



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

KLUG, Lilian; SILVA, Cláudia Eliane Rocha. Ser é sentir: integração dos recursos senso perceptivos na psicoterapia corporal. In: VOLPI, J. H.; VOLPI, S. M. 26º CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2023. [ISBN – 000-00-00000-00-0]. Disponível em: <http://centroreichiano.com.br/anais-dos-congressos>. Acesso em: ____/____/____.

SER É SENTIR: INTEGRAÇÃO DOS RECURSOS SENSO PERCEPTIVOS NA PSICOTERAPIA CORPORAL

Lilian Klug
Cláudia Eliane Rocha da Silva

A psicoterapia corporal recorre ao sentir para ampliar a escuta do atendido além da comunicação verbal. Na presença é possível estar em contato no âmbito vegetativo dos organismos, cujas qualidades conversarão, trocarão informações e se afetarão. Deslocando a atenção excessiva à interpretação do conteúdo do discurso, realizamos o movimento de escuta das distintas dimensões que compõem o ser humano: somática, emocional, energética, etc. Os sentidos corporais e afetivos podem integrar as habilidades no setting terapêutico.

Palavra-chave: Empatia. Psicoterapia. Corporal. Ressonância. Sensação de órgão.

O cogito cartesiano priorizou em demasia um mundo de representações abstrativas que distanciaram a realidade somática da pesquisa científica e produção de conhecimento. Na história o sentir ficou por muito tempo relegado como função inferior, herança da porção animal do ser humano a qual não se pode confiar a verdade (BEDANI, 2013).

Na clínica corporal o processo terapêutico passa por aprender e ensinar a ouvir o que o corpo fala, dar ouvidos ao que o corpo comunica e sente. Ao pré determinar menos no campo das ideias abstrativas e pré concebidas, é possível aventurar-se mais na curiosidade de experimentar a realidade de ser vivo junto a outro ser vivo por meio do sentir. Integrar todos os sentidos na comunicação é dialogar no âmbito vegetativo, o que permite ampliar a escuta.

O domínio da razão sob a emoção se tornou uma herança a todas as disciplinas do saber. Esta história passou a mudar somente após a compreensão do sistema cerebral como integrado por todos os aparelhos: cognitivo, emocional, sensorial, motor (SAMPAIO, 2009).

A exploração do campo das sensações é um importante recurso que permite compreender, por exemplo, a história pré-verbal do indivíduo. Sua maneira de sentir, ou falta de, expressa possíveis estresses vividos desde a gestação. Estas vivências frustrantes podem acarretar a anestesia dos sentidos como mecanismo de defesa com a finalidade de proteger a existência através da evitação do sofrimento. Neste caso, não sentir se torna uma competência fundamental quando se trata de sobreviver em um dado contexto de vulnerabilidade. Entretanto, a manutenção deste estado cindido equivale a fuga de quem se é, ao afastamento do verdadeiro self. Se este modo de reagir é reforçado ao longo da vida, não será possível atingir um amadurecimento saudável consigo e nas relações.



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

KLUG, Lilian; SILVA, Cláudia Eliane Rocha. Ser é sentir: integração dos recursos senso perceptivos na psicoterapia corporal. In: VOLPI, J. H.; VOLPI, S. M. 26º CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2023. [ISBN – 000-00-00000-00-0]. Disponível em: <http://centroreichiano.com.br/anais-dos-congressos>. Acesso em: ____/____/____.

Crenças e valores estão diretamente ligadas as emoções que influenciam no comportamento e atitudes. O sentir está permeado de crenças e valores incorporados por meio da educação recebida das figuras que foram referenciais. No âmbito da clínica, como dilatar nossa percepção para além do que sabemos? Como contemplar mais a realidade do presente do que buscar rapidamente por respostas, diagnósticos, esquemas, etc?

Ao longo do percurso da produção de conhecimento reichiana, sua visão dinâmico funcional apresentou a sensorialidade como prioritária para conhecer o estado energético do corpo e como se dá sua experiência da realidade. Da experiência terapêutica observando as reações do sistema nervoso autônomo, Reich dirigiu estudos a um tipo de percepção ligada à função vegetativa: as sensações de órgão (BEDANI, 2013). Estas permitem perceber a realidade experimentada pelo atendido. Reich (2003, pág. 67) define como se dá sua apreensão:

Basicamente, a natureza dentro e fora de nós só é acessível ao nosso intelecto através das impressões de nossos sentidos. As impressões dos sentidos são essencialmente sensações de órgãos ou, em outras palavras, procuramos às apalpadelas o mundo à nossa volta através dos movimentos dos órgãos (movimentos plasmáticos). Nossas emoções são a resposta à impressão do mundo que nos cerca. Tanto na percepção como autopercepção, a impressão sensorial e a emoção se fundem para formar uma unidade funcional. Disso se conclui que a sensação de órgão é o instrumento mais importante da pesquisa científica natural.

A qualidade das sensações que o atendido relata, seu modo de sentir e reagir, ou de não sentir os estímulos que recebe, são pistas do seu modo de funcionar. Estas auxiliam a estabelecer diálogo e compreender a realidade do sofrimento que o outro experimenta em seu ser e a problemática que vivencia.

Ao sentar próximo o suficiente de alguém, pode-se ter uma percepção da sua vibração, ou pulsação. Ao manter uma postura equânime, de curiosidade e sensibilidade, é possível entrar em contato com as próprias emoções e, no âmbito destas, perceber que emoções lhe chegam do outro. Distinguir o que é meu e o que é do outro é uma tarefa constante no trabalho clínico, e não é diferente quando se trata do uso dos sentidos na apreensão do outro. Reich (1998, pg. 335) afirmou que “compreendemos os movimentos expressivos e a expressão emocional de outro organismo vivo com base na identidade entre nossas próprias emoções e as de todos os seres vivos”. Para ouvir o corpo do outro com o próprio corpo é preciso estar em contante contato com o próprio encorajamento.

Neste momento se pode acessar também nossas negatividades e medo de entrar em contato, e observar o quanto estamos fechadas a experimentar a exploração da realidade de



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

KLUG, Lilian; SILVA, Cláudia Eliane Rocha. Ser é sentir: integração dos recursos senso perceptivos na psicoterapia corporal. In: VOLPI, J. H.; VOLPI, S. M. 26º CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2023. [ISBN – 000-00-00000-00-0]. Disponível em: <http://centroreichiano.com.br/anais-dos-congressos>. Acesso em: ____/____/____.

maneira afetiva e profunda. Reich (2003) salientou que se trata de tornar objetiva a sensação subjetiva, separando-a de seu estímulo e abarcando a origem do estímulo, pois, deste modo, é possível compreender as expressões corporais do paciente identificando-se com ele. Propôs ainda que, considerando que é característica do vivo estar regido pela mecânica universal de contração (isolamento) e expansão (relacionamento), é possível inferir que a capacidade de se relacionar está ligada a livre pulsação, ou fluidez energética, do organismo.

A clínica corporal não se assenta no interdito do tocar que é base da teoria freudiana. O encontro se dá por meio do diálogo face a face, olhos nos olhos, da comunicação gestual, ou mesmo do toque tátil com objetivo de perceber as tensões musculares do atendido. A comunicação corpo a corpo envolve todos os sentidos corporais e afetivos como passíveis de uso consciente e adequado ao processo psicoterapêutico em curso.

De acordo com Davis (1991, p.35) “o senso de humanidade associa-se ao contato físico no momento do nosso nascimento e continua ao longo da vida (...)”. A utilização do toque terapêutico é uma ferramenta que pode ser útil na transformação dos medos em emoções compreensíveis, a caminho do amadurecimento e flexibilização de corações. Por meio da possibilidade do relaxamento, tocar é um recurso de comunicação com as defesas enrijecidas na realidade somática. Davis explica:

O sentido do tato reside em nossa pele e em nosso cérebro, e sua sensação refere-se tanto ao contato físico quanto a emoção. Nossa pele transpira de desespero, coça ante a frustração e se rompe de raiva, reagindo com sensibilidade a nossas experiências tanto interiores quanto exteriores. É por meio do contato físico que aprendemos a nos comunicar, de uma forma que perdura por toda a vida. Precisamos da estimulação de pele para sobreviver e uma maneira satisfatória de obtê-la é por intermédio do contato físico (1991, p. 41).

O corpo apresenta resultados de como o indivíduo recebeu amparo e apoio energético e emocional desde a concepção. Os bloqueios energéticos são identificados desde a gestação. É o que ativa os terminais nervosos para o desenvolvimento sensorial. Ao nascerem, os bebês têm como tarefa primordial a adaptação ao universo extrauterino, contando apenas com recursos senso perceptivos.

A falta de toque afetivo, acolhedor e maternal nos primeiros anos de vida causa grande confusão e traumas, acarreta defesas que comprometem a boa funcionalidade dos sistemas envolvidos no contato e percepção. Os sentidos estão conectados nos primeiros níveis reichianos (ocular e oral). Os bloqueios nestes configuram uma cisão entre a percepção e os fluxos energéticos. A rigidez encoraçada no nível ocular envolve as habilidades de



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

KLUG, Lilian; SILVA, Cláudia Eliane Rocha. Ser é sentir: integração dos recursos senso perceptivos na psicoterapia corporal. In: VOLPI, J. H.; VOLPI, S. M. 26º CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2023. [ISBN – 000-00-00000-00-0]. Disponível em: <http://centroreichiano.com.br/anais-dos-congressos>. Acesso em: ____/____/____.

contato com a realidade, afetando diretamente a percepção e tendo como principal sintoma as distorções (NAVARRO, 1995).

O fenômeno do contato promove a consciência corporal, levando a autopercepção. Esta auxilia na consciência dos próprios limites e possibilidades, e da impermanência dos estados somáticos e psíquicos. Permitir tocar e ser tocado pode levar a níveis emocionais mais profundos e ajudar a responder a perguntas como “quem sou eu?”, “o que realmente me satisfaz?” e “como posso incorporar essas verdades em meu modo de vida?”. Pontos de tensão e dor são pontos de bloqueio energético. De forma sutil, o corpo reage ao toque. Em essência, este promove integração e auxilia na autorregulação.

Terapeutas conscientes conduzirão seus pacientes para essas reflexões. Para isso, é necessário que o terapeuta esteja presente e seja um agente com a capacidade de ressonância com o paciente. A ressonância é a química energética entre as pessoas e o estado de unidade que ocorre com a plena atenção no momento presente. Existem muitos métodos para entrar em ressonância com o paciente, um deles é sincronizar as respirações, o que é simples e eficiente.

A realidade do corpo é a realidade da mudança. Buda, quando ensinou os passos para a meditação vipassana, estabeleceu um método de atenção plena em que o foco está em ser consciente da respiração, do ar entrando e saindo na borda das narinas, e caminhar com a atenção em cada parte do corpo sem julgar as sensações. Estas podem ser agradáveis ou desagradáveis, mas nenhuma merece atenção especial ou explicações. Basta observar com a atenção em movimento e seguir adiante mantendo o fluxo livre. Tal exercício pretende ensinar de maneira objetiva, por meio da realidade do corpo, o que é impermanência e apego. Se permanecemos odiando ou amando, ou como ele diz, apegados a aversão ou a avidez sobre uma sensação em especial, estaremos longe de compreender a realidade e sair do cativeiro (HART, 2018).

No setting terapêutico se observa tal mudança constante, seja do aspecto psíquico ao somático, ninguém é o mesmo o tempo todo ao longo do tratamento. Acompanhar esta mudança inerente a realidade das sensações é desafiador.

Às vezes a empatia é referida como um traço de personalidade, uma habilidade de conhecer os estados mentais ou sentir as emoções de outra pessoa. De modo geral, está relacionada a capacidade de se colocar no lugar do outro e compreender o que este vive em sua realidade. Na clínica os estímulos que nos levam a empatia são emocionalmente intensos e repletos de significado. Empatia é um conceito ainda amplo, utilizado para se referir a uma



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

KLUG, Lilian; SILVA, Cláudia Eliane Rocha. Ser é sentir: integração dos recursos senso perceptivos na psicoterapia corporal. In: VOLPI, J. H.; VOLPI, S. M. 26º CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2023. [ISBN – 000-00-00000-00-0]. Disponível em: <http://centroreichiano.com.br/anais-dos-congressos>. Acesso em: ____/____/____.

série de posturas e reações, e tem sido compreendida como um constructo multidimensional que envolve recursos cognitivos e afetivos (SAMPAIO, 2009). É uma competência emocional fundamental na psicoterapia, desde a fase do estabelecimento do vínculo até a progressão no desenvolvimento do tratamento.

Para Rogers (1979), podia-se falar de uma compreensão empática quando se vai além de um entendimento “exterior” sobre os pensamentos e sentimentos da outra pessoa, chegando a compreendê-la “de dentro”. Isso implica a sensibilização do terapeuta pelo relato do cliente, a apreensão e a compreensão de seus estados internos, sem fazer nenhum julgamento de valor sobre a subjetividade do outro. É necessário que o terapeuta desenvolva compreensão empática pelo cliente. Assim, a empatia não é apenas uma resposta reflexa ao comportamento do outro, mas também uma habilidade aprendida/desenvolvida no estabelecimento de vínculos cognitivo-afetivos entre duas ou mais pessoas, durante os quais alguém se permite, deliberadamente, sensibilizar-se e envolver-se com a vida privada de outros.

Segundo Davis (2004), a empatia caracteriza-se como um tipo de resposta afetiva que, no setting terapêutico, ocorre ao longo de três etapas: na primeira, o psicoterapeuta escuta atentamente o cliente, tentando compreendê-lo cognitivamente, tomando sua perspectiva; na segunda, ocorre um aprofundamento emocional por parte do terapeuta, no sentido de que ele passa a ser tocado (sensibilizado) pelo que observa no relato do outro, e, por fim, na terceira etapa, esse aprofundamento produz um sentimento de unicidade, e é essa sensação que, segundo Davis, caracteriza a empatia propriamente dita.

A reciprocidade é um fator relevante também, processo em que ambas as pessoas irão se influenciar mutuamente e se adaptar numa relação. Ambos experimentarão um sentimento de eficácia mútua e de funcionar sincronizados. Quanto mais responsiva a terapeuta for, mais o atendido confiará e sentirá segurança no ambiente propiciado a terapia. Segundo Davis (1991, p.145) “o simples ato de aceitar alguém pelo que é, em seu corpo, e tratá-lo fisicamente por meio de toques e massagens pode fazer maravilhas para a auto aceitação de uma pessoa.” O contato com os sentimentos que o toque terapêutico proporciona deve ser relacionado com a terapia em andamento. Assim, cada sessão se torna única e personalizada.

Considerar e respeitar os sentimentos alheios despindo-se de concepções, percebendo as próprias limitações, é exercitar a empatia para dar manutenção a relação com base na compreensão e confiança. O método científico pressupõe uma estrita objetividade, porém não há julgamento que se exima da percepção sensorial individual, e logo, subjetiva. A estrutura do



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

KLUG, Lilian; SILVA, Cláudia Eliane Rocha. Ser é sentir: integração dos recursos senso perceptivos na psicoterapia corporal. In: VOLPI, J. H.; VOLPI, S. M. 26º CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2023. [ISBN – 000-00-00000-00-0]. Disponível em: <http://centroreichiano.com.br/anais-dos-congressos>. Acesso em: ____/____/____.

observador não é neutra quando estuda uma determinada função da natureza. As abstrações teóricas estão ligadas a percepção, que tem base em funções bioenergéticas, e nas quais participam todas as dimensões constituintes do ser humano (físico, psíquico, social, espiritual).

Das apreensões sensoriais que escutamos com todo o aparelho sensório-perceptivo, podemos chegar a entendimentos intuitivos acerca do que é comunicado. Objetivamente e subjetivamente, a pulsação do outro pode ser percebida por sua expressividade verbal (tom de voz, enunciados), a qualidade do tônus muscular (hipertônica ou hipotônica), o movimento respiratório (se amplo ou contido), etc. Essa pulsabilidade pode ser sentida pela capacidade empática de apreensão, que é o mecanismo de “sensação de órgão”. Reich (2003, p. 74) afirmou rigorosamente ainda que o organismo só pode perceber o que ele próprio expressa.

Portanto, um organismo encorajado não é capaz de realmente escutar ou enxergar o outro, pois internamente ele próprio não se escuta e não é consciente de si. Além das cisões corpo x mente, razão x emoção, verificam-se cortes energéticos nos níveis corporais afetados pelos tensionamentos repressivos que envolvem a configuração das couraças. A flexibilização destas é fundamental para que seja possível experimentar a realidade dos afetos, aprender a se entregar e retomar a capacidade de auto-regulação. Flexibilizar a anestesia do sentir é retomar a potência orgástica, ou seja, a capacidade de pulsação do ser vivo e de troca nas relações com outros seres (REICH, 1998; REICH, 2003;).

No século XXI, nós cuidadoras e cuidadores, temos condições de contar com diversos conhecimentos para promover saúde de maneira transdisciplinar e transcultural. A integração dos sentidos na clínica é um convite a flexibilizar condutas profissionais ao incorporar habilidades e competências afetivas. A qualidade do contato é fruto do estado energético das duas unidades biopsíquicas envolvidas, e pressupõe a observação equânime do outro, cuja leitura se faz do ponto de vista da pulsação, e não dos preconceitos ou visão de mundo. A “sensação de órgão” traz impressões neurovegetativas através do aparelho sensório-motor, de modo que é possível apreender sobre si e sobre o outro por meio de impressões corporais que levam à intuição. Para que isso seja possível, a analista necessita manter suas couraças flexíveis.

REFERÊNCIAS

BEDANI, A. **A relação entre sensação e produção de conhecimento na obra de Wilhelm Reich**. Orientador Paulo Albertini. Tese de doutorado. São Paulo: USP, 2013.



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

KLUG, Lilian; SILVA, Cláudia Eliane Rocha. Ser é sentir: integração dos recursos senso perceptivos na psicoterapia corporal. In: VOLPI, J. H.; VOLPI, S. M. 26º CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2023. [ISBN – 000-00-00000-00-0]. Disponível em: <http://centroreichiano.com.br/anais-dos-congressos>. Acesso em: ____/____/____.

DAVIS, P. K. **O poder do toque**. Best Seller Círculo do livro, 1990.

DAVIS, C. M. (2004). **What is empathy, and can it be taught?** Physical Therapy, 70(11), 707-713. Disponível em: https://www.physio-pedia.com/images/5/5b/Davis_-_1990_-_What_is_empathy,_and_can_empathy_be_taught-annotated.pdf. Acesso em 01/05/2023.

HART, W. **Meditação Vipassana: A Arte de Viver Segundo S. N. Goenka**. São Paulo: Editora Dhamma, 2018.

NAVARRO, F. **A somatopsicodinâmica: sistemática reichiana da patologia e da clínica médica**. São Paulo: Summus, 1995.

REICH, W. **A função do orgasmo**. São Paulo: Brasiliense, 2012.

REICH, W. **O Éter, Deus e o Diabo; A superposição cósmica**; tradução Maya Hantower; revisão técnica Ricardo Amaral Rego. São Paulo: Martins Fontes, 2003.

ROGERS, C. R. **Sobre o poder pessoal**. São Paulo: Martins Fontes, 1979.

SAMPAIO, L. R.; CAMINO, C. P. S.; ROAZZI, A. **Revisão de aspectos conceituais, teóricos e metodológicos da empatia**. Revista Psicologia, Ciência e Profissão, p.213-226. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/pcp/v29n2/v29n2a02.pdf>. Acesso em 01/05/2023.

AUTORAS

Cláudia Eliane Rocha da Silva / São Pedro de Alcântara /SC / Brasil

Shiatsu terapeuta e professora de Shiatsu Emocional. Terapeuta com formações em técnicas do sistema de medicina do norte da Tailândia. Kinesióloga pelo método Touch for Health®. Especialista em Psicologia Corporal, com habilitação para atuar como Terapeuta Corporal Reichiano e Bioenergética, pelo Centro Reichiano, Curitiba/PR.

E-mail: cacauilimitada@gmail.com

Lilian Klug / Curitiba / PR / Brasil

Massoterapeuta. Reikiana. Practitioner em neurolinguística (PNL). Pintora artística autodidata. Cursando especialização em Psicologia Corporal, no Centro Reichiano - Curitiba/PR.

E-mail: lilianklug@outlook.com