



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

MANCINI, Ellen Fabiane. Voz e potência, um diálogo existencial. 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: ____/____/____.

VOZ E POTÊNCIA, UM DIÁLOGO EXISTENCIAL

Ellen Fabiane Mancini¹

RESUMO

A produção da voz envolve um aparato fisiológico complexo e sofisticado, aspectos psíquicos e energéticos. Através da voz projetamos nossa identidade, nossas emoções e sentimentos, necessidades, desejos e vontades. Se pensamos em um corpo que manifesta uma história, podemos pensar em uma voz que narra essa história com nuances emocionais e existenciais. Esse projeto nasce como uma proposta de intervenção terapêutica em busca de potência através da retroalimentação do sistema corpo-mente-energia, utilizando técnicas de impostação e expressão corporal e vocal. O diálogo entre a Psicologia Corporal e a Técnica Vocal constitui o arcabouço teórico que fundamenta esta intervenção terapêutica.

Palavras-chave: Corpo. Energia. Potência. Psicologia. Voz.

A voz comunica, expressa, sente, embarga, trava e silencia. De forma dinâmica carrega consigo nosso mundo interior, nossa energia, personalidade e cultura. Ao verbalizar seu discurso, o indivíduo projeta no mundo sua subjetividade a partir do corpo, das sensações e conflitos internos. Com sua doçura nas canções de ninar, na vibração de uma conquista, na explosão raivosa de indignação, no lamento choroso do luto, ela se faz presente.

Uma voz plena, cheia de vida e energia depende das sensações internas e das vibrações que mobilizam órgãos, músculos, cavidades e tecidos. Segundo Claire Dinville:

A função vocal é um conjunto, um todo inseparável e homogêneo, determinado pela interação entre os diferentes órgãos vocais e respiratórios. É uma atividade muscular que só pode se desenvolver e adquirir qualidades emocionais e expressivas buscando um conjunto de sensações proprioceptivas e cinestésicas que se apoiam nas leis da física, da acústica, da fonética e da fisiologia dos órgãos (DINVILLE, 1993, p.19).

Fisiologicamente, a produção da voz depende de estruturas corporais que vão desde as sinapses nas áreas do cérebro relacionadas a linguagem, fala e articulação, até a mobilização de músculos, anexos e órgãos. É uma habilidade extremamente refinada que acontece de forma tão instintiva quanto a própria respiração que a envolve. Para compreendermos os aspectos que abrangem a fonação e como isso reflete os estados emocionais, a condição orgonótica (energética) e as implicações da história de vida, iniciaremos compreendendo como se processa a produção vocal em nosso corpo.

A nível neurofisiológico, a voz e seus mecanismos estão relacionados a linguagem, uma habilidade cognitiva que possui níveis de representação: semântico, fonético, fonológico,



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

MANCINI, Ellen Fabiane. Voz e potência, um diálogo existencial. 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: ____/____/____.

morfológico, lexical, sintático, pragmático e prosódico (Salles e Rodrigues, 2014). Para ocorrer a produção da voz, precisamos considerar a constituição do sistema fonador, formado pelo sistema respiratório, as pregas vocais e seu sistema adjacente que incluem cavidades que são responsáveis pela ressonância da voz (Sundberg, 2022).

O sistema fonador é composto pela laringe, onde as pregas vocais se localizam, os pulmões, traqueia, estruturas articulatórias: mandíbula, lábios, dentes, língua, palato mole, palato duro, parede posterior da faringe; e estruturas ressoadoras: cavidades nasais (Pacheco e Baê, 2006). Durante a produção da voz, o ar expelido pelos pulmões encontra resistência ao passar pelas pregas vocais e através da mobilidade muscular da laringe projeta-se o som. A força (potência) da expiração e a mobilização das pregas vocais são responsáveis pela intensidade e energia em que nossa voz se projeta no mundo, e a qualidade da respiração influenciará diretamente essa dinâmica.

Respirar é uma condição *sine qua non* da manifestação da vida, e a qualidade dessa respiração está diretamente relacionada à nossa saúde emocional. Instintivamente, logo no momento do nascimento o ar toma conta dos pulmões do bebê que expressa o choro que confirma sua existência. Desde este momento até o seu último folego, o ar estará presente na troca com meio, com o outro, nos momentos de prazer ou de dor. Segundo Briganti:

O ato de respirar revela em seus movimentos a troca contínua com o meio. Troca livre e permeável que gera vida e prazer. Ar quente que acalanta, entenece, trazendo para o interior de cada um o alimento do meio que nos circunda. Este contato do nosso interior como o outro meio, nos instaura no mundo, nos dá a direção limítrofe do nosso ser. Nos faz sentir o viver em troca com o outro. (BRIGANTI, 1987, p. 42)

Durante a respiração, o movimento dos pulmões modifica o espaço interno, as vísceras se projetam para frente e para baixo em direção à pélvis, as sensações ficam mais latentes, quanto mais profunda e fluida, maior carga de energia será mobilizada. Percebemos um ritmo, uma cadência que se mantém, expansão e contração, tensão e relaxamento. “O equilíbrio da dinâmica respiratória expressa integridade de personalidade, enquanto as alterações patológicas deste processo refletem níveis diversos de fragmentação emocional” (ZIEMER E BEHLAU, 1988, p. 77).

Uma respiração curta e sem profundidade revela um conflito emocional, a angústia bloqueia as sensações no corpo e a ansiedade se eleva. “É prendendo a respiração que as crianças costumam lutar contra os estados de angústia, contínuos e torturantes, que sentem no alto abdômen. Fazem a mesma coisa quando sentem sensações agradáveis no abdômen ou nos genitais e têm medo dessas sensações” (REICH, 1995, p. 260).

Desde os primórdios da psicanálise, o conteúdo verbal, o discurso, se apresentou como protagonista na análise. As inquietações de Wilhelm Reich diante da limitação da associação livre



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

MANCINI, Ellen Fabiane. Voz e potência, um diálogo existencial. 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: ____/____/____.

possibilitaram que ele aprofundasse seu olhar sob uma nova perspectiva. Ele percebeu que apenas a terapia verbal limitava o trabalho terapêutico, partindo do princípio de que o corpo manifesta nossa história de vida, e por consequência, nossas resistências. Reich (1989) mapeou os segmentos musculares observando a estase energética que seus pacientes apresentavam como mecanismo de defesa, as couraças musculares. “A sua função em todos os casos era proteger o indivíduo contra experiências desagradáveis. Entretanto, acarretava também numa redução da capacidade do organismo para o prazer” (Reich, 1995, p.130). Esses segmentos de couraça apresentavam características de bloqueios emocionais relacionados a fase do desenvolvimento em que houve o estresse psíquico. No segmento ocular, prejuízos no contato com o a realidade; no segmento oral, a raiva e a depressividade; no cervical, o controle; no peitoral, a ambivalência e a identidade; no diafragmático, a ansiedade; no abdominal, a visceralidade e no pélvico, o prazer.

Compreendendo que a expressão da voz mobiliza todo o corpo, com a ativação dos segmentos em maior ou menor grau, quando estimulamos energeticamente todo o sistema fonador e adjacentes, podemos pensar em uma *práxis* terapêutica a partir da voz. Localizados no segmento ocular, estão as cavidades da face, que permitem a ressonância da voz. Nos segmentos oral e cervical, temos o aparelho fonador, que depende da respiração que mobiliza o segmento torácico, o diafragmático, o abdominal e o pélvico. Segundo Sundberg (2022, p. 29), “uma grande quantidade de músculos pode modificar a forma e as dimensões do trato vocal” e por consequência, a couraça muscular implicará na fonação.

Quando a couraça muscular bloqueia o fluxo energético nos segmentos que são mobilizados durante a respiração podemos observar a dificuldade de expansão afeta diretamente a produção, a expressão, a projeção e a ressonância da voz. Contração e expansão dos músculos do tórax, diafragma e abdômen podem ser observadas durante a inspiração e a expiração, mobilizando também grupos musculares localizados na cabeça, pescoço e pélvis. O bloqueio energético em qualquer um destes segmentos implica em uma respiração superficial e ineficiente. Segundo Lowen (2020, p. 37), a “respiração é a pulsação básica (expansão e contração) de todo o corpo, portanto, é a base da experiência de prazer e dor”.

Os sete segmentos de couraça são mobilizados durante o ato de respirar, por consequência, a projeção da voz, que depende diretamente da respiração, também é afetada por sua qualidade. Um tórax hiporgonótico não permite a expansão plena dos pulmões, assim como um pescoço bloqueado resultará em tensão na laringe comprometendo a eficiência das pregas vocais e um diafragma congelado não permitirá uma respiração satisfatória. Para Navarro (2013), um processo dialético entre o olfato e a emissão do som em um processo de renúncia do prazer passivo na expiração, e o sentido ativo da comunicação na troca do bebê com a mãe, portanto, o bloqueio



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

MANCINI, Ellen Fabiane. Voz e potência, um diálogo existencial. 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: ____/____/____.

nasal resulta em bloqueios afetivos que levam à depressividade e a repressão das necessidades naturais. “A voz anasalada de alguém resfriado é a voz que, naquele momento, tem necessidade de estar em contato consigo mesmo” (Navarro, 2013, p. 59).

Os estados emocionais também se manifestam através da voz, modificando sua intensidade, frequência e ressonância. Sundberg (2022) relaciona a frequência da fonação aos estados de humor, onde se implicam o tônus muscular e o padrão respiratório, correlacionando o estado afetivo às características acústicas da seguinte forma:

Estado afetivo	Características acústicas
Relaxamento, satisfação, contentamento, ludicidade.	Vocalizações breves e repetidas com frequência de fonação relativamente baixa.
Dominação, hostilidade, competitividade.	Frequência de fonação descendente; qualidade de voz rugosa, áspera.
Defensividade, medo.	Vocalizações breves com <i>pitch</i> (altura tonal) relativamente definido e frequência de fonação ascendente; ataques vocais com grande amplitude; espectro rico em parciais agudos.
Submissão, resignação.	Vocalizações com <i>pitch</i> relativamente definido e frequência de fonação alta; padrões repetidos de frequência de fonação.

(SUNDBERG, 2022, p.216)

Considerando a intervenção terapêutica que utiliza a voz não apenas como ferramenta, mas como expressão do corpo em direção à flexibilização das couraças e de maior entrega para a vida, é necessário que a propriocepção seja o primeiro recurso a ser trabalhado. Um corpo que sente e que é percebido em sua existência, limites e expressão natural, e no ato vocal se implica em um trabalho de articulação, ressonância e projeção. “Originalmente, todas as palavras formam sons. Sabemos que o som da voz é uma expressão direta da sensação” (Lowen, 1986, p.180).

A articulação dos fonemas depende do tônus muscular durante o movimento da mandíbula, dos lábios, da língua, palato, faringe e laringe (Pacheco e Baê, 2006). As ondas sonoras são modificadas ao passarem pelo trato vocal no momento da expiração, e a frequência de ressonância se altera quando existe alguma implicação energética neste segmento. Uma boa articulação depende do movimento dessas estruturas e da qualidade do fluxo de energia no momento da expiração. “O que permite a identificação da articulação é a precisão de movimentos. Cada vogal ou consoante tem um mecanismo línguo-palatal definido que tem uma repercussão sobre as atitudes dos órgãos supra-glótico” (Dinville, 1993, p. 63-64)



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

MANCINI, Ellen Fabiane. Voz e potência, um diálogo existencial. 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 projeção da voz está intrinsecamente relacionada ao deslocamento de um alto nível de energia, denominada *energia de convicção*. Diante na possibilidade de projetarmos a voz, mobilizamos energia psíquica (psicomotora) e podemos encontrar resistência de mecanismos de inibição psicológica quando os riscos externos são percebidos gerando o aumento de tensão. O fluxo dessa energia é canalizado de forma vertical no organismo, e quando é estimulado intencionalmente através de técnicas, permite uma projeção saudável da voz (Le Huche e Allali, 2005).

Pensando em uma mobilização energética dos segmentos de couraça através da técnica vocal, a proposta de valer-se deste recurso no setting terapêutico possibilita a expansão da expressividade do indivíduo. Nesse sentido, podemos considerar o trabalho vocal com um embasamento teórico robusto para atuação clínica em psicoterapias corporais, uma vez que a mobilização de couraças acontece de forma gradativa através de exercícios de propriocepção, respiratórios, de impostação, ressonância e projeção vocal.

REFERÊNCIAS

- BRIGANTI, C. R. **Corpo virtual: reflexões sobre a clínica psicoterápica**. São Paulo: Summus, 1987.
- DINVILLE, C. **A técnica da voz cantada**. Rio de Janeiro: Enelivros, 1993.
- LE HUCHE, F.; ALLALI, A. **A voz: Anatomia e fisiologia dos órgãos da voz e da fala**. Porto Alegre: Artmed, 2005.
- LOWEN, A. **Prazer: uma abordagem criativa da vida**. São Paulo: Summus, 2020.
- LOWEN, A. **Medo da vida: caminhos da realização pessoal pela vitória sobre o medo**. São Paulo: Summus, 1986.
- NAVARRO, F. **Caracterologia pós-reichiana**. Curitiba: Centro Reichiano, 2013.
- PACHECO C.; BAÊ, T. **Canto: equilíbrio entre corpo e som**. São Paulo: Irmãos Vitale, 2006.
- REICH, W. **A função do orgasmo**. São Paulo: Editora Brasiliense. 1995.
- REICH, W. **Análise do caráter**. São Paulo: Martins Fontes, 1989.
- SALLES, J. F.; RODRIGUES, J. C. **Neuropsicologia: teoria e prática**. Porto Alegre: Artmed, 2014.
- SUNDBERG, J. **A ciência da voz: fatos sobre a voz na fala e no canto**. São Paulo: Edusp, 2022.
- ZIEMER, R.; BEHLAU, M. S. **Trabalhando a voz**. São Paulo: Summus, 1988.



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

MANCINI, Ellen Fabiane. Voz e potência, um diálogo existencial. 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: ____/____/____.

¹ **Ellen Fabiane Mancini / Foz do Iguaçu / PR / Brasil**

Psicóloga (CRP-08/34588) pela Universidade Tuiuti do Paraná, Formada em Licenciatura em Música pela Escola de Música e Belas Artes do Paraná, Especialista em Psicoterapia Corporal com habilitação para atuar como psicoterapeuta e Analista Corporal de abordagem reichiana e bioenergética, pelo Centro Reichiano, Especialista em Neuropsicologia pelo Child Behavior Institute of Miami. Atua como Psicoterapeuta Clínica com atendimentos individuais e com casais, grupos terapêuticos, workshops, vivências e palestras.

E-mail: ellenmancini@hotmail.com