



## COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

VOLPI, José Henrique; VOLPI, Sandra Mara. Couraça de vidro: a fragilidade da identidade no mundo contemporâneo. In: VOLPI, José Henrique; VOLPI, Sandra Mara (Org.) 28º CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2025. [ISBN – 978-65-89012-06-1]. Disponível em: <https://www.centroreichiano.com.br/anais-dos-congressos-de-psicologia/>  
Acesso em: \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_.

---

### COURAÇA DE VIDRO: A FRAGILIDADE DA IDENTIDADE NO MUNDO CONTEMPORÂNEO

José Henrique Volpi<sup>1</sup>  
Sandra Mara Volpi<sup>2</sup>

A constante exposição nas redes sociais tem fomentado o surgimento de uma nova forma de defesa psíquica: a **couraça de vidro**. Inspirada no conceito reichiano de couraça psíquica e couraça muscular, essa nova metáfora aponta para uma estrutura de defesa psíquica, marcada por uma sensação ilusória de proteção e poder proporcionada pelo ambiente virtual. Por trás das telas, o indivíduo sente-se fortalecido, o que o leva a agir de forma agressiva e desinibida — por exemplo, ao xingar, atacar ou adotar comportamentos típicos de "haters" —, sem enfrentar as consequências diretas de um confronto presencial. Essa couraça de vidro favorece a exibição de uma versão distorcida de si mesmo, mais forte, perfeita ou segura do que realmente é. No entanto, essa força é aparente: oculta-se uma identidade frágil e vulnerável, protegida por um ego digitalmente manipulado. Esse processo gera um ciclo patológico de distanciamento do eu autêntico, com impactos significativos na saúde emocional. Este artigo propõe uma análise teórico-reflexiva sobre essa defesa psíquica contemporânea, suas implicações emocionais e caminhos possíveis para a reconstrução de um vínculo verdadeiro com o self.

**Palavras-chave:** Couraça de vidro. Psicoterapia corporal. Subjetividade contemporânea. Wilhelm Reich.

---

O presente artigo propõe uma reflexão teórica sobre um fenômeno psíquico contemporâneo, a que chamamos *couraça de vidro*, uma adaptação da teoria reichiana de defesa psíquica frente às demandas da hipermodernidade e da digitalização das relações sociais. Embora o conceito de defesa psíquica tenha sido inicialmente formulado por Wilhelm Reich em seu estudo da *couraça muscular*, a análise se amplia para refletir as novas formas de vulnerabilidade que surgem com o crescente uso das redes sociais e da hiperexposição digital.

No século XX, Wilhelm Reich, enquanto psicanalista, transformou a percepção da psicodinâmica humana ao apresentar sua teoria conhecida como Análise do Caráter. Nela, ele introduziu o conceito de couraça, que se refere ao conjunto de defesas psíquicas que cada pessoa cria para se resguardar de vivências emocionais dolorosas. Ele designou isso como a blindagem do caráter, uma couraça psíquica, um mecanismo de defesa inconsciente que impede a livre expressão das emoções, resultando em rigidez mental, repressão dos desejos, e dificuldade em sentir ou manifestar emoções genuínas, entre outros aspectos. (Reich, 2004).



## COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

VOLPI, José Henrique; VOLPI, Sandra Mara. Couraça de vidro: a fragilidade da identidade no mundo contemporâneo. In: VOLPI, José Henrique; VOLPI, Sandra Mara (Org.) 28º CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2025. [ISBN – 978-65-89012-06-1]. Disponível em: <https://www.centroreichiano.com.br/anais-dos-congressos-de-psicologia/>  
Acesso em: \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_.

---

Ao longo de sua trajetória, Wilhelm Reich (2004) observou que os mecanismos de defesa psíquicos não apenas estruturam a personalidade, mas também se manifestam corporalmente, influenciando padrões de respiração, movimento e a capacidade de experimentar prazer. Essa somatização das defesas psíquicas foi conceituada por Reich como "couraça muscular", uma forma de neurose cronicamente incorporada. A couraça muscular representa um conjunto de tensões musculares crônicas que funcionam como barreiras à livre expressão emocional e à energia vital. Com base nessa observação, Reich mapeou o corpo humano em sete segmentos principais — ocular, oral, cervical, torácico, diafragmático, abdominal e pélvico — nos quais essas tensões tendem a se acumular. A partir desse mapeamento, desenvolveu a vegetoterapia caracterioanalítica, uma técnica terapêutica que busca a integração entre mente e corpo por meio da liberação dessas tensões, evidenciando a importância do tratamento corporal no processo psicoterapêutico. Esse enfoque pioneiro ampliou a compreensão da neurose para além do campo exclusivamente psíquico, propondo uma abordagem psicossomática integrada.

A partir de 1936, Reich (2023) iniciou uma série de estudos experimentais e laboratoriais voltados para a compreensão da atividade fisiológica do orgasmo e seu impacto no corpo e no equilíbrio psicológico. Influenciado pela teoria de Freud sobre a libido e os instintos sexuais, Reich investigou a natureza do orgasmo como uma força fisiológica que não apenas liberava a tensão sexual, mas também possuía um papel vital no restabelecimento do equilíbrio psíquico do indivíduo. Reich (1978) percebeu que o orgasmo não era um fenômeno isolado ou puramente fisiológico, mas sim uma expressão de uma energia que pulsava no corpo humano. Essa energia, segundo ele, não se limitava ao corpo físico, mas também se relacionava com forças externas ao organismo, sugerindo uma interdependência entre o indivíduo e o ambiente. Reich teorizou que o corpo humano não é apenas um receptor passivo de estímulos internos, mas é continuamente afetado por uma energia cósmica e vital que interage com a sua própria energia interna. Foi a partir dessa premissa que ele desenvolveu sua teoria sobre o orgônio.

De acordo com a teoria de Reich, o orgônio era responsável pela dinâmica de vida, saúde e equilíbrio dos seres vivos. Observou que a capacidade do organismo de reter e acumular essa energia era essencial para o funcionamento fisiológico do organismo, desempenhando um papel central na saúde mental e no equilíbrio emocional. Sugeriu que a energia vital interna de um organismo, expressa pela capacidade de experimentar emoções, sentimentos e sensações físicas, depende de um contínuo fluxo de energia do ambiente para manter a pulsação vital. Essa pulsação seria o reflexo da atividade orgônica do organismo, que precisa ser alimentada tanto



## COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

VOLPI, José Henrique; VOLPI, Sandra Mara. Couraça de vidro: a fragilidade da identidade no mundo contemporâneo. In: VOLPI, José Henrique; VOLPI, Sandra Mara (Org.) 28º CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2025. [ISBN – 978-65-89012-06-1]. Disponível em: <https://www.centroreichiano.com.br/anais-dos-congressos-de-psicologia/>  
Acesso em: \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_.

---

pela energia interna (no caso da bioenergia do corpo) quanto pela energia externa (a energia orgônica que permeia o ambiente).

A energia orgônica está continuamente sendo trocada com o ambiente, estabelecendo uma rede dinâmica entre o indivíduo e o mundo ao seu redor. Em determinados momentos, o organismo pode sofrer bloqueios no fluxo dessa energia vital, resultando em uma disfunção energética que afeta tanto a saúde física quanto a saúde mental do indivíduo. A esse fenômeno, chamamos de couraça energética que atua como uma barreira que impede o livre fluxo da energia orgônica, resultando em uma interrupção da pulsação vital e para o surgimento de distúrbios psicossomáticos, na medida em que impede o indivíduo de estabelecer uma conexão autêntica com sua pulsação vital e, por conseguinte, com o ambiente ao seu redor.

A título ilustrativo, pode-se considerar o útero materno como o primeiro ambiente bioenergético da criança. A qualidade da energia vital envolvida na concepção e gestação, especialmente relacionada à vitalidade psicoafetiva dos pais e à disponibilidade emocional da mãe, influencia diretamente o desenvolvimento inicial do organismo do bebê. Se a energia biológica dos genitores — entendida aqui como expressão da saúde emocional, do vínculo afetivo e da pulsação energética — estiver em equilíbrio, ela se traduzirá em um campo uterino mais propício ao desenvolvimento saudável do feto. A pulsação uterina, como reflexo da integração entre corpo, emoção e energia da mãe, representa um fator determinante na formação inicial da estrutura psicológica da criança. Por outro lado, contextos de estresse, repressão emocional ou desequilíbrio energético durante esse período podem impactar negativamente a formação da base corporal e emocional do bebê, favorecendo o surgimento de padrões de defesa e bloqueios precoces.

Na visão reichiana, a couraça, embora originalmente protetora, torna-se patológica quando se cristaliza, aprisionando o indivíduo em padrões repetitivos de comportamento, postura e relação. Libertar-se dessas defesas não significa vulnerabilizar-se de forma inconsciente, mas restaurar o fluxo natural da vida no corpo, com seus ritmos, impulsos e afetos autênticos. A terapia orgônica, que se baseia na teoria de Reich, visa restaurar esse fluxo de energia, desfazendo as couraças energéticas e promovendo uma liberação emocional e energética.

## A Couraça de Vidro: Defesas Psíquicas no Mundo Digital



## COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

VOLPI, José Henrique; VOLPI, Sandra Mara. Couraça de vidro: a fragilidade da identidade no mundo contemporâneo. In: VOLPI, José Henrique; VOLPI, Sandra Mara (Org.) 28º CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2025. [ISBN – 978-65-89012-06-1]. Disponível em: <https://www.centroreichiano.com.br/anais-dos-congressos-de-psicologia/>  
Acesso em: \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_.

---

A partir da teoria reichiana, podemos expandir a discussão para compreender os efeitos da modernidade (especialmente a digital) na forma como os sujeitos constroem suas defesas psíquicas e relacionam-se com o mundo. Reich via a formação do caráter como uma resposta a uma sociedade repressora que exige conformidade e inibe a livre expressão do eu verdadeiro. Dizia ele: “toda organização social produz aquelas estruturas de caráter que ela precisa para existir” (REICH, 2004, p. 4).

Nesse contexto, emerge o conceito de *couraça de vidro*, expressão que remete a um tipo de defesa marcada pela aparente transparência e acessibilidade emocional — típica da era da hiperexposição digital — mas que, paradoxalmente, esconde uma fragilidade estrutural. Diferente das couraças clássicas descritas por Reich, mais rígidas e opacas, a couraça de vidro é tênue, estética e relacional, mas igualmente defensiva. Ela se manifesta no conflito entre três instâncias da identidade contemporânea: o *eu real*, o *eu idealizado* e o *ego digital*.

O *eu real* corresponde ao sujeito tal como é: com suas contradições, fragilidades, desejos, limites e afetos. Está enraizado na experiência vivida, no corpo e nas relações concretas. Esse eu é imperfeito, humano, e em constante processo de transformação. Já o *eu idealizado* é uma construção interna, que representa aquilo que o sujeito acredita que deveria ser — mais bem-sucedido, mais atraente, mais forte ou mais admirado. Essa instância é alimentada por expectativas familiares, sociais e culturais. Embora possa operar como força motivadora, quando há uma discrepância excessiva entre o eu idealizado e o eu real, instala-se um terreno fértil para o sofrimento psíquico, com sentimentos de inadequação, fracasso ou impostura.

O *ego digital*, por sua vez, corresponde à persona performada nas redes sociais. Trata-se de uma versão cuidadosamente editada, moldada por filtros, validações externas e algoritmos de aprovação. Em muitos casos, esse ego digital não apenas representa o eu idealizado, mas o substitui como interface principal de relação com o outro e consigo mesmo. A identidade passa a ser regulada por métricas de visibilidade e reconhecimento, o que acentua a dissociação com o eu real.

É nesse jogo de espelhos — entre o eu vivido, o eu idealizado e o eu exibido — que a couraça de vidro se forma. O sujeito se protege por meio de uma vitrine virtual controlada, buscando aceitação e pertencimento, enquanto oculta sua vulnerabilidade mais profunda. Tal configuração identitária, sustentada por uma lógica performativa e consumista, pode levar a quadros de angústia, vazio existencial e sensação de despersonalização, apontando para uma nova morfologia do sofrimento psíquico na contemporaneidade.



## COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

VOLPI, José Henrique; VOLPI, Sandra Mara. Couraça de vidro: a fragilidade da identidade no mundo contemporâneo. In: VOLPI, José Henrique; VOLPI, Sandra Mara (Org.) 28º CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2025. [ISBN – 978-65-89012-06-1]. Disponível em: <https://www.centroreichiano.com.br/anais-dos-congressos-de-psicologia/>  
Acesso em: \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_.

---

A ascensão das redes sociais criou um novo tipo de espelho: aquele que não apenas reflete, mas seleciona, ajusta e idealiza. A cultura da “selfie”, o uso excessivo de filtros e a comparação constante com padrões inalcançáveis contribuem significativamente para a insatisfação corporal. Estudos como o da Royal Society for Public Health (2017) apontam o **Instagram como a rede social mais prejudicial à saúde mental de jovens**, associando seu uso a sintomas de ansiedade, depressão e distúrbios da imagem corporal.

Hoje, em um contexto marcado pela hipereposição emocional, pela cultura digital e por novas formas de sofrimento psíquico mais silenciosas, emerge uma nova camada de defesa: a couraça de vidro. Diferente das couraças tradicionais, ela não se apresenta como rigidez visível ou retraimento emocional evidente, mas como uma barreira transparente, estética e controlada, que aparenta vulnerabilidade enquanto mantém a alma a salvo de toques profundos.

Vivemos uma era marcada por uma transformação profunda nas formas de se relacionar consigo, com o outro e com o mundo. Na cultura contemporânea — especialmente em contextos urbanizados, conectados e performáticos — há uma valorização crescente da exposição emocional, da autenticidade e da vulnerabilidade como virtude. Contudo, essa abertura não raro se manifesta como uma simulação controlada, uma performance sensível que pode esconder camadas profundas de defesa e afastamento: a ilusão da vulnerabilidade.

## A Modernidade Líquida e os Efeitos Psíquicos Contemporâneos

Zygmunt Bauman (2001) contribui para a compreensão do cenário contemporâneo ao analisar as transformações da sociedade moderna. Em sua obra *Modernidade Líquida*, Bauman descreve a fragilidade das relações sociais e da identidade na era digital. O que antes era sólido — valores, vínculos, o “eu” — se dissolve em um mar de incertezas e transitoriedade. A liquidez das relações humanas, conforme Bauman, cria uma sociedade onde a estabilidade emocional e os laços afetivos se tornam precários e volúveis.

Nesse contexto, a *couraça de vidro* surge como uma resposta psíquica a essas condições de incerteza, onde o sujeito busca uma defesa não mais contra uma repressão social rígida, mas contra uma constante pressão para performar e se apresentar de forma idealizada, especialmente nas redes sociais. A exigência de visibilidade, sucesso e perfeição se traduz em uma nova forma de defesa psíquica que visa preservar a identidade e a autoestima do indivíduo em um ambiente de constantes julgamentos e comparações.



## COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

VOLPI, José Henrique; VOLPI, Sandra Mara. *Couraça de vidro: a fragilidade da identidade no mundo contemporâneo*. In: VOLPI, José Henrique; VOLPI, Sandra Mara (Org.) 28º CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2025. [ISBN – 978-65-89012-06-1]. Disponível em: <https://www.centroreichiano.com.br/anais-dos-congressos-de-psicologia/>  
Acesso em: \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_.

---

A *couraça de vidro*, proposta como metáfora para as defesas psíquicas contemporâneas, é uma adaptação das ideias de Reich à realidade digital. Este fenômeno é também resultado das exigências contraditórias da cultura atual: ao mesmo tempo em que se exige autenticidade, exige-se também controle, competência emocional, resiliência. Ser vulnerável virou um ideal — desde que comedida, funcional, esteticamente agradável. Isso gera um sujeito que simula abertura enquanto mantém defesas refinadas, criando um tipo de blindagem que não é feita de aço, mas de vidro.

Diferentemente das defesas rígidas e conscientes descritas nas neuroses clássicas, o sujeito contemporâneo aprendeu a se mostrar para não ser tocado. Expõe-se, mas mantém distância. Fala de suas dores, mas dentro de uma narrativa bem editada, segura, protegida por filtros, não apenas os digitais, mas também os psíquicos. Essa forma de ser, embora aparente espontaneidade, muitas vezes encobre uma recusa velada à entrega emocional genuína. Nas redes sociais, nos discursos terapêuticos populares e nas relações afetivas, a vulnerabilidade virou uma moeda simbólica: mostra-se o que é emocionalmente aceito, compartilhável, bonito, mas o núcleo mais sensível do ser permanece intocado. É como uma camada de proteção sobre a outra. Federico Navarro (1995) chamava essa proteção de cobertura dos traços de caráter, onde um traço de caráter encobre o outro como proteção.

A metáfora da *couraça de vidro* aponta para algo aparentemente transparente, mas ainda assim protetivo e frágil. O indivíduo mostra-se, se expõe — mas sempre *por trás de uma tela, de um filtro, de uma identidade fabricada*. É uma defesa adaptada ao mundo digital que opera no plano da imagem e da representação.

Ele “fala tudo”, mas no ambiente controlado do digital, onde pode apagar, editar, filtrar.

Ele parece seguro, mas não sustentaria um confronto cara a cara, não porque é falso, mas porque é frágil.

A vulnerabilidade está exposta, mas sem risco real: não há corpo, não há olhar direto, não há calor humano.

A partir dessa transformação, é possível pensar que os antigos traços de caráter, ainda úteis, estão se fundindo e se adaptando, criando formas novas de defesa psíquica:



## COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

VOLPI, José Henrique; VOLPI, Sandra Mara. Couraça de vidro: a fragilidade da identidade no mundo contemporâneo. In: VOLPI, José Henrique; VOLPI, Sandra Mara (Org.) 28º CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2025. [ISBN – 978-65-89012-06-1]. Disponível em: <https://www.centroreichiano.com.br/anais-dos-congressos-de-psicologia/>  
Acesso em: \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_.

<b>Couraças Clássicas (Wilhelm Reich)</b>	<b>Couraça de Vidro (Volpi &amp; Volpi)</b>
Estruturas fixas, resistentes	Defesa frágil, transparente, "performática"
Expressão bloqueada, inibição	Hiperexposição controlada, artificial
Repressão sexual, moral, emocional	Autoexposição narcisista, medo de anonimato
Contato corporal e emocional bloqueado	Contato virtual intensificado, mas sem profundidade
Silêncio, contenção, rigidez	Verborragia digital, superficialidade emocional

A couraça de vidro é uma nova forma de defesa do eu, própria de uma geração que não reprime como antes, mas se fragmenta diante do excesso de exposição e da falta de enraizamento. É uma defesa que se forma não mais contra a repressão, mas contra a instabilidade e o julgamento constante.

E assim nos cabe questionar: Se o indivíduo só consegue se expressar por trás de uma tela, estaria realmente se comunicando ou apenas tentando sobreviver com uma couraça que o torna visível, porém intocável?

A couraça de vidro, não é um abandono da couraça tradicional, mas sua transformação sutil, afinada com os valores da era digital, do autocuidado mercantilizado e das relações instantâneas. Ela reflete o paradoxo do nosso tempo: a necessidade de conexão sem vulnerabilidade real, de expressão sem exposição genuína, de sentir sem se afetar profundamente.

A metáfora da couraça de vidro surge como resposta simbólica e clínica a uma forma de defesa emocional que escapa às categorias clássicas da teoria reichiana. Trata-se de um tipo de blindagem adaptada à subjetividade contemporânea, um tempo em que o sujeito precisa parecer acessível, emocionalmente fluente e disponível, mas sem comprometer-se com a dor, o risco ou a intimidade verdadeira. A couraça de vidro é, por isso, transparente, mas impenetrável; frágil, mas rígida; visível, mas distante.



## COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

VOLPI, José Henrique; VOLPI, Sandra Mara. Couraça de vidro: a fragilidade da identidade no mundo contemporâneo. In: VOLPI, José Henrique; VOLPI, Sandra Mara (Org.) 28º CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2025. [ISBN – 978-65-89012-06-1]. Disponível em: <https://www.centroreichiano.com.br/anais-dos-congressos-de-psicologia/>  
Acesso em: \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_.

---

### Quando as Couraças de Vidro Se Quebram nas Redes Sociais

As redes sociais podem ser um gatilho para a quebra das couraças emocionais, especialmente em três cenários principais. O cancelamento de influenciadores, por exemplo, pode expor a fragilidade emocional por trás da imagem de perfeição cuidadosamente construída, levando a problemas de saúde mental como ansiedade e depressão. Além disso, comentários negativos, mesmo que aparentemente insignificantes, podem ter um impacto profundo na autoestima, especialmente em adolescentes que estão em uma fase de formação de identidade.

A comparação com os outros também é um fator crucial, pois as redes sociais promovem uma cultura de comparação e competição. Ao se comparar com a vida idealizada de outras pessoas, os indivíduos podem se sentir inadequados ou fracassados, levando a um ciclo de insatisfação e baixa autoestima. Essas situações ressaltam a importância de uma abordagem saudável e crítica ao uso das redes sociais, visando proteger a saúde mental e emocional.

Diferente da couraça muscular reichiana, que se expressa em tensões visíveis no corpo - mandíbulas travadas, peitos contraídos, respiração curta -, a couraça de vidro não se fixa no músculo, mas na atitude energética e relacional do sujeito. É uma forma de estar no mundo que se aproxima da sensibilidade, mas nunca a ultrapassa. A energia vital, que para Reich deveria pulsar livremente — em ondas de expansão e contração — aqui circula apenas até certo ponto: há vibração, mas sem descarga; há abertura, mas sem penetração; há prazer, mas com modulação.

A manutenção prolongada da couraça de vidro implica em significativos custos emocionais. A desconexão com o self real pode gerar fragilidade emocional, expressa em quadros de angústia, ansiedade, depressão e sensação crônica de vazio. Esses estados decorrem da dificuldade de sustentar uma identidade coerente e de lidar com a frustração decorrente da não validação externa. Além disso, instaura-se um ciclo de insatisfação, no qual a busca por aceitação gera maior insegurança e dependência emocional, dificultando a construção de autoestima autêntica e estável. O eu torna-se refém da imagem, perdendo a capacidade de experienciar a própria interioridade de forma plena.

A metáfora da couraça de vidro oferece uma lente atualizada para compreender os modos de sofrimento psíquico emergentes em uma sociedade hiperconectada e carente de vínculos profundos. Ao evidenciar a tensão entre exposição e invisibilidade emocional, essa imagem nos convida a repensar as formas de subjetivação contemporâneas e os desafios impostos à clínica e



## COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

VOLPI, José Henrique; VOLPI, Sandra Mara. Couraça de vidro: a fragilidade da identidade no mundo contemporâneo. In: VOLPI, José Henrique; VOLPI, Sandra Mara (Org.) 28º CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2025. [ISBN – 978-65-89012-06-1]. Disponível em: <https://www.centroreichiano.com.br/anais-dos-congressos-de-psicologia/>  
Acesso em: \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_.

---

à educação emocional. Reconectar-se com o self autêntico e cultivar relações menos mediadas pela lógica da performance digital são passos fundamentais para a superação dessa couraça invisível, promovendo saúde mental, presença emocional e liberdade subjetiva.

Frente ao cenário atual, marcado pela superficialidade dos vínculos e pela lógica performativa que regula os modos de ser e de se relacionar, torna-se urgente resgatar formas de reconexão com a essência subjetiva.

O desafio terapêutico diante dessa couraça exige escuta refinada, presença paciente e um método que vá além da técnica: é preciso tocar o que não se mostra como dor, mas como autonomia emocional excessiva, como discurso terapêutico bem articulado, como autoconsciência sem afeto. Frequentemente, o sujeito blindado pelo vidro já percorreu terapias, leu sobre si mesmo, conhece suas feridas — mas não as vive. Fala de si com precisão, mas não com entrega.

A liberação da couraça de vidro não passa apenas por exercícios intensos de carga e descarga, mas por experiências terapêuticas que restauram a confiança no contato afetivo real — onde o corpo e o sentimento se encontram sem mediações.

É preciso voltar ao corpo, mas não apenas ao corpo que grita com tensões evidentes, e sim ao corpo que fala baixinho, que esconde sua dor sob discursos bonitos, posturas adequadas e gestos emocionalmente corretos. É preciso criar espaços em que a vulnerabilidade não seja encenada, mas realmente vivida — e para isso, o terapeuta precisa estar inteiro, não apenas tecnicamente preparado, mas afetivamente disponível.

Desfazer a couraça de vidro não é um ato de força, mas de escuta. É permitir que o sujeito redescubra, em seu próprio ritmo, que pode respirar sem medo, sentir sem controle, amar sem armadura. É confiar que o corpo, quando acolhido e respeitado, sabe como voltar a pulsar.

Mais do que remover defesas, a proposta é criar condições para que elas possam cair por si mesmas — como o vidro que se estilhaça quando, enfim, a energia vital volta a circular com verdade, presença e coragem.

## REFERENCIAS

BAUMAN, Zygmunt. *Modernidade líquida*. Tradução de Plínio Dentzien. Rio de Janeiro: Zahar, 2001.

NAVARRO, Federico. **Caraterologia pós-reichiana**. São Paulo: Summus, 2004



## COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

VOLPI, José Henrique; VOLPI, Sandra Mara. Couraça de vidro: a fragilidade da identidade no mundo contemporâneo. In: VOLPI, José Henrique; VOLPI, Sandra Mara (Org.) 28º CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2025. [ISBN – 978-65-89012-06-1]. Disponível em: <https://www.centroreichiano.com.br/anais-dos-congressos-de-psicologia/>  
Acesso em: \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_.

---

REICH, Wilhelm. **Análise do caráter**. São Paulo: Summus, 2004

REICH, Wilhelm. **A função do orgasmo**. São Paulo: Summus, 1978.

REICH, Wilhelm. **The Bion Experiments: On the Origin of Life**. New York: WRM Press, 2023

---

### 1) José Henrique Volpi / Curitiba / PR / Brasil

Psicólogo (CRP-08-3685), Especialista em Psicologia Clínica, Anátomo-Fisiologia, Hipnose Ericksoniana, Psicodrama e Brainspotting. Psicoterapeuta Corporal Reichiano, Analista psico-corporal Reichiano formado com o Dr. Federico Navarro (Vegetoterapia e Orgonoterapia). Especialista em Acupuntura clássica e Método Ryodoraku (eletrodiagnóstico computadorizado de medição da energia dos meridianos do corpo). Mestre em Psicologia da Saúde. Doutor em Meio Ambiente e Desenvolvimento.

**E-mail:** [volpi@centroreichiano.com.br](mailto:volpi@centroreichiano.com.br)

### 2) Sandra Mara Volpi / Curitiba / PR / Brasil

Psicóloga (CRP-08/5348) (PUC-PR), Analista Bioenergética (CBT) e Supervisora em Análise Bioenergética (IABSP). Especialista em Psicoterapia Infantil (UTP). Psicopedagoga (CEP-Curitiba). Mestre em Tecnologia (UTFPR). Especialista em Acupuntura clássica e Método Ryodoraku (eletrodiagnóstico computadorizado de medição da energia dos meridianos do corpo) (IBRATE). Diretora do Centro Reichiano, Curitiba/PR.

**E-mail:** [sandra@centroreichiano.com.br](mailto:sandra@centroreichiano.com.br)