



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

REGO, Ricardo Amaral. Tocar o corpo para ouvir a alma. Usos e contraindicações da massagem em psicoterapia. In: VOLPI, José Henrique; VOLPI, Sandra Mara (Org.) XXI CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2016, pp. 423-426. [ISBN – 978-85-69218-01-2].

Disponível em: www.centroreichiano.com.br/artigos_anais_congressos.htm.

Acesso em: ____/____/____.

TOCAR O CORPO PARA OUVIR A ALMA. USOS E CONTRAINDICAÇÕES DA MASSAGEM EM PSICOTERAPIA

Ricardo Amaral Rego

RESUMO

Exposição dos princípios que fundamentam a utilização do toque e da massagem em um processo de psicoterapia. Tomando como base teórica a Psicologia Biodinâmica e incorporando elementos da psicanálise clássica, da neurociência, das ideias de D. Winnicott, entre outros referenciais, discutem-se as várias formas e contextos em que pode ser útil a utilização deste recurso, bem como as contraindicações do mesmo. Após esta exposição, os participantes serão convidados a experienciar algumas aplicações técnicas ilustrativas.

Palavras-chave: Massagem. Psicoterapia corporal biodinâmica. Reich. Winnicott. Neurobiologia.

O conteúdo desta apresentação baseia-se em texto do autor incluído no livro "O toque na psicoterapia. Massagem Biodinâmica", de 2014. (Rego, 2014a).

Buscando trazer elementos que permitam compreender e fundamentar as abordagens que utilizam diferentes formas de contato físico como parte do repertório de um tratamento psicoterápico, afirma-se aí que

diversos estudos mostram uma variedade de benefícios terapêuticos obtidos com o uso de toque e massagem na psicoterapia: facilitam a abertura do paciente para revelar conteúdos, melhoram o vínculo com o terapeuta, resultam em maior conexão com o momento presente e com as próprias sensações; dão acesso a material pré-verbal, proporcionando experiências emocionais corretivas com maior facilidade, e têm ainda o efeito de acalmar ou consolar em situações estressantes, fortalecer a aliança terapêutica e a confiança no tratamento e, também, a sensação de segurança e acolhimento" (idem, p. 229-230).

O objetivo nesse tipo de trabalho é tocar a alma da pessoa, ou seja, "o processo funciona de verdade quando conseguimos que a pessoa inteira, ou seja, incluindo sua subjetividade, esteja presente à comunicação não verbal entre duas pessoas que se desenrola por meio do contato físico" (ibidem, p. 231).

Para percorrer esse território, faz-se necessário um mapa teórico que delimite percursos, caminhos e fronteiras. Começaremos essa trajetória por Freud: as noções de



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

REGO, Ricardo Amaral. Tocar o corpo para ouvir a alma. Usos e contraindicações da massagem em psicoterapia. In: VOLPI, José Henrique; VOLPI, Sandra Mara (Org.) XXI CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2016, pp. 423-426. [ISBN – 978-85-69218-01-2].

Disponível em: www.centroreichiano.com.br/artigos_anais_congressos.htm.

Acesso em: ____/____/____.

inconsciente, resistência, transferência e recalque, entre outros, são muito úteis para ajudar a compreender o que se passa num processo de psicoterapia corporal. Juntamente com a visão trazida por Wilhelm Reich, de que os mecanismos de defesa psicológicos possuem uma ancoragem somática, esta foi a base que norteou a criação da Psicologia Biodinâmica por Gerda Boyesen (1986).

Podemos, assim, compreender a massagem como um recurso técnico que permite dissolver as couraças que impedem o acesso ao inconsciente. A noção de resistência permite entender que em determinados casos o toque e a massagem podem não constituir o melhor método (ver Rego, 2014b). Quando existe pouca resistência e o processo flui espontaneamente, é de pouca utilidade o uso do contato físico como estratégia de intervenção. Ao contrário, casos de alta resistência constituem uma indicação de que a massagem e o toque podem ser úteis e mesmo necessários para o bom andamento do processo.

O conceito de transferência, por outro lado, permite entender muitas das contraindicações do uso do toque e da massagem em um contexto de psicoterapia. Por exemplo, situações em que predomina a transferência negativa em geral são pouco compatíveis com esse tipo de abordagem. O mesmo se pode dizer nos casos em que existe um forte componente de transferência erótica.

A psicanálise de Winnicott (Winnicott, Dias, 2003) proporciona uma outra maneira de compreender a utilização da massagem. Este autor foca sua perspectiva na proposta de uma compreensão das vicissitudes da relação entre a mãe e seu bebê no início da vida, teorizando sobre o desenvolvimento emocional primitivo. A partir deste ponto de vista, propõe que o paciente deve encontrar alguém que supra as falhas ambientais ocorridas precocemente, e portanto “a mãe suficientemente boa é o paradigma do analista na clínica winnicottiana” (idem, p. 133).

Outra referência importante advém das formulações de Anzieu (2000), que considera a estimulação cutânea adequada no início da vida como algo essencial para o desenvolvimento do ego. A pele constituiria a base fundamental da noção de que existe uma diferença entre o que está dentro (o eu) e o que está fora (o mundo). Diversas patologias psíquicas teriam origem em distúrbios desse processo, e o toque bem orientado pode constituir um elemento valioso no tratamento das mesmas.

Elementos de neurobiologia também constituem um forte ponto de apoio ao uso da massagem dentro de um tratamento psicoterápico. Dentre os inúmeros aspectos pertencentes a este tópico, podemos destacar dois.



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

REGO, Ricardo Amaral. Tocar o corpo para ouvir a alma. Usos e contraindicações da massagem em psicoterapia. In: VOLPI, José Henrique; VOLPI, Sandra Mara (Org.) XXI CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2016, pp. 423-426. [ISBN – 978-85-69218-01-2].

Disponível em: www.centroreichiano.com.br/artigos_anais_congressos.htm.

Acesso em: ____/____/____.

Um tem a ver com nossa herança filogenética de mamíferos, e especialmente por pertencermos a um grupo especial de mamíferos que são os primatas. Uma das características mais notáveis desses animais, além de sua grande inteligência, é o fato de valorizarem muito o contato físico como meio de tranquilização, de socialização, de reconciliação. Estados de mau humor, irritabilidade e tristeza são aliviados e mesmo eliminados após uma sessão de grooming (ver Rego, 2005, Harlow, 1970; Montagu, 1988). O uso de um estetoscópio na barriga (Boyesen, 1986) permite o monitoramento de sinais fisiológicos (aumento do peristaltismo) indicativos de desativação do alerta, da ansiedade e do medo, e da obtenção de um estado psíquico mais propício à observação de si mesmo, à confiança e à entrega. Isso tem se mostrado um poderoso instrumento a guiar as intervenções somáticas e verbais do profissional que atende essas pessoas.

Outro enfoque neurobiológico se baseia nas ideias de António Damásio (2000). Ele destaca a importância das sensações oriundas do corpo para a geração da consciência, e isto permite uma compreensão da massagem e do toque como intervenções que irão alterar a percepção dessa “paisagem corporal”. Desta maneira, o psicoterapeuta pode conduzir seu trabalho de forma a conscientizar aspectos até então pouco percebidos, e interferir eficazmente na dinâmica emocional de seu paciente.

As várias formas de compreensão não são excludentes, e se complementam no decorrer de um tratamento. Para além das fundamentações teóricas, a prática clínica tem mostrado que o contato físico é um recurso valioso para a psicoterapia corporal, desde que utilizado criteriosamente.

REFERÊNCIAS

ANZIEU, D. **O Eu-pele**. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2000.

BOYSEN, G. **Entre psiquê e soma**: introdução à Psicologia Biodinâmica. São Paulo: Summus, 1986.

DIAS, E. **A teoria do amadurecimento de D. W. Winnicott**. Rio de Janeiro: Imago, 2003.

DAMASIO, António. **O mistério da consciência**. Do corpo e das emoções ao conhecimento de si. São Paulo: Companhia das Letras, 2000.

HARLOW, H. O amor em filhotes de macacos. In: McGaugh, J. L. et al. **Psicobiologia: As Bases Biológicas do Comportamento**. São Paulo: EDUSP-Polígono, 1970.

MONTAGU, Ashley. **Tocar**. O significado humano da pele. São Paulo: Summus, 1988.



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

REGO, Ricardo Amaral. Tocar o corpo para ouvir a alma. Usos e contraindicações da massagem em psicoterapia. In: VOLPI, José Henrique; VOLPI, Sandra Mara (Org.) XXI CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2016, pp. 423-426. [ISBN – 978-85-69218-01-2].

Disponível em: www.centroreichiano.com.br/artigos_anais_congressos.htm.

Acesso em: ____/____/____.

REGO, R. A. **Psicanálise e Biologia**: uma discussão da pulsão de morte em Freud e Reich. Tese de Doutorado. São Paulo: IPUSP, 2005. Disponível eletronicamente em <http://www.ibpb.com.br>.

_____. Tocar o corpo para ouvir a alma. In Rego, R. et al. (Org.) **O toque na psicoterapia. Massagem Biodinâmica**. Petrópolis, KBR, 2014a.

_____. **Deixa vir... Elementos clínicos de Psicologia Biodinâmica**. São Paulo: Axis Mundi, 2014b.

WINNICOTT, D. Desenvolvimento emocional primitivo. In: **Da Pediatria à Psicanálise**. Rio de Janeiro: Francisco Alves, 1982.

AUTOR e APRESENTADOR

Ricardo Amaral Rego / São Paulo / SP / Brasil

Médico. Analista biodinâmico. Diretor do Instituto Brasileiro de Psicologia Biodinâmica. Doutor em Psicologia pela USP. CBT

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