, e o quanto essa atual sociedade pode estar nos tornando cada vez mais narcisistas na “Era da Internet”, em termos de padrões de beleza, padrões de vida, hábitos e rotinas, assim como o quanto esta exposição é normalizada e aclamada, trazendo à luz conceitos da Psicologia Corporal, com o intuito de auxiliar na reflexão dessas questões, promovendo contato com a singularidade, vivacidade, fluidez e expressão corporal.

Palavras-chave: Corpo. Imagem. Narcisismo. *Self*. Psicologia Corporal.

INTRODUÇÃO

A Internet e as redes sociais nunca estiveram tão em evidência na vida das pessoas como estão agora. Esse novo modo de vida vem sendo moldado e construído mediante padrões de comportamentos advindos, muitas vezes, de figuras públicas, conhecidos como “influenciadores digitais”. Em diversos campos e esferas, somos constantemente assolados de informações e exemplos de como viver, como comer, como trabalhar, como ser. A sociedade está se tornando uma sociedade de imagens.

Cirurgias plásticas e procedimentos estéticos estão cada vez mais comuns, e diariamente as pessoas são influenciadas a estarem em um padrão inalcançável, proveniente do uso de filtros e ferramentas de *Photoshop*. Essa cultura comercializável molda um estilo de ser e de viver, baseado principalmente na imagem. Lowen (1983, p. 190), analisando essa questão, discorre: “Quando baseamos nossa identidade num estilo de vida, não estaremos confundindo o artefato com o seu criador, a casa com o seu ocupante, a fachada com o *self* e seus sentimentos? Uma casa sem habitantes não é um lar; um estilo de vida sem um *self* não é uma pessoa.” Podemos perceber o quanto isso é explícito por meio da exposição exacerbada nas redes sociais, onde as pessoas buscam reconhecimento, admiração e, o principal: atenção



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

ROSA, Susan Maiara; VOLPI, Sandra Mara. Narcisismo na atualidade. Reflexos da sociedade sob a perspectiva da Psicologia Corporal. In: VOLPI, J. H.; VOLPI, S. M. (Org.) 25º CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS. **Anais.** Curitiba: Centro Reichiano, 2022. [ISBN – 978-65-89012-02-3]. Disponível em: <<https://www.centroreichiano.com.br/anais-dos-congressos-de-psicologia>>. Acesso em: ____/____/____.

a todo momento. Também é interessante observar que essa veneração pelas redes sociais pode estar relacionada à possibilidade de criar uma nova imagem, uma realidade alternativa, controlada e moldada para ser exibida às outras pessoas.

É possível dizer que a cultura ocidental contemporânea contribui e incentiva o narcisismo, introduzindo cada vez mais ferramentas e meios de promoção da imagem, além de distorcer a forma das pessoas enxergarem a vida, podendo sua singularidade, reduzindo a vivacidade, contato e expressão corporal.

O termo "narcisismo" surgiu na Mitologia Grega onde se descreve a narrativa de Narciso, um homem de grande beleza, o qual atrai a ninfa Eco, que se apaixona por ele. Porém, Narciso não a corresponde e então é condenado a se apaixonar por sua própria imagem quando a vê espelhada em um lago (KURY, 1999).

Posteriormente, a Psicanálise, por meio de Freud (2007), começou a utilizar esse termo para designar pessoas cuja libido era dirigida ao ego.

Atualmente, esse termo é muito utilizado no senso comum para representar pessoas extremamente egoístas e autocontemplativas.

A visão de Lowen (1983) faz um acréscimo ao significado do narcisismo segundo o senso comum, pois se trata de uma condição de negação de sentimentos em prol de um investimento na própria imagem, fazendo com que a pessoa desenvolva um distanciamento de seu verdadeiro *self*, tornando-se desconectada de emoções profundas e de seu corpo, mantendo-se envolvida com os valores superficiais do ego.

Lowen (1983) discorre acerca do narcisismo, elucidando sua origem e agravantes na infância, relacionando cultura e sociedade. O autor dissertava o quanto a cultura contemporânea possuía um papel ativo na constituição de sujeitos narcisistas, e o quanto este mundo moderno estaria fascinado por imagens. Em seu livro, relata o quanto a TV possuía influência na perda da vivacidade e energia, tornando as pessoas passivas e inaptas a viver suas próprias vidas, o modo como ficavam amortecidas e ludibriadas pelos programas e os usavam como um escapismo, fugindo e negando sentimentos e responsabilidades do mundo real.

E hoje, na "Era da Internet" e do frenesi das redes sociais? Nossa sociedade estaria tomada pela busca de um ideal e de uma imagem perfeita? Que influência isso exerce sobre a constituição das pessoas?

Para responder a essas perguntas, primeiramente, é necessário analisar as características do narcisismo. Para Lowen (1983, p. 9), "O narcisismo indica uma perturbação



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

ROSA, Susan Maiara; VOLPI, Sandra Mara. Narcisismo na atualidade. Reflexos da sociedade sob a perspectiva da Psicologia Corporal. In: VOLPI, J. H.; VOLPI, S. M. (Org.) 25º CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS. **Anais.** Curitiba: Centro Reichiano, 2022. [ISBN – 978-65-89012-02-3]. Disponível em: <<https://www.centroreichiano.com.br/anais-dos-congressos-de-psicologia>>. Acesso em: ____/____/____.

da personalidade caracterizada por um investimento exagerado na imagem à custa do *self*.” Há um grande investimento no próprio eu, e uma desvalorização dos laços sociais. Mas é necessário salientar que esse grande amor por si mesmo é, na verdade, um amor pela imagem idealizada criada, e não pelo verdadeiro eu.

Portanto, a criação da personalidade baseada na imagem é uma das características principais no narcisista. O narcisista não se identifica com sua autoimagem real, ela é inaceitável, e isso ocorre porque se identificam com uma versão idealizada de sua imagem (LOWEN, 1983). Geralmente, a imagem gerada de si próprio é grandiosa e irreal. Para os narcisistas “[...] seu desempenho – social, sexual, e profissional – parece eficiente demais, mecânico demais, perfeito demais para ser humano. Eles funcionam mais como máquinas do que como pessoas.” (LOWEN, 1983, p. 10). Em uma pessoa “saudável” a percepção do *self* e da imagem são congruentes, ajustando-se à realidade do corpo.

De acordo com o autor, o distúrbio básico da personalidade narcisista é a negação de sentimento, e muitas vezes, isso é até almejado. Tornar-se frio, e usar as pessoas em benefício próprio é visto como normal, e essa insensibilidade deriva de uma insensibilidade para consigo mesmo. O narcisista nega os sentimentos dos outros, porque nega seus próprios sentimentos.

No narcisista não há contato e conexão com a realidade de seu ser, seu corpo e suas sensações. De acordo com Lowen (1983, p. 37) “Ao dissociar o ego do corpo ou *self*, os narcisistas separam a consciência de seu alicerce vivo”.

O corpo é tratado como algo “controlável” e mesmo quando a pessoa parece estar se preocupando com sua saúde corporal, investindo em exercícios e procedimentos estéticos, seu real objetivo é ostentar uma imagem de saúde, um aspecto físico de acordo com o padrão atual, e não focando em seu bem-estar corporal com foco nas sensações. Como exemplo, Lowen (1983), discorreu acerca da musculação excessiva e do quanto essa prática poderia ser prejudicial ao corpo e à mente, pois reduz a vivacidade e a espontaneidade corporal, além de restringir a respiração.

Além disso, outra característica marcante nos narcisistas seria a falta de empatia e uma certa ausência de humanidade, pois, “Agindo sem sentimento, tendem a ser sedutores e ardilosos, empenhando-se na obtenção de poder e de controle. São egoístas, concentrados em seus próprios interesses [...]” (LOWEN, 1983, p. 9). Usam as pessoas a fim de alcançar seus objetivos, ignorando o que seus atos causam aos demais.



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

ROSA, Susan Maiara; VOLPI, Sandra Mara. Narcisismo na atualidade. Reflexos da sociedade sob a perspectiva da Psicologia Corporal. In: VOLPI, J. H.; VOLPI, S. M. (Org.) 25º CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS. **Anais.** Curitiba: Centro Reichiano, 2022. [ISBN – 978-65-89012-02-3]. Disponível em: <<https://www.centroreichiano.com.br/anais-dos-congressos-de-psicologia>>. Acesso em: ____/____/____.

Os narcisistas também “Apresentam várias combinações de ambição intensa, fantasias de grandeza, sentimentos de inferioridade, e excessiva dependência da admiração e aprovação externa.” (KERNBERG, *apud* LOWEN, 1983, p. 16). A necessidade de aprovação externa se dá em decorrência da falta de amor-próprio. Eles precisam de outras pessoas para validar sua importância e relevância e, por isso, estão frequentemente buscando aprovação e reconhecimento dos demais. Sendo assim, “[...] estão mais preocupados com o modo como se apresentam do que com o que sentem.” (LOWEN, 1983, p. 9). E nisso, por exemplo, ficam tão vulneráveis quanto estariam se vivessem de acordo com a estrutura de caráter escondida debaixo do narcisismo. Ou, em outras palavras, o narcisismo desenvolve-se para que a pessoa se sinta menos vulnerável, mas existe uma vulnerabilidade até mesmo no narcisismo, dada sua necessidade de aprovação.

De acordo com Lowen (1983), as crianças reagem às situações de forma espontânea, com base nas necessidades do *self* corporal, mas com o decorrer de determinados fatores, podem perder essa capacidade. Esses fatores são: experiência humilhante da impotência e o processo de sedução.

Numa criança constantemente exposta a humilhações, dor, desgosto e rejeição, acaba estruturando-se, tanto no corpo quanto na mente, um grande medo da humilhação. Tal medo poderá fazer com que esta acabe manifestando um forte desejo de obter superioridade ao ponto de declarar “[...] Quando eu crescer, serei poderosa e nem você, nem ninguém será capaz de me fazer isso de novo” (LOWEN, 1983, p. 72). Ao mesmo tempo, a criança que foi rejeitada e submetida à humilhação, é seduzida para servir aos genitores.

Lowen (1983) enfatiza que o narcisismo se origina de uma distorção no desenvolvimento da criança, abarcando nutrimento e apoio emocional precários dos pais, ao passo que não incentivam, respeitam ou reconhecem a individualidade, e tentam moldar a maneira que essa criança deveria ser e agir de acordo com suas preferências e fantasias.

Os genitores narcisistas reprimem os desejos da criança em detrimento dos seus, fazendo com que a criança tente responder aos desejos dos pais rejeitando seus próprios e, por consequência, seu verdadeiro *self*, afastando-se de suas sensações e sentimentos, resultando numa ferida narcísica e num falso *self*. Assim, essa criança desenvolverá o falso *self* com o intuito de receber admiração e aprovação, reprimindo expressões, sentimentos e sensações (TONELLA, 2003, *apud* SOUZA, 2019).

O autor caracterizou os distúrbios do narcisismo em cinco tipos, de acordo com suas peculiaridades e gravidade, do grau menor para o maior. Estes são: caráter fálico-narcisista,



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

ROSA, Susan Maiara; VOLPI, Sandra Mara. Narcisismo na atualidade. Reflexos da sociedade sob a perspectiva da Psicologia Corporal. In: VOLPI, J. H.; VOLPI, S. M. (Org.) 25º CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS. **Anais.** Curitiba: Centro Reichiano, 2022. [ISBN – 978-65-89012-02-3]. Disponível em: <<https://www.centroreichiano.com.br/anais-dos-congressos-de-psicologia>>. Acesso em: ____/____/____.

caráter narcisista, personalidade de fronteira, personalidade psicopática e personalidade paranoide (LOWEN, 1983). Quanto maior a severidade do narcisismo, menos essa pessoa estará identificada aos seus sentimentos, e mais identificada à sua imagem estará, decorrendo, uma falta de senso de *self*.

Na escala de Lowen (1983), o “menos” prejudicado dos narcisistas é o caráter fálico-narcisista, cujo ego está investido na sedução, com uma fixação na Fase Edípica, refletindo uma exagerada exibição de dignidade, autoconfiança e superioridade. A “Rejeição, raiva e egocentrismo formam a tríade característica do fálico-narcisista” (SOUZA E REICHOW, 2016). Nos aspectos corporais são descritos com um bom tônus muscular, tórax inflado, pescoço tenso, e muitas vezes porte atlético e sedutor (VOLPI, 2008).

Em segundo na escala, encontra-se o caráter narcisista. Este possui uma grandiosa imagem de si, e ao contrário do fálico-narcisista, que ainda está conectado com seus sentimentos (ainda que os use a favor da imagem), o caráter narcisista encontra-se mais alheio ao senso de *self*. Em aspectos corporais, o diafragma, peito e pescoço são os mais encoraçados (VOLPI, 2003).

O terceiro é a personalidade de fronteira. Neste, a pessoa entra em conflito frequentemente, pois uma hora se acha maravilhosa e incrível, e na outra, desprezível e inútil. Seu humor e imagem de si estão em constante mutação. A fantasia faz-se necessária a fim de compensar a ameaça de invalidade. Em fatores corporais, tipicamente, apresentam uma fraca conexão entre corpo e cabeça, respiração superficial, corpo desproporcional e baixo tônus muscular (FRÉCHETTE, 2021).

Em quarto lugar, encontra-se a personalidade psicopática. O grau de grandiosidade e desprezo pelas pessoas está a par com a total falta de sentimentos. É conhecido pelo comportamento impulsivo de “tornar em atos”. É o extremo do narcisismo, muito ligado aos *serial killers* e demais criminosos. São muito determinados e perseverantes para atingir seus planos e objetivos, ótimos em manipulação. O senso de *self* está tão prejudicado que não consegue perceber suas ações e consequências. A estrutura corporal da personalidade psicopática é descrita como possível de ser projetada para assumir qualquer forma a fim de realizar os propósitos aos quais a imagem esteja ligada, “[...] como por exemplo, atlético e poderoso, jovem e inocente, sexual e sedutor” (SAMSEL, 2021).

Em último lugar na escala, está a personalidade paranoide. Comumente, não faz distinção entre realidade e fantasia, denotando uma megalomania. Ainda apresenta características típicas do narcisismo, como divergência entre imagem do ego e *self* real,



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

ROSA, Susan Maiara; VOLPI, Sandra Mara. Narcisismo na atualidade. Reflexos da sociedade sob a perspectiva da Psicologia Corporal. In: VOLPI, J. H.; VOLPI, S. M. (Org.) 25º CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS. **Anais.** Curitiba: Centro Reichiano, 2022. [ISBN – 978-65-89012-02-3]. Disponível em: <<https://www.centroreichiano.com.br/anais-dos-congressos-de-psicologia>>. Acesso em: ____/____/____.

arrogância, insensibilidade, projeção, negação, grandiosidade, e, na fantasia, desenvolve a persecutoriedade, como se fosse o centro na vida todos. O que o difere dos outros é o alto grau de insanidade encontrado nesse tipo.

Partindo de um pressuposto cultural, Lowen (1983, p. 9) pontua que o narcisismo dos indivíduos corre a par com o da cultura: “Modelamos nossa cultura de acordo com nossa imagem e, por sua vez somos modelados por essa cultura.” O autor considera que uma cultura moldada pelo narcisismo é descrita como carente de interesses pelo meio ambiente, pela qualidade de vida, e pelos valores humanos (LOWEN, 1983).

É nítido o quanto houve mudanças nos padrões de comportamento da sociedade nos últimos anos e em como a cultura se modificou. De acordo com o autor “Poder, desempenho e produtividade tornaram-se os valores dominantes, desalojando virtudes obsoletas como dignidade, integridade e respeito próprio.” (LOWEN, 1983, p. 20). Vivemos em uma cultura que propaga a supervalorização de si e dos próprios interesses, desvalorizando o outro. Tudo é possível e tudo pode ser feito a fim de atingir os próprios objetivos. Para o autor: “Uma sociedade que sacrifica o meio ambiente natural em nome do lucro e do poder revela a insensibilidade em face das necessidades humanas.” (LOWEN, 1983, p. 9).

O autor também traz a visão de como a sociedade estaria minimizando o sentimento, e, de certa forma, encorajando uma ausência de limites.

Essa ausência de limites pode ser vista no desejo de acreditar e afirmar que o potencial humano é ilimitado; na tecnologia, na ciência, e na negação de limites morais, sociais e comportamentais. “A ausência de limites resulta na perda da noção do *self*.” (LOWEN, 1983, p. 190). Uma pessoa cujo *self* está comprometido, não consegue fazer distinção da realidade e dos sentimentos, criando-se uma imagem idealizada.

Lowen (1983) caracterizava essa irrealidade do mundo moderno como uma fascinação por imagens. Em sua época, associava com a veneração por modelos e o quanto eram enaltecidos em uma sociedade comercial. Também explanava o quanto as pessoas careciam de vivacidade por estarem tão presas à imagem e desconectadas da corporeidade. Hoje, é factual a maximização dessa irrealidade.

Com o avanço da tecnologia, da Internet, e a criação das redes sociais, cada vez mais as pessoas passaram a despender muitas horas de suas vidas em frente às telas. As plataformas de redes sociais tornaram-se um espaço muito além da interação social, no qual, pessoas com traços narcisistas satisfazem suas necessidades de exposição e admiração. Arelado a isso, podem receber *feedback* “positivo” sobre seus feitos e conquistas, através de



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

ROSA, Susan Maiara; VOLPI, Sandra Mara. Narcisismo na atualidade. Reflexos da sociedade sob a perspectiva da Psicologia Corporal. In: VOLPI, J. H.; VOLPI, S. M. (Org.) 25º CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS. **Anais.** Curitiba: Centro Reichiano, 2022. [ISBN – 978-65-89012-02-3]. Disponível em: <<https://www.centroreichiano.com.br/anais-dos-congressos-de-psicologia>>. Acesso em: ____/____/____.

curtidas e comentários, o que acaba aumentando e reforçando esse comportamento, levando o indivíduo a ter uma imagem cada vez mais grandiosa de si.

De acordo com Bandeira e Postigo (2015), essa distorção da própria imagem, e apresentação de uma vida falsa é “[...] uma marca narcísica da cultura atual, na qual o indivíduo precisa estar sempre feliz, ainda que seja de forma superficial”.

Lowen (1983) enfatiza que todo ser humano que não está em contato com a realidade, também não está em contato com a realidade de seu ser. “Se o corpo está relativamente amortecido, a percepção e reação da pessoa estarão diminuídas.” (LOWEN, 1983, p. 177).

Nas redes sociais, somos constantemente assolados por propagandas nas quais se estimula a consumir para atingir (ou tentar atingir) um padrão ideal de vida.

Vivemos em uma sociedade de consumo. Para Bauman (2008, p. 71), esta sociedade de consumo “[...] representa o tipo de sociedade que promove, encoraja ou reforça a escolha de um estilo de vida e uma estratégia existencial consumistas, e rejeita todas as opções culturais alternativas.”

As telas – sejam de computador, da televisão, do celular, da câmera de fotos ou da mídia que for – expandem o campo de visibilidade, esse espaço onde cada um pode se constituir como uma subjetividade alterdirigida. A profusão de telas multiplica ao infinito as possibilidades de se exibir diante dos olhares alheios e, desse modo, tornar-se um eu visível. (SIBILIA, 2008, p. 111, *apud* OLIVEIRA, 2015).

Essa cultura predominantemente baseada na exposição, acabou tornando-se natural, ao passo que o indivíduo se afirma no meio social, a partir da ideia de que é essencial ter uma imagem para mostrar. Isso ocorre, segundo Kehl (2004, p. 159, *apud* RIBEIRO, 2018), “[...] devido ao medo de não alcançar a notoriedade, à angústia de não conseguir ser percebido, assim, ele se deixa levar pelo comportamento predominante de mostrar-se. Nas redes sociais virtuais, as pessoas além de quererem ser vistas, querem ver a si mesmas e isso enfatiza a prática narcísica (PINTO, 2009, *apud* RIBEIRO, 2018).

Essa necessidade de visibilidade também produz o efeito de apresentar sempre uma boa imagem tanto para si, quanto para o outro, criando uma prática compulsiva relacionada ao mostrar-se. “Não ser percebido significa estar de fora, e estar de fora é como estar morto em um corpo vivo.” (TURCKE, 2010, p. 59).

Quando o mundo real se transforma em imagens pelo mundo virtual, essas imagens passam a ser compreendidas como reais, e motivam um comportamento automático, no qual as pessoas apenas reproduzem comportamentos instituídos sem uma reflexão prévia



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

ROSA, Susan Maiara; VOLPI, Sandra Mara. Narcisismo na atualidade. Reflexos da sociedade sob a perspectiva da Psicologia Corporal. In: VOLPI, J. H.; VOLPI, S. M. (Org.) 25º CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS. **Anais.** Curitiba: Centro Reichiano, 2022. [ISBN – 978-65-89012-02-3]. Disponível em: <<https://www.centroreichiano.com.br/anais-dos-congressos-de-psicologia>>. Acesso em: ____/____/____.

(DEBORD, 1997). É como se não houvesse um “filtro”, no sentido de critério. Mas, ao mesmo tempo, as pessoas usam tantos “filtros”, literalmente, para o que não precisaria, pois julgam que a imagem (geralmente a própria) precisa ser melhorada, que os defeitos (geralmente os próprios) precisam ser escondidos.

Na ânsia de atender as tendências da sociedade, o sujeito reproduz o comportamento e “[...] este comportamento de expor o que se faz nas redes sociais, molda o sujeito através da imagem que ele constrói perante aqueles que o acompanham em seu perfil, influenciando estes a obterem o mesmo comportamento, criando assim um ciclo.” (RIBEIRO, 2018).

Dessa forma, a tela do computador se abre como um espelho de Narciso, um espelho que refletirá não a imagem de contornos próximos ao real, mas a imagem que o sujeito deseja ter de si mesmo (PINTO, 2009, p. 71, *apud* RIBEIRO, 2018).

De acordo com Volpi e Volpi (2003, p. 19) “A Bioenergética acredita que cada pessoa possui duas naturezas: uma primária, essencial, e outra secundária, que remete às atitudes físicas e psicológicas que são utilizadas como meio de sobrevivência.” A maior parte das pessoas possui o verdadeiro *self* bloqueado, trazendo à tona uma natureza secundária, que podemos chamar de falso *self*, sendo este proveniente das exigências do mundo externo (ALENCAR, 2010).

Para Volpi e Volpi (2003), “Nos dias atuais, deparamo-nos com um culto ao narcisismo, onde cada vez mais a pessoa infla o seu ego e sai em busca de uma estetização de seu corpo. O objetivo é o engrandecimento do próprio ego, o culto à imagem, à aparência, ao poder” (VOLPI e VOLPI, 2003, p.69, *apud* ALENCAR, 2010).

E como se conectar com o verdadeiro *self*, vivendo em nossa sociedade? Primeiramente, pode ser necessário realizar uma autopercepção geral acerca da vida, e então, através da psicoterapia corporal, buscar uma maior integração entre corpo e mente. Lowen e Lowen (1985) nos trazem que o caminho para alcançar a autopercepção seria um corpo equilibrado e livre para pensar e sentir por si só.

Na Análise Bioenergética, o objetivo da psicoterapia é reequilibrar o paciente, desbloqueando a circulação, em geral carregada de repressões, de tal forma que ao longo da terapêutica ocorrerá a autopercepção, por meio da qual a pessoa se dá conta de sua história, seus traumas e dificuldades – e, trabalhando com este enfoque, ocorre o retorno da fluidez natural do organismo (MONTEIRO, 2007).

Na Psicologia Corporal, diversos recursos podem ser utilizados a fim de trabalhar a integração entre mente e corpo, utilizando práticas e movimentos corporais específicos a fim de



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

ROSA, Susan Maiara; VOLPI, Sandra Mara. Narcisismo na atualidade. Reflexos da sociedade sob a perspectiva da Psicologia Corporal. In: VOLPI, J. H.; VOLPI, S. M. (Org.) 25º CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS. **Anais.** Curitiba: Centro Reichiano, 2022. [ISBN – 978-65-89012-02-3]. Disponível em: <<https://www.centroreichiano.com.br/anais-dos-congressos-de-psicologia>>. Acesso em: ____/____/____.

promover o desbloqueio de tensões, contato, autopercepção e reestabelecimento da energia vital para que esta flua livremente.

No corpo, o narcisismo natural é como um instinto de conservação, afinal, “[...] se uma pessoa cai na água, faz com que se tensione os músculos e levante o pescoço para não morrer afogada. Mas isso deveria ser um processo natural. Acontece que na educação da criança ela sofre ameaças constantes, contrai os músculos do pescoço e infelizmente esta condição permanece mesmo quando o perigo já passou, instalando-se o que Reich (1995) chamou de couraça muscular.” Nesse caso, a couraça do pescoço irá responder pela formação da estrutura de caráter narcisista (NAVARRO e VOLPI, 2003, p.2).

O trabalho psicocorporal pode auxiliar o paciente a perceber a limitação da respiração, bem como os pontos de inibição / bloqueio de energia, e como restringem os movimentos, o que pode ter se iniciado na infância. Por meio das práticas ocorre um relaxamento das tensões musculares e o desbloqueio no fluxo energético, evidenciados por maior leveza nos movimentos do indivíduo, maior profundidade da respiração e uma autopercepção mais aguçada (PEREIRA, MARTINS e CORDEIRO, 2004; SANTANA, 2006). A prática desses recursos terapêuticos contribui para a liberação da couraça muscular, de forma a permitir que o corpo funcione livre e naturalmente.

Dentre os diversos exercícios e *actings* da Psicologia Corporal, o *grounding* pode ser muito benéfico para trabalhar o narcisismo, visto que os narcisistas possuem essa falta de contato com o corpo e com a realidade. Estar em *grounding* é “[...] estar em contato com a realidade interna, emocional, e com a realidade externa, o mundo.” (WEINGAND, 2005). Essa prática promove o enraizamento do corpo, o que seria a base do *self*.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Após todo o exposto, é possível perceber o quanto as plataformas digitais são uma grande ferramenta de interação e expressão, mas também estão cada vez mais possibilitando e aumentando a manifestação de comportamentos narcisistas. Vivemos em uma era na qual as pessoas são condicionadas a criar personagens sociais em busca de aceitação e afirmação.

Também é possível dizer que a cultura ocidental contemporânea contribui e incentiva o narcisismo, introduzindo cada vez mais ferramentas e meios de promoção da imagem, além de distorcer a forma das pessoas enxergarem a vida, podando sua singularidade, reduzindo a vivacidade, contato e expressão corporal.



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

ROSA, Susan Maiara; VOLPI, Sandra Mara. Narcisismo na atualidade. Reflexos da sociedade sob a perspectiva da Psicologia Corporal. In: VOLPI, J. H.; VOLPI, S. M. (Org.) 25º CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2022. [ISBN – 978-65-89012-02-3]. Disponível em: <<https://www.centroreichiano.com.br/anais-dos-congressos-de-psicologia>>. Acesso em: ____/____/____.

A era digital evidenciou e acelerou o processo de estruturação de uma sociedade narcisista, o que é fruto do que cada pessoa vive subjetivamente, ao mesmo tempo em que, constituindo-se como um problema social e cultural, impacta “em dobro” cada indivíduo. Além disso, é importante ressaltar que a “vida virtual” que estamos vivendo é só uma das formas pelas quais o narcisismo se expressa.

É necessário que estejamos atentos e conscientes das características e consequências de nosso próprio comportamento para que não nos distanciemos de nosso verdadeiro self, ao ponto de ocorrer uma cisão – a esse respeito, também é necessário buscar as origens, para abrandar os efeitos dos traumas que vivenciamos.

REFERÊNCIAS

ALENCAR, C. G. V. Verdadeiro e falso *self*: a problemática de ser e de viver no mundo do 007 e da Barbie. In: VOLPI, J. H.; VOLPI, S. M. (Org.). **Anais**. 15º CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS. Curitiba/PR. Centro Reichiano, 2010. Disponível em: <<https://www.centroreichiano.com.br/artigos/Anais-2010/ALENCAR-Cristian-Verdadeiro-e-falso-self.pdf>>. Acesso em: 10/03/2022

BANDEIRA, G. S.; POSTIGO, V. M. C. (2015). Me dá um like? Fotografo, logo existo: histeria e redes virtuais. **Estudos de Psicanálise**, Belo Horizonte, n. 44, 109-116. Disponível em: <<http://pepsic.bvsalud.org/pdf/ep/n44/n44a12.pdf>>. Acesso em: 20/02/2022

BAUMAN, Z. **Vida para o consumo**: a transformação das pessoas em mercadoria. Rio de Janeiro: Jorge Zahar, 2008.

DEBORD, G. **A sociedade do espetáculo**. Rio de Janeiro: Contraponto, 1997.

FRÉCHETTE, L. *Borderline*: em busca do verdadeiro *self*. In: VOLPI, J. H.; VOLPI, S. M. (Org.) **Apostila do curso de Especialização em Psicologia Corporal**. Módulo 3. Curitiba: Centro Reichiano, 2021.

FREUD, S. [1914]. Narcisismo: uma introdução. In: FREUD, S. **Edição standard brasileira das obras psicológicas completas de Sigmund Freud**. Rio de Janeiro: Imago, 2007.

KURY, M. da G. **Dicionário de Mitologia Grega e Romana**. 8ª ed. Rio de Janeiro: Zahar, 1999.

LOWEN, A. **Narcisismo**: negação do verdadeiro *self*. São Paulo: Cultrix, 1983.

LOWEN, A.; LOWEN, L. **Exercícios de Bioenergética**: o caminho para uma saúde vibrante. 8ª ed. São Paulo: Ágora, 1985.

MONTEIRO, F. R. **Psicossomática e análise energética**: um diálogo em expansão. 2007. Monografia (Especialização Clínica em Análise Bioenergética) – Libertas Clínica Escola, Recife/PE.



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

ROSA, Susan Maiara; VOLPI, Sandra Mara. Narcisismo na atualidade. Reflexos da sociedade sob a perspectiva da Psicologia Corporal. In: VOLPI, J. H.; VOLPI, S. M. (Org.) 25º CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2022. [ISBN – 978-65-89012-02-3]. Disponível em: <<https://www.centroreichiano.com.br/anais-dos-congressos-de-psicologia>>. Acesso em: ____/____/____.

NAVARRO, F.; VOLPI, J. H. **A utilização dos actigns da vegetoterapia e as terapias verbais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2003. Disponível em: <<https://www.centroreichiano.com.br/artigos/Artigos/NAVARRO-Federico-VOLPI-Jose-Henrique-A-utilizacao-dos-actigns-da-vegetoterapia-e-as-terapias-verbais.pdf>>. Acesso em: 01/02/2022

OLIVEIRA, M. Reflexos de Narciso: traços do arquétipo mítico-psicanalítico nos *selfies*. **A era da conexão 24/7**, Londrina, n. 32, p. 89, Junho/2015. Disponível em: <<https://periodicos.uff.br/ciberlegenda/article/view/36977/21552>>. Acesso em: 02/02/2022.

PEREIRA, M. J. S. B; MARTINS, G. B.; CORDEIRO, P. L. Grupo de movimento: novas perspectivas no trabalho com idosos. In: VOLPI, José Henrique; VOLPI, Sandra Mara (Org.). **Anais. 1ª CONVENÇÃO BRASIL LATINO AMERICANA e 9º CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS**. Foz do Iguaçu/PR. Centro Reichiano, 2004. CD-ROM. [ISBN – 85- 87691-12-0]. Disponível em: <https://www.centroreichiano.com.br/artigos/Anais-2004/PEREIRA-Maria-Julia-MARTINS-Gabriela-CORDEIRO-Patricia-Grupo-de-movimento.pdf> Acesso em: 05/05/2022.

RIBEIRO, M. P; MOSCON, D. **Reflexões sobre o uso do Instagram na contemporaneidade**. SEPA. XVII Seminário Estudantil de Produção Acadêmica, v. 17, p. 35-56, UNIFACS, 2018.

SANTANA, A. L. R. **A linguagem do corpo sob o olhar da respiração**. Recife, 2006. 40f. Monografia (Especialização em Psicologia Clínica). Libertas Clínica-Escola.

SAMSEL, M. O Caráter Inspirador (Psicopata). In: VOLPI, J. H.; VOLPI, S. M. (Org.) **Apostila do curso de Especialização em Psicologia Corporal**. Módulo 3. Curitiba: Centro Reichiano, 2021.

TÜRCKE, Christoph. Sociedade excitada: filosofia da sensação. Tradução de Antonio A. S. Zuin et al. Campinas-SP: Editora da Unicamp, 2010.

SOUZA, D. Enredamento narcísico nas timelines virtuais: revisão de literatura à luz das teorias Psicodinâmica e Bioenergética. **Revista Latino-Americana de Psicologia Corporal**, Piauí, n. 8, p. 78, Outubro/2019. Disponível em: <<https://psicorporal.emnuvens.com.br/rlapc>>. Acesso em: 02/02/2022.

SOUZA, J. H.; REICHOW, J. C. O fálico-narcisista através da afirmação social de estereótipos masculinos. In: VOLPI, J. H.; VOLPI, S. M. **Psicologia Corporal**. Curitiba: Centro Reichiano, 2016. Disponível em: <http://www.centroreichiano.com.br/artigos_livres.htm>. Acesso em: 03/02/2022.

VOLPI, J. H. **Poder, fama e ferida narcísica**. Curitiba: Centro Reichiano, 2003. Disponível em: <<https://www.centroreichiano.com.br/artigos/Artigos/VOLPI-Jose-Henrique-Poder-fama-e-ferida-narcistica.pdf>>. Acesso em: 23/02/2022.

VOLPI, J. H. **Characterologia pós-reichiana**. Curitiba: Centro Reichiano, 2008. Disponível em: <<https://www.centroreichiano.com.br/artigos/Artigos/VOLPI-Jose-Henrique-Characterologia-pos-reichiana.pdf>>. Acesso em: 23/02/2022.

VOLPI, J. H.; VOLPI, S. M. Reich: A análise bioenergética. Curitiba: Centro Reichiano, 2003.



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

ROSA, Susan Maiara; VOLPI, Sandra Mara. Narcisismo na atualidade. Reflexos da sociedade sob a perspectiva da Psicologia Corporal. In: VOLPI, J. H.; VOLPI, S. M. (Org.) 25º CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS. **Anais.** Curitiba: Centro Reichiano, 2022. [ISBN – 978-65-89012-02-3]. Disponível em: <<https://www.centroreichiano.com.br/anais-dos-congressos-de-psicologia>>. Acesso em: ____/____/____.

WEIGAND, O. **Grounding na análise bioenergética:** Uma proposta de atualização. Orientador: Dra. Maria Helena Pereira Franco. 2005. 155. Dissertação (Mestrado) –Psicologia Clínica, Pontifícia Universidade Católica de São Paulo, São Paulo, 2005. Disponível em: <https://sapiencia.pucsp.br/bitstream/handle/15583/1/Dissertacao%20Odila%20Weigand.pdf>
Acesso em: 10/03/2022.

Susan Maiara da Rosa / Curitiba / PR / Brasil

Psicóloga (CRP-08/30503) formada pela Universidade Tuiuti do Paraná (UTP). Especialista em Psicologia Corporal, com habilitação para atuar como Psicoterapeuta Corporal, pelo Centro Reichiano - Curitiba/PR.

E-mail: susanrosapsico@gmail.com

Sandra Mara Volpi / Curitiba / PR / Brasil

Psicóloga (CRP-08/5348) formada pela PUC-PR. Analista Bioenergética (CBT) e Supervisora em Análise Bioenergética (IABSP), Especialista em Psicoterapia Infantil (UTP) e Psicopedagoga (CEP-Curitiba), Mestre em Tecnologia (UTFPR), Diretora do Centro Reichiano, em Curitiba/PR.

E-mail: sandra@centroreichiano.com.br