



#### **COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO**

LIMA, Carolina Mulek; BARBIERI, Daniele. Aperfeiçoamento humano para o diferencial profissional. In: ENCONTRO PARANAENSE, CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS, XVII, XII, 2012. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2012. [ISBN – 978-85-87691-22-4]. Disponível em: [www.centroreichiano.com.br/artigos](http://www.centroreichiano.com.br/artigos). Acesso em: \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_.

1

## **APERFEIÇOAMENTO HUMANO PARA O DIFERENCIAL PROFISSIONAL**

**Carolina Mulek Lima  
Daniele Barbieri**

### **RESUMO**

Vivemos em um mundo corporativo cada vez mais competitivo. Hoje, o profissional, para ser bem sucedido, necessita de conhecimentos especializados e atualizados, bem como ter as suas habilidades pessoais desenvolvidas. A proposta deste trabalho é demonstrar como os conhecimentos da Psicologia unidos com os conhecimentos da Fisioterapia podem ser utilizados para que as pessoas se diferenciem no mercado de trabalho. A junção do conhecimento da Psicologia por Alexander Lowen e da Fisioterapia por Godelieve demonstram que o autoconhecimento aliado ao conhecimento humano em seus aspectos físicos, comportamentais e emocionais propiciam um profissional amplamente capacitado para as relações interpessoais e desta forma atender melhor o seu cliente, seja na área de saúde, em uma instituição ou empresa.

**Palavras-chave:** Corpo. Aperfeiçoamento. Psicologia. Fisioterapia. Lowen. Godelieve

.....

O corpo vem, nas últimas décadas, sendo tema de inúmeras pesquisas e intervenções cada vez mais elaboradas, tornando-se o foco para a conquista de um estado de saúde cada vez mais amplo e por um tempo mais longo, o chamado bem-estar.

Segundo Teixeira (2000), o estudo do aspecto físico-comportamental do sujeito cresce e instiga profissionais da área da saúde. A relação entre a formação corporal (soma) e comportamento (psique) tem sido objeto de estudos, de pesquisas e reflexão filosófica e fisiológica desde a antiguidade. O conhecimento dessa dinâmica que entende o corpo humano como um todo.

Na atualidade observamos as mudanças tecnológicas e as descobertas científicas acontecendo a cada momento. O profissional sente a necessidade de estar conectado com todas as informações mundiais. E de maneira geral, há um aumento significativo do conhecimento.



#### **COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO**

LIMA, Carolina Mulek; BARBIERI, Daniele. Aperfeiçoamento humano para o diferencial profissional. In: ENCONTRO PARANAENSE, CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS, XVII, XII, 2012. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2012. [ISBN – 978-85-87691-22-4]. Disponível em: [www.centroreichiano.com.br/artigos](http://www.centroreichiano.com.br/artigos). Acesso em: \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_.

2

As exigências do mercado, a competitividade constante, tornam cada indivíduo mais especializado em sua área de atuação. Mas ao mesmo tempo existe a necessidade de um aperfeiçoamento ainda maior, um diferencial.

Fica claro, que para ser um profissional de sucesso é necessário, não apenas conhecimentos específicos, mas a capacidade de relacionar-se com pessoas, de maneira clara e eficiente, criando vínculos positivos.

Uma das maneiras de desenvolver as habilidades de interação é conhecendo o ser humano na sua integridade física, mental e emocional, se possível, entender cada pessoa como única em sua singularidade e dessa forma, facilitar a comunicação e a interatividade.

Teixeira (1996) e Lovell & Winter (1991) afirmam que o indivíduo apresenta características posturais que podem ser influenciadas por diversos aspectos que variam desde vícios posturais, sedentarismo e psicológicos e são construídos desde o nascimento.

Gonçalves (1998) afirma que para que uma pessoa se apresente enquanto corpo que realiza seus próprios desejos, é necessário que ela cresça não em sua individualidade absoluta, mas em suas relações com os outros e com o mundo.

A psicologia corporal trabalha com premissa básica da interação contínua entre mente e corpo. “Uma pessoa é a soma total de suas experiências de vida, cada uma das quais é registrada na sua personalidade e estruturada no seu corpo” (LOWEN, 1982, p.50.)

Sabendo disso, aprender sobre os sinais corporais, sejam eles gestos, posturas e expressões, ajudam numa comunicação clara, como possibilitam aos profissionais um entendimento melhor de seu colega, seu cliente, paciente ou qualquer que seja a relação dentro do seu vínculo de trabalho.

Quando começa-se a entender o ser humano de maneira integrada, corpo mente e emoção, fica mais fácil compreender o caráter daqueles com quem convivemos e desta maneira, decidir qual a melhor forma de agir.

O ser humano se comunica, mesmo que inconscientemente, através de expressões faciais, assim como o tom de voz, ter consciência desses atos,



#### **COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO**

LIMA, Carolina Mulek; BARBIERI, Daniele. Aperfeiçoamento humano para o diferencial profissional. In: ENCONTRO PARANAENSE, CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS, XVII, XII, 2012. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2012. [ISBN – 978-85-87691-22-4]. Disponível em: [www.centroreichiano.com.br/artigos](http://www.centroreichiano.com.br/artigos). Acesso em: \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_.

3

sejam eles seus ou das pessoas com quem convive, possibilita o maior entendimento do outro e suas reais necessidades.

A linguagem corporal possui duas partes, uma lida com os sinais e expressões corporais que transmitem informações sobre o indivíduo e a segunda lida com as expressões verbais que por seu significado se referem às funções corporais. (Lowen, 1983 – p. 72)

Segundo Tavares (2003) e Godelieve (2003), a imagem corporal representa uma experiência muito especial, uma vez que o objeto em foco corresponde ao nosso eu. Inclui aspectos conscientes e inconscientes. Ela está vinculada à identidade e à experiência existencial de forma única para cada ser. É tão espetacularmente dinâmica como são as relações com o mundo e como é a interação entre os aspectos conscientes e inconscientes.

Mézières (1948), fisioterapia, estudou estas relações com a base científica do estudo das cadeias musculares, entende que o corpo é uma unidade sólida. A postura é uma referência para a busca contínua de construção de um corpo, uma morada onde realizar a centralização e a unidade da pessoa (GODELIEVE, 2003). Assim, os estados de tensão, as emoções e a maneira de ser se exprimem através do sistema músculo-aponeurótico, influenciando nossa postura e nossos gestos, em uma relação dialógica. Portanto, a imagem do corpo passa pelas funções centrais da personalidade, enquanto representatividade do indivíduo para o mundo, sendo, um fenômeno social (SCHILDER, 1994 e GODELIEVE, 2003).

Segundo Birman (2006), todos os acontecimentos que nos acometem diariamente nos transformam sob algum aspecto. Jamais um corpo, que convive com outras pessoas e fatos do cotidiano, sairá sem nenhuma alteração em sua concepção, a todo o momento estamos construindo nossa realidade, a verdade que carregamos para a vida, impressas na nossa vida, atitudes e corpo.

O processo perceptivo, como organização subjetiva da experiência transpessoal, é um complexo emocional, e a percepção é o que a relação entre sujeito e seu mundo “arranja”, visto que o presente imediato se constrói em conexão com passado e o futuro (CZEMARK, 2001, p.308).



#### **COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO**

LIMA, Carolina Mulek; BARBIERI, Daniele. Aperfeiçoamento humano para o diferencial profissional. In: ENCONTRO PARANAENSE, CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS, XVII, XII, 2012. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2012. [ISBN – 978-85-87691-22-4]. Disponível em: [www.centroreichiano.com.br/artigos](http://www.centroreichiano.com.br/artigos). Acesso em: \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_.

4

Portanto, observamos que todo e qualquer momento vivenciado causará uma sensação a cada ser humano, mesmo que duas ou mais pessoas tenham sido submetidas ao mesmo momento, cada pessoa terá a vivência interna atuando particularmente diferentemente, portanto, cada corpo constrói sua forma de existir e que a força de sua permanência no mundo depende de seus encontros e da possibilidade de manifestar as misturas singulares provenientes desses encontros.

Um profissional que reforça a sua capacidade interpretativa de leitura corporal estará apto a lidar com as pessoas, com suas necessidades e dificuldades e dessa forma, obter um melhor resultado, seja qual for o vínculo estabelecido, profissional ou não.

No entanto, também é necessário que se aprenda a conhecer o outro, poder ouvir, observa-lo em sua individualidade, criando um ambiente acolhedor e um processo empático.

Sentir uma outra pessoa é um processo empático. A empatia é uma função de identificação, que dizer, ao identificarmos-nos com a expressão corporal de uma pessoa, podemos sentir seu significado, aprender seu sentido. (LOWEN, 1982, p. 88).

Segundo Lapierre (1982), a postura não é uma questão apenas mecânica, mas, principalmente neuropsicomotora e que a manutenção da postura dinâmica é um desequilíbrio permanentemente compensado e a atitude natural representa uma reação pessoal aos estímulos recebidos diariamente. Ainda seguindo a mesma linha de raciocínio, Godelieve (2003) tem uma visão semelhante à de Lapierre (1982), quando referem-se a postura corporal, ou seja, a expressão em pé do indivíduo, onde a postura ideal é influencia os gestos e vivência, gerando tensões que predominam em certos músculos. Portanto, esta “tensão predominantemente” é chamada de dominância psicomotora, marca o corpo e, conseqüentemente, a postura ortostática, portanto as posturas adotadas geram tensões, que por sua vez provocam desequilíbrios musculares e limitações das amplitudes articulares, definindo assim, diferentes corpos e cada um deles relacionados com aspectos psicológicos, provenientes das vivências de cada ser humano.



#### **COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO**

LIMA, Carolina Mulek; BARBIERI, Daniele. Aperfeiçoamento humano para o diferencial profissional. In: ENCONTRO PARANAENSE, CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS, XVII, XII, 2012. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2012. [ISBN – 978-85-87691-22-4]. Disponível em: [www.centroreichiano.com.br/artigos](http://www.centroreichiano.com.br/artigos). Acesso em: \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_.

5

O deslocamento das massas do corpo - cabeça, abdome, costas - faz com que as curvas vertebrais se acentuem. A manutenção da posição da cabeça obriga os músculos ligados às vértebras cervicais a se agruparem e as vértebras a manterem-se num arco côncavo. O mesmo se verifica com os músculos e vértebras lombares. Essa curva e o achatamento da musculatura posterior só tendem a agravar-se com o correr dos anos (BERTHERAT, 1987. p.119-120).

Ainda segundo, Godelieve (2003), as tensões corporais que formam as posturas dinâmicas, são conjuntos “psiconeuromusculares” que se fazem e se desfazem conforme a expressão corporal, postural e gestual.

Godelieve (2003) afirma que o profissional que desconhece esse contexto holístico, dificilmente terá uma visão correta e ou completa, no sentido de compreender a postura nas suas múltiplas variantes. Não existe, no entanto um tipo específico de intervenção e sim um estudo que visa observar o ser humano de forma holística e individual.

Godelieve (2003), dentro deste processo de observação realizou uma classificação, para poder validar e comprovar seus estudos descreveu então cinco estruturas, sendo uma dupla, portanto seis estruturas posturais, PM, AM, PA-AP, AL e PL. Cada uma dessas posturas observam desequilíbrios musculares e correlacionam estes desequilíbrios com aspectos psicológicos de cada sujeito. Tão importante quanto conhecer as posturas e as correlações com o psicológico, é necessário ter a consciência de sua própria imagem corporal.

Segundo Schilder (1994), a imagem corporal é um complexo fenômeno humano que envolve aspectos cognitivos, afetivos, sociais, culturais e motores. É a forma com que o ser humano visualiza a si mesmo como corpo físico, como ser humano e o conceito que acredita ter dentro do local onde está inserido.

Tavares (2003) informa que o entendimento de aspectos da construção da imagem corporal envolve a interação de conhecimentos sobre a formação de imagens e ou representações na mente humana, sobre o tônus, postura e a organização espacial do corpo humano, além de construir a realidade existencial do indivíduo, envolvendo percepção, memória, sentimentos e aspectos simbólicos da interação com o ambiente.



#### **COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO**

LIMA, Carolina Mulek; BARBIERI, Daniele. Aperfeiçoamento humano para o diferencial profissional. In: ENCONTRO PARANAENSE, CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS, XVII, XII, 2012. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2012. [ISBN – 978-85-87691-22-4]. Disponível em: [www.centroreichiano.com.br/artigos](http://www.centroreichiano.com.br/artigos). Acesso em: \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_.

6

Garcia Roza (2004) afirma que desde as primeiras carícias e os primeiros olhares cada corpo é o espaço de uma tatuagem invisível que as mãos de um outro saberão ou não despertar. É através do toque, dos sabores, dos odores, de impressões que vão se inscrevendo e marcando, é que se constitui a existência de um sujeito. O corpo emerge como um lugar de escritura, uma escrita com milhares de possibilidades.

Observar e conhecer o outro é imprescindível para um profissional, no entanto, tão importante quanto conhecer o outro, é necessário conhecer a si mesmo e dessa forma, aumentar significativamente a interatividade, pois assim, como o profissional faz a leitura do seu cliente ou colega profissional, o outro, mesmo que inconscientemente, também o faz.

Portanto é necessário o auto-conhecimento para ser coerente no dia-a-dia. Se conhecer é ter a oportunidade de entender suas limitações e também suas habilidades e dessa forma, manter-se motivado e equilibrado.

“É necessário que haja um tempo para trabalhar, outro para descansar, um tempo para distrair-se e um tempo para levar as coisas a sério, um tempo para ter companhia e outro para ficar só. ... Os ritmos que governam a vida são inerentes à vida, não podem ser impostos de fora. Todo indivíduo que conhece quais são seus ritmos, percebendo atrás de sensação de dor ou de falta de prazer, quando seus ritmos estão perturbados.” (LOWEN, 1984, p.190)

Para criar um clima acolhedor para o outro é preciso estar sintonizado ao próprio corpo e emoções, pois através do auto-conhecimento e auto-percepção é possível demonstrar corporalmente o interesse genuíno pelo outro e respeito ao trabalho realizado.

Segundo Lowen (1984), nos percebemos internamente se estivermos em contato com nossos corpos. Nenhuma dificuldade surge quando a imagem corresponde a realidade do corpo, quando a maneira como nos vemos corresponde a maneira como nos sentimos.

Os profissionais que trabalham diretamente com a saúde, tem a necessidade da consciência de que é preciso olhar-se e cuidar da própria saúde, física e mental e assim como os demais profissionais, é necessário ter controle e saber lidar com o estresse.



#### **COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO**

LIMA, Carolina Mulek; BARBIERI, Daniele. Aperfeiçoamento humano para o diferencial profissional. In: ENCONTRO PARANAENSE, CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS, XVII, XII, 2012. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2012. [ISBN – 978-85-87691-22-4]. Disponível em: [www.centroreichiano.com.br/artigos](http://www.centroreichiano.com.br/artigos). Acesso em: \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_.

7

Não é possível mais pensar em um cotidiano sem estresse, porém é possível enfrentar esses estímulos negativos diários sem sobrecarga.

Os conceitos da psicologia corporal sobre saúde, já identificaram essa questão: “ A saúde deve ser identificada como a ausência de um modo típico de comportamento e adaptabilidade às exigências racionais de uma situação.” (LOWEN, 1977, p.137)

Portanto, esse estudo visa, além de contribuir com o conhecimento da influência da psique sobre o corpo material, não somente num momento de patologia, mas sim na sua construção diária, vistos sobre o aspecto de duas áreas da saúde, a psicologia e a fisioterapia, também pretende, de uma maneira simples, passar o conhecimento do “corpo-psiquê” atuando em um mesmo momento, entender como defini-los rapidamente e conseqüentemente saber como atuar com cada ser humano, melhorando dessa forma, a convivência diária com qualquer pessoa, sejam essas do convívio pessoal, sejam de um vínculo profissional, afetivo e assim por diante. Pois entende-se as experiências de cada indivíduo reflete em seu corpo e na forma que esse sujeito tem de comunicar todas essas informações.

#### **REFERÊNCIAS**

BERTHERAT, T. **O corpo tem suas razões**: antiginástica e consciência de si. 13.ed. São Paulo: Martins Fontes, 1987.

BIRMAN, J. **Arquivos do mal-estar e da resistência**. Rio de Janeiro: Civilização Brasileira, 2006.

CZERMAK, R. Subjetividade e clínica: notas preliminares para uma cartografia do autismo. In: BEZERRA JR., B.; PLASTINO, C. A. (Orgs.). **Corpo, afeto e linguagem**. Rio de Janeiro: Contra Capa, 2001.

GARCIA ROZA, L. A. **Introdução à metapsicologia freudiana**. 7.ed. Rio de Janeiro: Jorge Zahar, 2004. v.2.

GODELIEVE, D-S. **Cadeias musculares e articulares o Met G.d.s**. Rio de Janeiro: Summus, 2003.

GONÇALVES, C. P. **Incidência de desconforto corporal e desvio postural em agricultores**. Monografia - Universidade do Estado de Santa Catarina, Florianópolis, 1998.



#### COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

LIMA, Carolina Mulek; BARBIERI, Daniele. Aperfeiçoamento humano para o diferencial profissional. In: ENCONTRO PARANAENSE, CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS, XVII, XII, 2012. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2012. [ISBN – 978-85-87691-22-4]. Disponível em: [www.centroreichiano.com.br/artigos](http://www.centroreichiano.com.br/artigos). Acesso em: \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_.

8

LAPIERRE, A. **A reeducação postural**. 6.ed. São Paulo: Manole, 1982. v.1.

LOVELL, W. W.; WINTER, R. B. **Ortopedia pediátrica**. Buenos Aires: Editorial Médica Panamericana, 1991.

LOWEN, A. **Bioenergética**. São Paulo: Summus, 1982.

\_\_\_\_\_. **O corpo em terapia**: a abordagem da bionenergética. 7.ed. São Paulo: Summus, 1977.

\_\_\_\_\_. **Prazer**: uma abordagem crítica da vida. São Paulo: Summus, 1984.

MÉZIÈRES, F. **Originalité de la méthode Mézières**. Paris: Maloine, 1984.

SHILDER, P. **A imagem do corpo**: as energias construtivas da psique. São Paulo: Martins Fontes, 1994.

TAVARES, M. C. G. C. F. **Imagem corporal**: conceito e desenvolvimento. Barueri: Manole, 2003.

TEIXEIRA, J. F. **Mente, cérebro e cognição**. Petrópolis: Vozes, 2000.

TEIXEIRA, L. **A importância do movimento humano na relação homem/trabalho**: Aspectos posturais. IV SIPAT do Instituto de Matemática e Estatística da Universidade de São Paulo, IME-USP, 1996.

#### AUTORAS

**Carolina Mulek Lima/PR** – Fisioterapeuta, trabalha com o corpo sobre uma visão holística, baseando-se em fisioterapeutas como Godelieve. -Curitiba/PR.  
E-mail: [carolmulek@gmail.com](mailto:carolmulek@gmail.com)

**Daniele Barbieri/PR** – Psicóloga clínica; Psicoterapeuta Corporal Reichiana pelo Centro Reichiano, Curitiba – Paraná, e com Residência em Análise Bioenergética pelo Centro Reichiano-Curitiba/PR.

E-mail: [daniele.brbr@gmail.com](mailto:daniele.brbr@gmail.com)