



O caráter oral na Psicologia Corporal e a importância de seu amadurecimento no contexto da pandemia do COVID-19

The oral character in Body Psychology and the importance of its maturation in the context of the COVID-19 pandemic

Anamaria Gazir (1); José Henrique Volpi (2)

(1) Centro Reichiano · Rio de Janeiro-RJ · Brasil

(2) Centro Reichiano · Curitiba-PR · Brasil

Resumo

A grande maioria das pessoas no nosso país apresentam uma estrutura de base ou algum traço do caráter que Wilhelm Reich denominava de Caráter Oral. Para a Psicologia Corporal, esse caráter se desenvolve quando ocorre um estresse no momento da amamentação e traz consigo características de um vazio intenso existencial, carência, necessidade de chamar a atenção e de ter aprovação, além de uma sensação de desamparo e solidão. A oralidade, quando se encontra em nível severo e não é bem trabalhada e amadurecida, pode causar diversos transtornos como obesidade, depressão, dependência química e até mesmo o suicídio. Pensando na sociedade atual, no contexto da pandemia, tudo que sentimos está à flor da pele e a importância da terapia tornou-se ainda mais evidente. A busca por mais leveza encontra-se no ápice da necessidade coletiva e o amadurecimento da oralidade torna-se ainda mais essencial. A Psicologia Corporal apresenta diversas técnicas utilizadas no tratamento que contribuem nesse processo, como massagens, exercícios respiratórios e alguns actings da Vegetoterapia.

Palavras-chave: Actings; Caráter oral; Pandemia; Psicologia Corporal; Terapia.

Abstract

The majority of people present a basic structure or character trait that Wilhelm Reich identified as the Oral Character. In Body Psychology, this character develops when stress occurs during the breastfeeding period and is associated with feelings of existential emptiness, emotional deprivation, a need for attention and approval, as well as sensations of helplessness and loneliness. When oral traits are severe and insufficiently developed, they may contribute to conditions such as obesity, depression, substance dependence, and even suicidal behavior. Within the context of the COVID-19 pandemic, emotional vulnerabilities became more evident, highlighting the importance of psychotherapy. The search for emotional relief has become a collective necessity, making the maturation of oral traits even more essential. Body Psychology offers several therapeutic resources that contribute to this process, including massage techniques, breathing exercises, and specific actings from Vegetotherapy.

Keywords: Actings; Oral Character; Pandemic; Body Psychology; Therapy.

Segundo Navarro (1995), a estrutura de caráter borderline (caráter oral para Reich) se dá quando acontece um estresse ou frustração no período da amamentação do bebê. O desmame pode ter sido precoce ou tardio, quando a mãe deu de mamar mais tempo do que o necessário, ou a mãe não se mostra feliz e disponível afetuosamente no período da amamentação, ou até mesmo pela falta total de amamentação.

Afirma Navarro (1996) que a condição borderline atinge em torno de 45% da população. Os traços orais dizem respeito à boca e têm origem nos primeiros meses de vida da criança até o desmame. A energia do oral está toda concentrada na sua boca e é por esse motivo que eles sentem muita raiva. São emotivos e afetuosos e possuem medo de rejeição e do abandono.

Costumam ser pessoas que guardam mágoas, rancores e essa raiva costuma estar relacionada com as frustrações e decepções na sua vida de uma forma geral. Essas pessoas ficam em constante condição de defesa perante a vida, justamente para não entrarem em depressão. Possuem pescoço rígido e um aspecto narcísico bem aparente. É a forma que escondem o medo de não conseguir sobreviver.

O caráter oral pode ser reprimido (falta de amamentação ou desmame precoce) ou oral insatisfeito (mamou mais tempo que o devido). O oral insatisfeito costuma compensar suas frustrações comendo muito ou bebendo e fumando em exagero, o que pode causar obesidade e dependência química. Já o oral reprimido tem o maxilar apertado, trincado e demonstra muita raiva da vida, costumando desenvolver bruxismo por conta disso. Seu pescoço também acaba ficando bem enrijecido.

Para Navarro (1995), os borderlines possuem uma boa energia, porém ela é desorganizada, ou seja, são desorgonóticos.

Volpi e Volpi (2003) afirmam que o oral é uma pessoa dependente, deprimida, passiva e com uma grande dificuldade de aceitação e excessiva necessidade de chamar atenção e de ter a aprovação de todos. É bem ansioso e um pouco egoísta e narcisista, pois não consegue enxergar com clareza as necessidades dos outros. As suas necessidades costumam vir em primeiro lugar, até mesmo pelo seu forte medo de abandono e da solidão.

O trabalho com esse paciente na terapia é de acolhimento. O terapeuta assume um papel de mãe, que acolhe, mas que sabe dar limites. É de extrema importância que o oral

encontre o seu próprio limite. O fundamental para o sucesso da terapia com essas pessoas é trabalhar a boca e dar acolhimento. A análise vai fazer o paciente enxergar como ele funciona no mundo e os exercícios utilizados no tratamento, como os de respiração, massagens e actings, vão ajudar a desbloquear suas couraças e amadurecer seu caráter. As técnicas são importantes, mas o vínculo com o paciente é essencial.

Em contrapartida, na abordagem da Bioenergética, para Lowen (1975), o indivíduo de caráter oral apresenta uma baixa carga de energia e possui grande dificuldade de se sustentar sozinho na vida, em seus próprios pés. Ele coloca sempre sua sustentação e amparo em outro alguém. Precisa estar sempre na companhia de outras pessoas e deposita sua felicidade, literalmente, nas mãos dos outros, apresentando uma grande dependência emocional com parceiros, amigos e familiares.

No contexto da pandemia mundial de COVID-19 (Coronavírus), a humanidade vem enfrentando uma situação limite, onde nosso direito de ir e vir foi podado, nossa liberdade tolhida e sofremos inúmeras perdas de entes queridos e amigos próximos para essa doença devastadora. Foi necessário reaprender a viver essa nova realidade, onde a nossa capacidade de adaptação, a nossa paciência e a nossa resiliência estavam o tempo todo sendo postas à prova.

Com isso, todas as couraças psíquicas e corporais atingiram um limite de enrijecimento na grande maioria das pessoas, que se viram em um contexto de vida totalmente desolador em muitos aspectos, inclusive, para a grande maioria, financeiros. A quantidade de pessoas depressivas por essa nova condição de vida deu um salto enorme por conta dos fatores citados acima e a importância de uma terapia se tornou ainda mais evidente.

Segundo Stolkiner (2008), a oralidade apresenta diversos transtornos, sendo que o mais frequente é exatamente a depressão. A fixação no passado é um dos motivos para o desenvolvimento da depressão oral. Ele ruma mágoas e acontecimentos frustrantes em um ciclo vicioso.

Nesse contexto, ele também fala do suicídio, que vem da vontade insaciável de se satisfazer recebendo amor. E quando essa vontade é frustrada, surge a ânsia de colocar um fim nesse sofrimento. E ele não tem fim.

Então, para Stolkiner (2008), a solução da oralidade e da depressão estaria na reversão desse movimento. A pessoa precisa começar a se amar em primeiro lugar e também a ser grata pela sua vida. Ser grata, inclusive, aos momentos de sofrimento que a fizeram, de alguma forma, evoluir.

Quando o indivíduo começa a nutrir a si mesmo de amor que vem de dentro e não mais espera que esse amor venha de outra pessoa, a vida ganha um sentido mais amplo e mais verdadeiro. Nesse novo movimento, ele desenvolve o real amor próprio, pela vida, pela natureza e pelo próximo.

Ainda pensando no contexto da pandemia, os psicólogos e terapeutas que se utilizam da Psicologia Corporal como ferramenta de trabalho se viram em uma condição totalmente nova e complexa, onde teriam que se readaptar para atender remotamente, pois o atendimento presencial já não era mais uma opção viável a princípio. Então, foi necessária uma boa dose de criatividade e readaptação por parte dos terapeutas também.

Um dos grandes diferenciais da Psicologia Corporal é que ela entende que o corpo e a mente não podem ser separados e que a terapia deve ser não somente uma análise de conteúdo verbal relatado pelo cliente, mas também uma análise corporal detalhada. Tudo que o paciente traz além da fala é tão importante quanto o conteúdo verbal e sua queixa. A maneira como ele se veste para a sessão, seus gestos, postura e tom de voz. Tudo isso é de extrema importância para a análise do caráter e desenvolvimento de um projeto terapêutico especializado para aquele paciente.

Nesse panorama, são utilizadas também algumas técnicas, como exercícios variados de respiração, massagens e actings da Vegetoterapia, que complementam o trabalho de análise do caráter.

Com o aparecimento da pandemia, foi necessário um remodelamento desse tipo de atendimento. Agora os pacientes precisam executar os movimentos propostos à distância e por si só. O terapeuta, por sua vez, auxilia o paciente ativamente na execução de todos os movimentos, como a automassagem.

Devido à problemática da distância, o terapeuta precisa estar com sua energia bem equilibrada e muito presente naquele momento, para conseguir manter uma conexão forte mesmo com essa distância física. Existem alguns actings e exercícios mais apropriados para fazer com o paciente remotamente.

Segundo Volpi e Volpi (2006), o trabalho da Vegetoterapia tem seu início no primeiro segmento (segmento ocular) em direção ao último segmento (pélvico). Esse trabalho tem como objetivo o desbloqueio de corações, para que a energia circule livremente pelo corpo.

O trabalho com os actings da Vegetoterapia acontece depois da anamnese e da massagem reichiana. A aplicação dos actings não deve ser mecânica. É necessária a intervenção do terapeuta após os actings, que é a parte analítica do processo.

O terapeuta pede que, após o acting proposto, o paciente faça caretas e pergunta quais foram as sensações e pensamentos que vieram à sua mente. Somente assim é possível avaliar o resultado que esse acting teve para o paciente e também para que de fato ocorra o amadurecimento das couraças e, por consequência, o amadurecimento do caráter do paciente.

Alguns actings ajudam de forma específica a amadurecer a oralidade dos pacientes. Como já foi dito, o oral possui muita raiva e um acting que ajuda muito a liberar essa raiva contida, podendo ser feito tranquilamente à distância, é o acting de morder a toalha. Ele ajuda muito a soltar a boca e colocar a raiva para fora.

Também é de grande ajuda pedir para o paciente socar almofadas. Esse exercício é da Bioenergética e é um excelente complemento ao acting acima. Usando ambos, a sessão fica mais completa.

Um outro acting bem interessante é pedir ao paciente para deitar de joelhos dobrados e, enquanto ele morde a toalha, pedir para bater com as mãos no colchão ao mesmo tempo. Depois pedimos para fazer caretas e perguntamos que sensações e pensamentos vieram à tona.

Outro exercício indicado para a terapia online é pedir que o paciente ache um ponto fixo no teto, o encare e imagine ali o objeto da sua raiva, podendo socar esse objeto à vontade. Depois, o terapeuta conversa com o paciente sobre sensações e pensamentos que surgiram nesse acting. Sempre nessa ordem: acting, caretas, sensações e pensamentos.

É essencial lembrar que, para o sucesso do tratamento terapêutico da Vegetoterapia, é preciso sempre começar desbloqueando o primeiro segmento, dos olhos, para então propor exercícios de boca, ligados à oralidade.

Um trabalho em conjunto também é importante. Como exemplo, podemos trabalhar o acting do ponto fixo com a boca aberta, trabalhando olhos e boca ao mesmo tempo. Pedimos ao paciente que projete nesse ponto o que ele quer construir para o próximo ano, por exemplo. Isso ajuda o oral a estabelecer metas para si dentro do que é proposto na terapia.

É interessante lembrar também que, primeiramente, é necessário ser feita uma massagem reichiana antes de propor qualquer acting. No caso, remotamente é sugerida a automassagem, que será guiada cuidadosamente pelo terapeuta.

Para Volpi e Volpi (2006), o indivíduo de caráter oral costuma ser muito ansioso. A ansiedade está presente nas couraças da boca, do pescoço e do peito. Podemos propor diversos actings para a ansiedade, que ajudam muito o oral.

Um acting que podemos propor para ser trabalhado online é o do gato, onde o paciente solta o ar pelo nariz mostrando os dentes. Esse acting trabalha a ansiedade do segmento diafragmático.

Também podemos indicar que o paciente faça longas caminhadas respirando livremente no seu dia a dia para complementar o trabalho na terapia. Esse hábito irá ajudar no desbloqueio diafragmático onde está localizada a sua ansiedade.

Todos esses actings citados acima são da Vegetoterapia Breve Focal, proposta por Henrique Volpi. Ela é chamada de breve porque é feita em curto tempo, média de 15 minutos cada acting. E é focal porque pedimos para o paciente focar na sua demanda, na queixa ou na situação que causa a ansiedade, por exemplo.

Quando conseguimos acessar os conteúdos que aparecem após esses actings, podemos analisá-los junto ao paciente e avançar com a terapia. O conjunto de todas essas técnicas corporais junto à análise de caráter e à análise de conteúdo verbal formam o pilar da Psicoterapia Corporal Reichiana.

É gratificante perceber que, mesmo com todas as dificuldades trazidas pela pandemia, ainda é possível fazer um ótimo trabalho com a terapia corporal, mesmo que à distância. O uso de trabalhos corporais como a Vegetoterapia em atendimentos remotos é possível e está em fase de adaptação e crescimento contínuo com o surgimento de novas ideias nesse sentido dia após dia. A readaptação nos tempos de pandemia veio para todos.

Dentro da nossa sociedade, os traços orais se fazem presentes na maior parte das pessoas. Existe um vazio muito grande que o paciente não consegue explicar e que não sabe de onde vem. Uma carência afetiva enorme, uma necessidade de aceitação, de aprovação (inclusive do terapeuta), de ser amado, compreendido.

Vejo que a pandemia deixou essa sensação ainda mais evidente com a dificuldade dos encontros, perdas e lutos. Para o oral, a solidão se apresentou de forma mais evidente dentro da sua forma de funcionar e de entender o mundo.

Com tudo já colocado, vemos que a oralidade sendo amadurecida no processo de terapia, a vida desse paciente começará a ficar mais leve e com menos drama.

Para isso, o psicólogo corporal precisa utilizar muito mais do que técnicas corporais. Ele tem que analisar cuidadosamente o histórico desse paciente, sua queixa e formar um vínculo sólido com ele.

É importante entender que a pandemia só agravou todos os traços de caráter e corações já presentes nos pacientes. Nesse momento, acolher o seu sofrimento se faz ainda mais necessário.

O terapeuta tem a missão de fazer o paciente entender como ele funciona nesse novo mundo e como essa perspectiva de ver a vida, de ver a si mesmo e as pessoas que o rodeiam pode mudar, mesmo nesse contexto desfavorável da pandemia.

Dessa forma, ele poderá conseguir abrir seu leque de possibilidades e o seu vazio pode vir a se transformar em preenchimento. Sua vida ficará mais leve e mais funcional, amadurecendo sua oralidade.

Referências

LOWEN, A. Bioenergética. São Paulo: Summus, 1975.

NAVARRO, F. Caracterologia pós-reichiana. São Paulo: Summus, 1995.

NAVARRO, F. Somatopsicopatologia. São Paulo: Summus, 1996.

REICH, W. Análise do caráter. São Paulo: Martins Fontes, 1995.

STOLKINER, J. Abrindo-se aos mistérios do corpo. Porto Alegre: Alcance, 2008.

VOLPI, J. H.; VOLPI, S. M. Crescer é uma aventura! Desenvolvimento emocional segundo a Psicologia Corporal. Curitiba: Centro Reichiano, 2006.

Credenciais dos autores

Anamaria Gazir

Psicóloga formada pela Universidade Federal Fluminense. cursando Especialização em Psicologia Corporal, no Centro Reichiano - Curitiba/PR. anagazir@hotmail.com

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. volpi@centroreichiano.com.br

Como citar este artigo

GAZIR, Anamaria; VOLPI, José Henrique. O caráter oral na Psicologia Corporal e a importância de seu amadurecimento no contexto da pandemia do COVID-19. Revista Científica Eletrônica de Psicologia Corporal, Curitiba, v. 23, p. 50-55, 2022. e-ISSN 3086-1438. Disponível em: <https://centroreichiano.com.br/artigos/o-carater-oral-na-psicologia-corporal-e-a-importancia-de-seu-amadurecimento-no-contexto-da-pandemia-do-covid-19/>. Acesso em: 04/06/2026.