



## COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

ALENCAR, Cristian G. Valeski. Verdadeiro e falso self: a problemática de ser e de viver no mundo do 007 e da Barbie. In: VOLPI, José Henrique; VOLPI, Sandra Mara (Org.). **Anais**. 15º CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS. Curitiba/PR. Centro Reichiano, 2010. CD-ROM. [ISBN – 978-85-87691-18-7]. Acesso em: \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_.

---

## VERDADEIRO E FALSO SELF: A PROBLEMÁTICA DE SER E DE VIVER NO MUNDO DO 007 E DA BARBIE

**Cristian G. Valeski de Alencar**

### RESUMO

Ser, não ser, quem ser, essa é a questão. Quem se pode ser no mundo do fálico, no mundo do poder, da fama e do corpo perfeito? Como viver no mundo do 007 e da Barbie? O presente trabalho, com base na Análise Bioenergética, explora a problemática de ser e de viver no mundo de hoje. Procura compreender o afastamento do ser humano de sua natureza primária, de seu verdadeiro self, para viver um falso self, adaptado, se adaptando ou tentando se adaptar ao mundo externo e sofrendo por não ser quem é e por não conseguir ser quem gostaria de ser. Esse é o problema do narcisista, que abandonou sua própria natureza em busca de uma imagem. Esse é o problema do Caráter Rígido que tem origem na etapa edipiana, na fase fálica do desenvolvimento psicosexual. O trabalho explora dois tipos de Caráter Rígidos: O Fálico-Narcisista e a Histérica. Talvez os tipos de Caráter mais adaptados ao mundo atual. Um mundo que valoriza a imagem, um mundo narcisista, um mundo que se afastou da sua natureza primária, do seu verdadeiro self, um mundo dominado pelo ego.

**Palavras-Chave:** Fálico-Narcisista. Falso Self. Histérica. Narcisismo. Verdadeiro Self.

---

Estamos na era dos fálicos e das histéricas. Na era do poder, da sedução, do corpo perfeito. Não basta você simplesmente “ser”, você tem que se destacar, você tem que “ser” o melhor. Você é o seu ego poderoso, senhor de si, um “ser” racional, que tem total controle sobre as suas emoções. Você é sedutor, domina todos os jogos amorosos, você controla o amor, você não sente o amor, porque o sentir é muito perigoso. Você tem prazer em seduzir, em ser visto, em jogar fora quando o jogo não tem mais graça. Você tem um corpo perfeito, esteticamente perfeito, sarado. E você faz de tudo, custe o que custar, para ter esse corpo. Não importa a saúde do corpo, importa a imagem, mesmo que para isso você precise ir de remédios para emagrecer até botox. Se você é um fálico-narcisista ou uma histérica talvez tenha se identificado com o trecho acima. Mas o que o levou a “ser” desse jeito? E esse jeito é você mesmo ou foi um personagem que você criou? E quem não é fálico-narcisista ou histérica, como vive nesse mundo? Tentando ser um fálico-narcisista e uma histérica? O



## COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

ALENCAR, Cristian G. Valeski. Verdadeiro e falso self: a problemática de ser e de viver no mundo do 007 e da Barbie. In: VOLPI, José Henrique; VOLPI, Sandra Mara (Org.). **Anais**. 15º CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS. Curitiba/PR. Centro Reichiano, 2010. CD-ROM. [ISBN – 978-85-87691-18-7]. Acesso em: \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_.

---

presente trabalho visa investigar a problemática de ser e de viver no mundo do fálico-narcisista e da histérica. Ou se preferirem, no mundo do 007 e da Barbie.

Segundo Volpi e Volpi (2003, p. 19) “a Bioenergética acredita que cada pessoa possui duas naturezas: uma primária, essencial, e outra secundária, que remete às atitudes físicas e psicológicas que são utilizadas como meio de sobrevivência”. Na grande maioria das pessoas, a natureza primária, o verdadeiro *self* está bloqueado, dando lugar a sua natureza secundária ou ao que se chama falso *self*, o qual se adapta às demandas do mundo externo. Lowen (1986) afirma que todo ser humano começa a vida como um animal, com um senso pleno de ser e que como os animais, a criança simplesmente é. Seu ego se identifica com os processos naturais do corpo, é um ego corporal. No entanto, essa identificação é rompida quando seus pais lhe impõem uma forma aparentemente civilizada de comportamento oposta à sua natureza animal.

Mas quem, na nossa cultura tem coragem de ser si mesmo? Poucas pessoas, pois a maioria adota papéis, veste máscaras e põe disfarces. De acordo com Lowen (1986) essas pessoas não acreditam que seu verdadeiro *self* seja aceitável. Não foi aceito pelos pais, não é aceito pela sociedade e não é aceito e, muitas vezes, não é nem reconhecido por si mesmo. As máscaras, disfarces e papéis se estruturam no corpo porque a criança acredita que assim conquistará o amor dos pais. Logo o seu corpo é moldado por forças sociais e familiares e a sua espontaneidade deixa de existir. Outro aspecto deste problema é o gasto de energia utilizada no desempenho desses papéis e na manutenção dessa imagem. “Imagine um ator que desempenhasse ininterruptamente um papel, tanto no palco como fora dele, e assim você poderá ter uma idéia da energia gasta para fazer isso” (LOWEN, 1986, p. 76).

O caráter rígido, fálico-narcisista para os homens e histérica para as mulheres, tem sua origem na fase edipiana. De acordo com Volpi e Volpi (2003) o narcisismo é consequência de uma postura sedutora do genitor do sexo oposto, que leva a criança a acreditar que é especial. Para ser especial, essa criança desiste de seu verdadeiro *self* para dar lugar a um falso *self*, que preenche as necessidades narcísicas do genitor. Assim o narcisista abandona a própria natureza em busca de uma imagem. Um personagem é criado e o narcisista se identifica com esse personagem acreditando que



## COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

ALENCAR, Cristian G. Valeski. Verdadeiro e falso self: a problemática de ser e de viver no mundo do 007 e da Barbie. In: VOLPI, José Henrique; VOLPI, Sandra Mara (Org.). **Anais**. 15º CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS. Curitiba/PR. Centro Reichiano, 2010. CD-ROM. [ISBN – 978-85-87691-18-7]. Acesso em: \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_.

---

ele faz parte de sua natureza primária. O ego passa a dominar o corpo e qualquer tipo de sentimento passa a ser negado.

O narcisismo é caracterizado por um investimento exagerado na imagem da própria pessoa à custa do *self*. Segundo Lowen (1993) os narcisistas estão mais preocupados com o modo como se apresentam do que com o que sentem. Amam a sua imagem, não o verdadeiro *self*. Negam os sentimentos e tendem a ser sedutores, empenhando-se na busca de poder e de controle. Assim como negam os seus sentimentos, acabam sendo insensíveis aos sentimentos dos outros. De acordo com Alencar (2002) os narcisistas têm características perfeccionistas, o que gera um severo julgamento sobre si mesmo, julgamento este que causa muito sofrimento à pessoa, principalmente pelo fato de se preocupar muito com sua aparência e com seu corpo, não como forma de prazer, mas sim de reconhecimento. São egoístas, concentrados em seus próprios interesses, mas carentes dos verdadeiros valores do *self*, carentes de um sentimento do *self* derivado das sensações corporais.

Especificamente o Caráter Rígido se desenvolve na fase fálica, no momento em que a criança está descobrindo o seu corpo, as diferenças com o corpo dos outros e o prazer derivado do contato com o corpo. Segundo Volpi e Volpi (2003), para a criança, amor e sexualidade são sinônimos. A energia que flui do coração une-se a energia que flui dos genitais num único movimento e desejo de aproximação das figuras parentais. No entanto, o que recebe como resposta é a rejeição, a repressão das manifestações do filho (a). Primeiramente a criança entende a rejeição como sendo relacionada a todo o seu ser e posteriormente associa a rejeição à sexualidade. “Uma vez que a sexualidade é reprimida pelo genitor do sexo oposto, frustrada, a criança se torna agressiva para se auto-afirmar, identificando-se com o genitor do mesmo sexo e competindo com ele” (VOLPI; VOLPI, 2003, 112). Um genitor passa a ser odiado pela sua rejeição e o outro pela sua competição. Surge o caráter rígido que apresenta como atitudes marcantes o orgulho, a raiva, o controle e a performance. Cabe nesse trabalho apresentar dois tipos de caráter rígidos: o fálico-narcisista e a histérica.

O fálico-narcisista teve um pai forte, que incitou a competição pelo amor da mãe, permitiu que o menino expressasse sua agressividade, mas venceu essa luta. A mãe,



## COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

ALENCAR, Cristian G. Valeski. Verdadeiro e falso self: a problemática de ser e de viver no mundo do 007 e da Barbie. In: VOLPI, José Henrique; VOLPI, Sandra Mara (Org.). **Anais**. 15º CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS. Curitiba/PR. Centro Reichiano, 2010. CD-ROM. [ISBN – 978-85-87691-18-7]. Acesso em: \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_.

---

antes do surgimento da sexualidade, recebia os sentimentos de amor do menino, mas depois passou a rejeitá-lo, unindo-se ao pai. Com isso, o fálico-narcisista cinde amor de sexo e vai passar a vida buscando reconquistar a mãe perdida e tentando ser tão potente quanto o pai. Segundo Volpi e Volpi (2003) o fálico-narcisista tem sucesso profissional, relaciona-se socialmente de maneira adequada e é sexualmente atraente às mulheres. É agressivo em direção a seus objetivos, buscando o poder e a vitória. Deseja sempre conquistar mais e mais e teme o fracasso. Pelo medo de ser abandonado, abandona primeiro. É potente em termos de ereção, mas não orgasticamente. Segundo Navarro (1995) o fálico-narcisista não só tem uma identificação com o falo; mais que isso, ele se sente o próprio falo. Desenvolve uma musculatura rígida e tem um alto nível de energia, o que lhe dá uma configuração forte e poderosa.

A histeria tem sua origem quando a menina descobre a própria sexualidade e a investe na relação com a figura paterna. O pai demonstra amor para a filha até o momento em que a sexualidade aparece. A partir daí, passa a rejeitar a filha, aliando-se a mãe contra a menina. Quando identifica que a rejeição está ocorrendo devido à sexualidade, a histérica reprime-a, sentindo raiva do pai pela rejeição e ao mesmo tempo nutrindo um desejo secreto por ele. A mãe é a competidora bem sucedida, alvo da agressividade da menina. “Entretanto, a mãe, ao invés de conter a agressividade, reprime-a, rejeitando a menina” (VOLPI; VOLPI, 2003, p. 120). A histérica compete com a mãe e compete com as outras mulheres. Está feita a cisão do coração com a sexualidade.

A histérica seduz através da sexualidade para poder rejeitar friamente, se enfurece por ser vista como objeto sexual, é comum que se apaixone por homens não disponíveis, tende a abraçar muitas funções e por fim, ela atua. De acordo com Volpi e Volpi (2003) ela atua, pois não pode auto-expressar-se devido à rejeição da sexualidade e a repressão da agressividade. A histérica pode ter um bom desempenho sexual, mas não sente o prazer que gostaria de sentir. Pode apresentar frigidez, devido ao amortecimento de qualquer sensação associada à sexualidade, ou até promiscuidade como uma busca constante pela possibilidade de descarga sexual



## COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

ALENCAR, Cristian G. Valeski. Verdadeiro e falso self: a problemática de ser e de viver no mundo do 007 e da Barbie. In: VOLPI, José Henrique; VOLPI, Sandra Mara (Org.). **Anais**. 15º CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS. Curitiba/PR. Centro Reichiano, 2010. CD-ROM. [ISBN – 978-85-87691-18-7]. Acesso em: \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_.

---

prazerosa. O controle do ego é acirrado, seu corpo é totalmente rígido, “a cabeça é mantida tensa e ereta sobre o pescoço, as costas não se curvam e a pelve é contraída” (VOLPI; VOLPI, 2003, p. 123). As histéricas apresentam corpos bem proporcionados, atléticos e atraentes.

A histérica pensa: “Será que ele ainda me ama?”. Mas ela não acredita nisso e deixa o parceiro quando tem certeza desse amor. Ela precisa do impossível, do “canalha”, de um “canalha” como o pai. O fálico-narcisista tem como maior ideal conquistar a si mesmo. Ou como diria Jabor (2009) esse herói macho feliz é casado consigo mesmo. É a vitória do falso *self*.

Mas voltando a questão inicial desse trabalho: por que mundo do fálico-narcisista e da histérica? Olhando para nossa cultura, para o que a sociedade exige hoje do indivíduo, a impressão que se tem é que ou você é um fálico-narcisista ou você é uma histérica ou você tem grandes chances de não ser bem sucedido. E a mídia contribui muito para isso. O corpo perfeito, o indivíduo bem sucedido, a sedução, o poder, a razão, o silicone, a “bunda”, o carro do ano, o grande pênis, anabolizantes, 007, Barbie.

Lowen (1993) aponta que o narcisismo, além de descrever uma condição psicológica, também descreve uma condição cultural. Nesse sentido ele pode ser considerado como uma ausência de valores humanos, uma ausência de interesse pelo meio ambiente, pela qualidade de vida e pelos seres humanos seus semelhantes. “Uma sociedade que sacrifica o meio ambiente natural em nome do lucro e do poder revela a insensibilidade em face das necessidades humanas” (LOWEN, 1993, p. 9). Os narcisistas geram uma impressão de eficiente demais, mecânico demais, perfeito demais para ser humano. Funcionam mais como máquinas do que como pessoas. O narcisista perdeu a graciosidade, seus atos são mecânicos e não espontâneos. Lowen (1995) diz: de que vale conquistar o mundo e perder a alma? O homem é a única criatura que exerce tamanha pressão sobre si mesmo que chega a perder o contato com Deus, com a vida e com a natureza.

De acordo com Volpi (2003), nos dias atuais, deparamo-nos com um culto ao narcisismo, onde cada vez mais a pessoa infla o seu ego e sai em busca de uma



## COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

ALENCAR, Cristian G. Valeski. Verdadeiro e falso self: a problemática de ser e de viver no mundo do 007 e da Barbie. In: VOLPI, José Henrique; VOLPI, Sandra Mara (Org.). **Anais**. 15º CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS. Curitiba/PR. Centro Reichiano, 2010. CD-ROM. [ISBN – 978-85-87691-18-7]. Acesso em: \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_.

---

estetização de seu corpo. O objetivo é o engrandecimento do próprio ego, o culto à imagem, à aparência, ao poder. E a mídia tem um papel crucial no reforço desse comportamento.

[...] a televisão, nos bombardeia constantemente com imagens de sucesso, poder, beleza e fama, mostrando-nos o Olimpo, onde desfilam os deuses mais consagrados do futebol, do cinema, da televisão, etc. Até mesmo promete o acesso a este Olimpo, desde que sigamos rigorosamente com suas instruções, ou seja, sejamos consumistas (VOLPI, 2003, p. 69).

Fromm (1978) descreve alguns tipos de caráter presentes na sociedade atual. Dentre eles está o caráter com Orientação Mercantil. Este indivíduo predomina na era moderna. Ele não se preocupa com a vida ou a felicidade, mas sim em obter sucesso e impressionar. Ele se sente vendedor e mercadoria. Não é o seu valor, é o valor da mercadoria. É importante relacionar esse caráter descrito por Fromm (1978) com a citação de Volpi (2003) a respeito da mídia e o conceito de narcisismo apontado por Lowen (1993). A auto-estima depende da imagem, depende dessa mercadoria narcisista, depende do seu falso *self*.

Como concluir esse trabalho? Realmente difícil. O principal objetivo era discutir a problemática de ser no mundo do 007 e da Barbie. Esse objetivo foi atingido. Talvez a melhor conclusão seja com alguns questionamentos. Afinal: o indivíduo consegue ser quem ele é? O indivíduo sabe quem ele é? Ele tem coragem de mergulhar nas profundezas de si mesmo e se descobrir? Ele tem coragem de ser si mesmo? Será que ele quer isso?

E a problemática do viver? Como ser verdadeiro *self* no mundo do falso *self*? Como viver nesse mundo narcisista, fálico e histérico? Eu arrisco: seja e viva o verdadeiro *self*.

## REFERÊNCIAS

ALENCAR, C. G. V. Caracteralidade fálico-narcisista. In: VOLPI, J. H.; VOLPI, S. M. (Org). **Psicologia Corporal**. Curitiba: Centro Reichiano, 2002, vol. 2, pp. 119-121.

FROMM, E. **Análise do homem**. Rio de Janeiro: Zahar, 1978.



## COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

ALENCAR, Cristian G. Valeski. Verdadeiro e falso self: a problemática de ser e de viver no mundo do 007 e da Barbie. In: VOLPI, José Henrique; VOLPI, Sandra Mara (Org.). **Anais**. 15º CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS. Curitiba/PR. Centro Reichiano, 2010. CD-ROM. [ISBN – 978-85-87691-18-7]. Acesso em: \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_.

---

JABOR, A. **Amor é prosa, sexo é poesia**: crônicas afetivas. Rio de Janeiro: Objetiva, 2009.

LOWEN, A. **A espiritualidade do corpo**. Bioenergética para a beleza e a harmonia. São Paulo: Cultrix, 1995.

LOWEN, A. **Medo da Vida** – caminhos da realização pessoal pela vitória sobre o medo. São Paulo: Summus, 1986.

LOWEN, A. **Narcisismo**. A negação do verdadeiro self. São Paulo: Cultrix, 1993.

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

VOLPI, J. H. **Poder, fama e ferida narcísica**: uma compreensão caracter-energética do narcisista. In VOLPI, J. H.; VOLPI, S. M. (Org). *Psicologia Corporal*. Curitiba: Centro Reichiano, 2003, vol. 4, pp. 61-70.

VOLPI, J. H.; VOLPI, S. M. **Reich**: A análise bioenergética. Curitiba: Centro Reichiano, 2003.

---

**Cristian G. Valeski de Alencar/PR** - Psicólogo (CRP-08/9013), Especialista em Psicologia Corporal pelo Centro Reichiano de Psicoterapias Corporais, Especialista em Neuropsicologia pelo IBPEX, Professor das Faculdades Integradas do Brasil (UniBrasil).

**E-mail:** [cristianalencar@yahoo.com.br](mailto:cristianalencar@yahoo.com.br)