



Anais do Congresso Brasileiro de Psicoterapias Corporais

28º Congresso · 2025

Couraça de vidro

A fragilidade da identidade no mundo contemporâneo

Glass armor

José Henrique Volpi (1); Sandra Mara Volpi (2)

(1) Centro Reichiano · Curitiba-PR · Brasil

(2) Centro Reichiano · Curitiba-PR · Brasil

Resumo

A constante exposição nas redes sociais tem fomentado o surgimento de uma nova forma de defesa psíquica: a couraça de vidro. Inspirada nos conceitos reichianos de couraça psíquica e couraça muscular, essa metáfora descreve uma estrutura defensiva marcada por uma sensação ilusória de proteção e poder proporcionada pelo ambiente virtual. Por trás das telas, o indivíduo sente-se fortalecido, o que pode levá-lo a agir de forma agressiva e desinibida, adotando comportamentos típicos de haters sem enfrentar as consequências diretas de um confronto presencial. A couraça de vidro favorece a exibição de uma versão distorcida de si mesmo, aparentemente mais forte, perfeita ou segura do que realmente é. No entanto, essa força é apenas aparente, ocultando uma identidade frágil e vulnerável, protegida por um ego digitalmente manipulado. Esse processo gera um ciclo patológico de afastamento do eu autêntico, com impactos significativos na saúde emocional. Este artigo propõe uma análise teórico-reflexiva dessa defesa psíquica contemporânea, suas implicações emocionais e possíveis caminhos para a reconstrução de um vínculo verdadeiro com o self.

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

Abstract

The constant exposure to social media has fostered the emergence of a new form of psychic defense: glass armor. Inspired by Reich's concepts of psychic armor and muscular armor, this metaphor describes a defensive structure marked by an illusory sense of protection and power provided by the virtual environment. Behind screens, individuals may feel strengthened, leading them to act aggressively and without inhibition, adopting behaviors commonly associated with haters without facing the direct consequences of in-person confrontation. Glass armor encourages the display of a distorted version of oneself, seemingly stronger, more perfect, or more secure than one actually is. However, this strength is merely apparent, concealing a fragile and vulnerable identity protected by a digitally manipulated ego. This process creates a pathological cycle of distancing from the authentic self, with significant impacts on emotional health. This article proposes a theoretical and reflective analysis of this contemporary psychic defense, its emotional implications, and possible paths toward rebuilding a genuine connection with the self.

Keywords: Glass armor; Body psychotherapy; Contemporary subjectivity; Wilhelm Reich.

Couraça de vidro

Credenciais dos autores

José Henrique Volpi

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

Sandra Mara Volpi

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

Como citar este trabalho

VOLPI, José Henrique; VOLPI, Sandra Mara. Couraça de vidro. In: Congresso Brasileiro de Psicoterapias Corporais, 28, 2025. Curitiba: Centro Reichiano. Disponível em: <https://centroreichiano.com.br/anais/couraca-de-vidro/>. Acesso em: 30/05/2026.