



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

REGO, Ricardo A. Deixa Vir... Associação livre e resistência na psicoterapia corporal. In: ENCONTRO PARANAENSE, CONGRESSO BRASILEIRO, DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS, XX, XV, 2015. **Anais.** Curitiba: Centro Reichiano,. [ISBN – 978-85-87691-20-0]. Disponível em: www.centroreichiano.com.br/artigos_anais_congressos.htm.

Acesso em: ____/____/____.

DEIXA VIR... ASSOCIAÇÃO LIVRE E RESISTÊNCIA NA PSICOTERAPIA CORPORAL

Ricardo Rego

RESUMO

Apresento aqui uma proposta em que a postura do psicoterapeuta corporal varia conforme o grau de resistência. Nos graus mais baixos de resistência, predominaria a postura de seguir o impulso interior. Conforme a resistência se mostra mais significativa, há a necessidade de o psicoterapeuta intervir ativamente no andamento da sessão. Delimito aqui seis diferentes graus de resistência, e proponho um método de como lidar com cada um deles.

Palavras-chave: Resistência. Psicoterapia corporal. Reich. Associação livre. Psicologia Biodinâmica.



Sigmund Freud baseou a técnica psicanalítica no método de associação livre, no qual pede-se ao paciente que “renuncie a qualquer crítica; sem nenhuma seleção deverá expor tudo que lhe vier ao pensamento, mesmo que lhe pareça errôneo, despropositado ou absurdo e, especialmente, se lhe for desagradável a vinda dessas ideias à mente” (Freud, 1910, p. 31).

Wilhelm Reich, apesar de valorizar a proposta freudiana, apontou que “havia apenas poucos pacientes capazes de fazer associações inconscientes e livres” (Reich, 1995, p.107). Esta constatação foi um dos principais motivos que o levaram a criar a técnica de análise do caráter, que apresenta características diferentes do método analítico tradicional, incluindo uma postura diretiva do analista. Mas isto não significou o abandono da associação livre, enfatizando seu valor em contextos clínicos caracterizados por baixa resistência por parte do paciente. Segundo ele, “no período de resistência, recai sobre o analista a difícil tarefa de dirigir o andamento da análise. O paciente só tem comando nas fases livres de resistência” (idem, p. 49).

Apesar desse reparo, uma boa parte das escolas reichianas e neorreichianas enfatiza fortemente uma abordagem na qual predominam formas de intervenção nas quais o analista dirige os acontecimentos, com pouco espaço para a utilização da

CENTRO REICHIANO

Av. Prof. Omar Sabbag, 628 – Jd. Botânico – Curitiba/PR – Brasil - CEP: 80210-000
(41) 3263-4895 - www.centroreichiano.com.br - centroreichiano@centroreichiano.com.br



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

REGO, Ricardo A. Deixa Vir... Associação livre e resistência na psicoterapia corporal. In: ENCONTRO PARANAENSE, CONGRESSO BRASILEIRO, DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS, XX, XV, 2015. **Anais.** Curitiba: Centro Reichiano,. [ISBN – 978-85-87691-20-0]. Disponível em: www.centroreichiano.com.br/artigos_anais_congressos.htm.

Acesso em: ____/____/____.

associação livre. A meu ver, isso representa uma perda, pois é um instrumento poderoso e muito útil em inúmeros casos.

Na Psicologia Biodinâmica, a associação livre encontra um lugar: Gerda Boyesen dizia ao paciente: “Você pode dizer ou fazer o que quiser. Mas você não é obrigado a fazer ou dizer seja lá o que for. Simplesmente, não contenha nenhuma palavra ou movimento” (Boyesen, 1986, p. 102). Em outras palavras, “o paciente estava estendido sobre o divã; eu lhe dizia simplesmente: Tente sentir se há alguma coisa que você queira dizer ou fazer. Este método simples agora se chama ‘seguir o impulso interior’. É uma combinação sutil de psicanálise e de técnicas reichianas avançadas” (idem, p. 101).

Outra denominação utilizada por ela é o “método da parteira. O terapeuta deve estar separado de sua própria necessidade de estar ativo, de falar etc., a fim de que possa estar passivo, paciente e que possa deixar desenvolver-se o processo dinâmico curativo” (ibidem, p. 102).

Nota-se aqui que associação livre no contexto da psicoterapia corporal não se restringe às ideias, ao que é dito. Os movimentos e sons do paciente também são tomados como material analítico e fazem parte da dinâmica da sessão. Por sua semelhança com a proposta analítica, prefiro chamar esta técnica de “associação livre de movimentos”, nome que deixa mais claro do que se trata e evita confusões.

Apesar do valor deste resgate da abordagem psicanalítica, muitas vezes se observa que a Psicologia Biodinâmica tradicional acaba deixando de utilizar recursos terapêuticos caracterizados pela diretividade do terapeuta. Assim, não é raro encontramos uma dicotomia na prática clínica: profissionais que optam quase que exclusivamente por uma forma diretiva de exercer a função de analista, enquanto que outros optam (também quase que exclusivamente) por um estilo não-diretivo.

A proposta aqui apresentada é de definir critérios que permitam a utilização de ambas as possibilidades, conforme a necessidade de cada paciente ao longo de seu processo terapêutico. A base para isto foi dada pelo próprio Reich, conforme mencionado anteriormente: se houver resistência, o analista dirige; se não houver resistência

CENTRO REICHIANO

Av. Prof. Omar Sabbag, 628 – Jd. Botânico – Curitiba/PR – Brasil - CEP: 80210-000
(41) 3263-4895 - www.centroreichiano.com.br - centroreichiano@centroreichiano.com.br



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

REGO, Ricardo A. Deixa Vir... Associação livre e resistência na psicoterapia corporal. In: ENCONTRO PARANAENSE, CONGRESSO BRASILEIRO, DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS, XX, XV, 2015. **Anais.** Curitiba: Centro Reichiano,. [ISBN – 978-85-87691-20-0]. Disponível em: www.centroreichiano.com.br/artigos_anais_congressos.htm.

Acesso em: ____/____/____.

significativa, o comando do processo é deixado a cargo do paciente. Este artigo apresenta de forma condensada a proposta apresentada no livro “Deixa vir...” (Rego, 2014).

Entre os dois polos (nenhuma resistência x resistência total), existem inúmeros graus, e fica um tanto artificial delimitar níveis definidos de resistência. Entretanto, para fins didáticos, apresento no QUADRO 1 uma divisão que permite comentar diferentes propostas de conduta do analista conforme o grau de resistência. São propostos seis níveis, mas, como as pessoas dos graus extremos (1 e 6) não frequentam consultórios de psicoterapia ou análise, por motivos óbvios, abordaremos principalmente os níveis intermediários (2 a 5).

No “grau 1 de resistência”, pode-se supor que uma pessoa sem resistência, que está em contato com seu próprio inconsciente e não o teme (o que Reich chamou de caráter genital), nem precisará de ajuda profissional para conhecer-se e administrar seus conflitos.

No “grau 2”, a resistência é pequena, e só o fato de estar com um analista no qual confia, com contrato de sigilo, basta para afrouxar as defesas e fazer com que os conteúdos inconscientes se apresentem. A abordagem de escolha aqui é a “associação livre de ideias e movimentos”. Basta dar espaço ao paciente para que o processo de desenvolva a contento. Não é tão simples como pode parecer, pois existem muitas formas pelas quais um analista pode atrapalhar esse trabalho, e é preciso um treinamento específico para tal, lidando com o narcisismo de querer mostrar sua competência, a compulsão à atividade e a culpa de “não fazer nada”.

No “grau 3”, em que a resistência é um pouco maior, “deixar vir” já não é suficiente. Alguma intervenção do analista se faz necessária: pode fazer uma interpretação da resistência, um trabalho de afrouxar couraças, soltar a respiração, entre outras possibilidades. O que caracteriza este patamar é que essa pequena intervenção libera a expressão do inconsciente e pode-se voltar por algum tempo à associação livre de ideias e movimentos. Desta forma, de tempos em tempos o processo trava, mas com alguma intervenção focada e curta ele volta a fluir, e assim obtém-se uma sessão produtiva.

CENTRO REICHIANO

Av. Prof. Omar Sabbag, 628 – Jd. Botânico – Curitiba/PR – Brasil - CEP: 80210-000
(41) 3263-4895 - www.centroreichiano.com.br - centroreichiano@centroreichiano.com.br



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

REGO, Ricardo A. Deixa Vir... Associação livre e resistência na psicoterapia corporal. In: ENCONTRO PARANAENSE, CONGRESSO BRASILEIRO, DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS, XX, XV, 2015. **Anais.** Curitiba: Centro Reichiano,. [ISBN – 978-85-87691-20-0]. Disponível em: www.centroreichiano.com.br/artigos_anais_congressos.htm.

Acesso em: ____/____/____.

No “grau 4” a resistência se mostra mais enraizada, cristalizada. Faz-se necessário um trabalho mais intenso, com a utilização de técnicas específicas para desbloqueio e dissolução das resistências. Encontram aqui lugar diversas formas de massagem e toque, *grounding* (Weigand, 2006), *stool*, trabalhar com a expressão emocional, desbloqueio respiratório, método dos 5 passos (Keleman, 1995) etc.

QUADRO 1 – Graus de resistência em um processo analítico.

TIPO	CARACTERÍSTICAS	TÉCNICAS PRIORIZADAS
1- ausente	Não precisa de análise ou psicoterapia	-----
2- mínima	Método da parteira: o paciente dirige	Associação livre de ideias Associação livre de movimentos Método das pequenas palavras
3- pequena	Intervenções focais e mínimas do analista	Associação livre + intervenções verbais e somáticas diversas
4- média	Alternância entre intervir e deixar fluir	Associação livre + intervenções verbais e somáticas diversas
5- grande	O analista dirige o processo	Análise do caráter Massagem de longo prazo Trabalhos corporais diversos
6- total	O paciente não vai à análise	-----

CENTRO REICHIANO

Av. Pref. Omar Sabbag, 628 – Jd. Botânico – Curitiba/PR – Brasil - CEP: 80210-000
(41) 3263-4895 - www.centroreichiano.com.br - centroreichiano@centroreichiano.com.br



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

REGO, Ricardo A. Deixa Vir... Associação livre e resistência na psicoterapia corporal. In: ENCONTRO PARANAENSE, CONGRESSO BRASILEIRO, DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS, XX, XV, 2015. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano,. [ISBN – 978-85-87691-20-0]. Disponível em: www.centroreichiano.com.br/artigos_anais_congressos.htm.

Acesso em: ____/____/____.

No grau 5, em que a resistência é extremamente alta, mesmo as diversas técnicas corporais podem ser insuficientes para fazer avançar o tratamento. Uma intervenção mais sistemática muitas vezes é a única forma de dar conta desse tipo de situação. Exemplos disto seriam a análise do caráter (Reich, 1995) e a vegetoterapia caractoanalítica (Navarro, 1996). Um relato deste tipo de trabalho, feito por um paciente que passou por ele, pode ser encontrado em Bean (1973).

O “grau 6” diz respeito às pessoas que apresentam resistência tão forte que nem admitem pisar num consultório de psicoterapia. Muitas vezes são os que mais precisariam, mas frequentemente desprezam e criticam este tipo de tratamento, o qual seria para “pessoas fracas”, ou “totalmente loucas”. Acredito que todos nós conhecemos vários indivíduos com estas características, e pouco há a fazer em relação a eles, a menos que ocorram situações muito especiais, como uma esposa que diz “ou você faz terapia ou me separo e acaba nosso casamento”.

Para complicar as coisas, ocorre o fato de que na realidade os pacientes não se apresentam assim tão definidos quanto à resistência. O que se vê na prática é que o grau de resistência flutua bastante durante uma mesma sessão, e também conforme a fase do trabalho. Desta forma, requer-se do analista uma grande flexibilidade, uma postura de mudar a abordagem conforme o momento, para isso necessitando de uma boa capacidade de observação, uma leitura acurada e precisa do que está acontecendo.

Talvez pareça muito complicado à primeira vista, mas na vida real o que se vê é que essa abordagem não se mostra tão difícil de aprender. Depois de assimilar o “espírito da coisa”, é possível incorporar essa visão sem grandes problemas, e é o que tenho visto nos cursos que tenho ministrado.

REFERÊNCIAS

BEAN, Orson – **O milagre da orgonoterapia**. Rio de Janeiro, Artenova, 1973.

FREUD, Sigmund (1910) – **Cinco lições de psicanálise**. Edição Standard Brasileira das Obras Psicológicas Completas, vol. XI, Rio de Janeiro, Imago, 1970, p. 11-51.

CENTRO REICHIANO

Av. Prof. Omar Sabbag, 628 – Jd. Botânico – Curitiba/PR – Brasil - CEP: 80210-000
(41) 3263-4895 - www.centroreichiano.com.br - centroreichiano@centroreichiano.com.br



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

REGO, Ricardo A. Deixa Vir... Associação livre e resistência na psicoterapia corporal. In: ENCONTRO PARANAENSE, CONGRESSO BRASILEIRO, DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS, XX, XV, 2015. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano,. [ISBN – 978-85-87691-20-0]. Disponível em: www.centroreichiano.com.br/artigos_anais_congressos.htm.

Acesso em: ____/____/____.

KELEMAN, Stanley – **Corporificando a experiência**. São Paulo, Summus, 1995.

NAVARRO, Federico – **Metodologia da Vegetoterapia Carácter-analítica**. São Paulo, Summus, 1996.

REGO, Ricardo – **Deixa vir...** Elementos clínicos de Psicologia Biodinâmica. São Paulo, Axis Mundi, 2014.

REICH, Wilhelm – **Análise do Caráter** 2ª ed. São Paulo, Martins Fontes, 1995.

WEIGAND, Odila – **Grounding e Autonomia**. São Paulo, Person, 2006.

AUTOR

Ricardo Amaral Rego / São Paulo/ SP / Brasil – Médico, analista biodinâmico, Diretor do Instituto Brasileiro de Psicologia Biodinâmica, Doutor em Psicologia pela USP, Autor de “Deixa vir... Elementos clínicos de Psicologia Biodinâmica” (Ed. Axis Mundi, 2014).

E-mail: ric.rego@uol.com.br

CENTRO REICHIANO

Av. Pref. Omar Sabbag, 628 – Jd. Botânico – Curitiba/PR – Brasil - CEP: 80210-000
(41) 3263-4895 - www.centroreichiano.com.br - centroreichiano@centroreichiano.com.br