



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

MINASI JÚNIOR, Elias; MONTEIRO, Eliane. Psicoterapia breve caracterooanalítica. Uma proposta focal. In: VOLPI, José Henrique; VOLPI, Sandra Mara (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: ____/____/____.

PSICOTERAPIA BREVE CARACTEROOANALÍTICA (P.B.C.) UMA PROPOSTA FOCAL

Elias Júnior Minasi
Eliane Monteiro

RESUMO

Diante das urgências psico-somáticas, a Psicoterapia Breve Caracterooanalítica (P.B.C.) propõe uma abordagem empírica comprovada para o alívio do sofrimento humano, utilizando-se da base da Vegetoterapia Caracterooanalítica de Frederico Navarro, é certamente um método focal com setting ajustado para a psicoterapia de base Reichiana.

Palavras-chave: Análise de Caráter. Psicologia Corporal. Psicoterapia breve. Vegetoterapia. Frederico Navarro. Xavier Hortelano.

Estes tempos contemporâneos podem ser classificados, durante a história humana, como de grande influência no *distress* sofrido pelo indivíduo, sociedade e planeta. Uma forte pressão externa, através dos meios econômicos e sociais para o consumo e a produção de bens ilimitados, a concentração das riquezas e a exploração de sociedades por outras, as grandes aglomerações em cidades cada vez maiores e distantes, a desorganização nas relações familiares com menor presença das mães com seus filhos, são alguns dos fatores que tem contribuído para o aumento dos transtornos mentais e doenças somáticas, bem como da falta de capacidade do indivíduo de se tornar protagonista e autor frente a sua história. Segundo Byung-Chul (2015):

Nesta sociedade de compulsão, todo mundo carrega em si um campo de trabalho. Este campo de trabalho é definido pelo fato de que somos simultaneamente prisioneiros e guardas, vítimas e agressores. Exploramos a nós mesmos. Isso significa que a exploração é possível mesmo sem dominação.

Ao mesmo tempo em que a sociedade humana se desorganiza em sua capacidade de gerar e manter a vida pulsante, os indivíduos também se desorganizam em seu funcionamento sócio-psico-corporal-energético. De uma sociedade muito mais neurótica nos tempos de Freud e Reich, hoje, temos um contexto mais limítrofe, onde encontramos os indivíduos com menos compromisso ou maior dificuldade em aderir a processos psicoterapêuticos profundos, onde se busca soluções rápidas e focais para os males que atingem a pessoa. Segundo Bauman (1999)



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

MINASI JÚNIOR, Elias; MONTEIRO, Eliane. Psicoterapia breve caracterooanalítica. Uma proposta focal. In: VOLPI, José Henrique; VOLPI, Sandra Mara (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 modernidade imediata é "leve", "líquida", "fluida" e infinitamente mais dinâmica que a modernidade "sólida" que suplantou. A passagem de uma a outra acarretou profundas mudanças em todos os aspectos da vida humana.

Neste contexto, a Psicoterapia breve surge como uma resposta mais orgânica para ajudar a pessoa em sua busca de auto-regulação, indo além e mais profundamente que outras técnicas (fármacos, acupuntura, massagens, práticas corporais como Yoga, ...).

De acordo com a OMS, cerca de 5,8% da população brasileira sofrem de depressão – um total de 11,5 milhões de casos. O índice é o maior na América Latina e o segundo maior nas Américas, atrás apenas dos Estados Unidos, que registram 5,9% da população com o transtorno e um total de 17,4 milhões de casos.

As buscas individuais e a necessidade da resolução de conflitos internos e intrapessoais podem exigir dos profissionais de saúde uma flexibilização em sua forma de conduzir os processos psicoterapêuticos, adaptando-se às necessidades da pessoa, com uma relação terapêutica mais ajustada para as necessidades dentro do setting, o que a P.B.C. se enquadra adequadamente.

Sabe-se de abordagens de psicoterapia breve com base psicoanalítica que produziram bons resultados. Não é de hoje que psicanalistas têm procurado desenvolver técnicas que foquem com atenção breve a situações e casos focais, observando sucesso nesse manejo.

Mesmo Wilhelm Reich em sua experiência na Policlínica de Viena aponta para a necessidade e relata alguns casos de trabalhos focais, ressaltando desde aquela época sua preocupação com a situação total do indivíduo, levando-se em consideração suas capacidades financeiras, de disponibilidade de tempo, etc...

Ola Raknes (1971) cita sua experiência com atendimentos breves e focais, utilizando a metodologia da Vegetoterapia de Reich.

Este ano fiz algumas tentativas com orgonoterapia quando devido a circunstâncias particulares não foi possível propor um tratamento completo, e em que pensei que uma melhora poderia ser obtida no curto espaço de tempo disponível... Esses tratamentos breves duraram de 3 a 4 meses (entre 12h e 15h), até 3 horas.

No trabalho psicanalítico podemos reconhecer os esforços de Alexander y French (1946) e Sifneos e Davaloo (1992) que propõe análise breve e focais para clientes neuróticos com capacidade de absorver uma relação terapêutica mais breve.



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

MINASI JÚNIOR, Elias; MONTEIRO, Eliane. Psicoterapia breve caracterooanalítica. Uma proposta focal. In: VOLPI, José Henrique; VOLPI, Sandra Mara (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: ___/___/___.

Neste contexto, surge a P.B.C. – Psicoterapia Breve Caracterooanalítica desenvolvida por Xavier Serrano, utilizando de sua experiência com a Vegetoterapia Profunda, sob a supervisão de Federico Navarro, que juntamente com colegas especialistas da Es.Te.R - Escuela Española de Terapia Reichiana, desenvolvem uma metodologia para o trabalho de Psicoterapia Breve, utilizando como base a Vegetoterapia Caracterooanalítica, de Navarro e adicionando outras técnicas atuais e que possuem alinhamento no processo psicodinâmico.

As indicações para psicoterapia breve

Um tratamento de psicoterapia focal e neste caso de P.B.C. pode favorecer bastante os atendimentos em centros de saúde, hospitais e também em consultórios particulares, haja vista que o objetivo pode ser tanto de um trabalho de atenção em crise, recuperando o estado de falta de consciência, quanto de um processo de maior duração com até 30 sessões. O que não pode se perder é que é um tratamento que possui foco, meta e objetivos bem delineados e definidos entre cliente e terapeuta, através do diagnóstico feito pelo profissional.

Podemos pontuar sua efetividade nos seguintes aspectos:

- O aumento da consciência de si ou de sua estrutura egóica
Trabalhando principalmente a análise de seus traços caracterológicos que estão sufocados ou sem potência e aumentando a consciência dos processos, permitindo que o indivíduo perceba melhor sua própria situação.
- Alívio dos sintomas psico-somáticos, relativos a processos caracterológicos
Através de actings mais curtos e focados e de uma postura mais ativa do terapeuta, se aliviam os sintomas relacionados às defesas contra a desorganização psíquica.
- Atenção em crises
Em momentos onde o indivíduo não se sente capaz de lidar com crises de ansiedade, pânico, angústia ou desorganização de seus núcleos orais e psicóticos, se pode oferecer um ambiente de acolhimento e relaxamento do aperto da couraça.
- Trabalho de análise de caráter, tomando-se em conta a estrutura
Atuando sobre os segmentos ou traços de caráter mais evidentes, identificados na D.I.D.E. no sentido de trazer consciência ao indivíduo de seu padrão inconsciente de funcionamento.



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

MINASI JÚNIOR, Elias; MONTEIRO, Eliane. Psicoterapia breve caracterioanalítica. Uma proposta focal. In: VOLPI, José Henrique; VOLPI, Sandra Mara (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: ____/____/____.

Com a P.B.C., embora não possamos considerar mudanças estruturais ou profundas, tentamos aliviar o sofrimento psíquico e emocional, o que em muitos casos também implica sofrimento físico. Para isso, flexibilizamos alguns traços de caráter e/ou fortalecemos outros, para que o paciente recupere o "equilíbrio" de sua couraça caracterial. Assim, ele se torna mais capaz de gerenciar suas defesas e seus recursos, tendo em mente algumas de suas necessidades "egóicas" ao mesmo tempo em que permanece mais consciente de suas armadilhas defensivas e da lógica de sua sintomatologia. Isso significa a recuperação de uma certa estabilidade emocional, uma redução da angústia e maior bem-estar vital.

Todas as abordagens breves possuem suas limitações de alcance. Isto se deve como o próprio nome diz ao seu objetivo, ou seja, breve. Tratamentos que demandam mudanças de estruturas ou de flexibilização profunda de traços de caráter não são indicados para o trabalho com a P.B.C. Isto é importante para que a terapia tenha sucesso e alcance os objetivos definidos no diagnóstico.

A metodologia da P.B.C.

A P.B.C tem o foco de trabalho sobre os traços de caráter, no entanto, é importantíssimo reconhecer a estrutura da pessoa, se é Psicótica ou Mimética, Limítrofe ou Borderline, Neurótica ou Adaptativa. A estrutura e seus traços de cobertura vão guiar o processo e podem, inclusive, inviabilizar um tratamento breve. Fala-se de traços porque o Caráter puro é como um Arquétipo, na prática, pode-se possuir diversos traços, dependendo dos impactos das relações em nossa infância.

A P.B.C vai focar nestes traços de caráter, por isso, caracterioanalítica. Analisando, compreendendo, flexibilizando ou incentivando traços que podem estar influenciando na situação do indivíduo e que podem produzir a limitação que o mesmo esteja enfrentando ao procurar ajuda.

O trabalho se assenta sobre uma análise caracterioanalítica triangular, onde num ponto atuamos sobre o foco caracterial na realidade atual, ou seja, como os traços de caráter aparecem no dia-a-dia e a influencia sobre a queixa principal e a meta terapêutica. O segundo ângulo é o foco caracterial dentro da relação terapêutica, analisando todos os movimentos de transferência na relação terapêutica sem permitir que se estabeleça a neurose de transferência; o terceiro ângulo é a investigação histórica dos traços caracteriais, de onde surgiu, como foram estas experiências e flexibilizá-las para a liberação ab-reacional das emoções vinculadas a isto.



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

MINASI JÚNIOR, Elias; MONTEIRO, Eliane. Psicoterapia breve caracterooanalítica. Uma proposta focal. In: VOLPI, José Henrique; VOLPI, Sandra Mara (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: ____/____/____.

Com base na Vegetoterapia Caracterooanalítica, de Federico Navarro, a P.B.C utiliza “Actings” como técnica corporal de trabalho sobre as couraças, seguindo a referência da técnica analítica da “livre associação”. O paciente em decúbito dorsal, com tempo reduzido de até 8 minutos, trabalhando uma sequência que atende ao objetivo da terapia.

Segundo Xavier (2007):

Permite desmontar as defesas musculares, facilitando a dinâmica ab-reacionária (expressões emocionais que foram reprimidas, acompanhadas, em algumas ocasiões, por memórias) seguindo um fio condutor, uma ordem que serve como um guia claro e seguro para o profissional e tem um impacto favorável sobre o paciente.

-O paciente reproduz esses actings sequencialmente: geralmente, três actings em cada sessão. O que está unificando segmentos e paralisando processos defensivos reativos;

-A análise sistemática dessas respostas ou resistências reativas defensivas, juntamente com a "análise caracterológica do acting", ou seja, da forma peculiar pela qual cada pessoa, dependendo de seu traço predominante, realiza esses movimentos.

Todo o trabalho será definido e seguirá o prognóstico estabelecido nas sessões de diagnóstico, utilizando o sistema de avaliação inicial própria chamado de D.I.D.E. (Diagnóstico Inicial Diferencial Estrutural). Com ele se permite um prognóstico e de forma diferencial (dependendo da Estrutura da pessoa) indicar o enquadre mais adequado à queixa do cliente: profundo ou breve. Executando diversas provas estruturantes, se pretende encontrar:

- A Predisposição constitucional.
- O Metabolismo bioenergético
- As Relações objetais e os traços de caráter.
- Os Bloqueios musculares e tensões.
- O Funcionamento neurovegetativo e somático.
- A Realidade atual, família, trabalho, afetivo-sexual, sintomas clínicos...

Conclusão

Diante de uma sociedade cada vez mais líquida (Bauman, 1999), dentro de uma visão mais integral da pessoa como Wilhelm Reich nos sugeriu, a Psicoterapia Breve Caracterooanalítica é uma abordagem que o Terapeuta de base Reichiana pode dispor para atuar em atenções em crise ou atuações focais, que podem atenuar o sofrimento humano, diante das mudanças sociais e familiares que enfrentamos nesse mundo contemporâneo.

REFERÊNCIAS



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

MINASI JÚNIOR, Elias; MONTEIRO, Eliane. Psicoterapia breve caracterooanalítica. Uma proposta focal. In: VOLPI, José Henrique; VOLPI, Sandra Mara (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: ____/____/____.

HAN, Byung-Chul. **Sociedade do cansaço**. Tradução de Enio Paulo Giachini. Petrópolis: Vozes, 2015

BAUMAN, Zygmunt (1999). *Modernidade Líquida*. Editora Zahar

RAKNES, O. (1971). «El concepto de salud y enfermedad». Rev. E.C.S. Vol. 4-1 y 2. 1986. Valencia

Hortelano, Xavier Serrano - *La Psicoterapia Breve Caracterooanalítica (P.B.C.)* – Biblioteca Nueva – 2007 – tradução livre

OMS – Organização Mundial de Saúde. <https://www.who.int/campaigns/world-health-day/2017/en/> Acesso em 30/08/22.

Elias Júnior Minasi / Ponta Grossa / PR / Brasil

Analista Reichiano, (em residência) – Centro Reichiano, Curitiba-PR. Graduado em Marketing (Facinter – Curitiba-PR), Formação em Psicoterapia Breve Caracterooanalítica (EsTeR -Valência – Espanha). Mestrando em Personal Coaching e Liderança Organizacional – (UNEATLANTICO). Pós-graduado em NeuroPsicologia (Faculdade Metropolitana SP). Professor Acreditado (IEA-brasil) de Eneagrama.

E-mail: elias@minasi.com.br

Eliane Monteiro / Goiânia / GO / Brasil

Psicóloga (CRP-09/2849). Especialista em Psicopatologia: Subsídios para Atuação Clínica (UCG/GO) e Psicodrama Terapêutico (PUC/GO). Formação em Psicoterapia Breve Caracterooanalítica (EsTeR/Valência-Espanha) e Coaching e Gestão de Pessoas (IPOG)

E-mail: eliane.psicologia@gmail.com