



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

GLASENAPP, Andresa Leci Corrêa; VOLPI, Sandra Mara. A mulher heterossexual; sua história e a repercussão em seu desempenho sexual. In: VOLPI, José Henrique; VOLPI, Sandra Mara (Org.) CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS, XXII, 2017. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2017. [ISBN – 978-85-69218-02-9]. Disponível em: <www.centroreichiano.com.br/artigos_anais_congressos.htm> Acesso em: ____/____/____.

A MULHER HETEROSSEXUAL; SUA HISTÓRIA E A REPERCUSSÃO EM SEU DESEMPENHO SEXUAL

**Andresa Leci Corrêa Glasenapp
Sandra Mara Dall'Igna Volpi**

RESUMO

Atualmente, a vida íntima da mulher heterossexual conserva uma condição de insatisfação em termos de desejo, sentimentos e sensações, condição esta questionável em pleno século XXI, em meio a tanta informação, orientação e diversas formas de tratamento. Todavia, compreende-se que o problema vigente é significativo e decorre da somatória de traumas não tratados e necessidades não atendidas ao longo da história do desenvolvimento feminino. Portanto, este artigo tem como objetivo explorar o percurso do desenvolvimento desde a infância até a vida adulta, propondo o desafio de compreender a influência da história de vida sobre o modo de pensar, sentir e agir da mulher consigo própria e com o outro no seu relacionamento íntimo e sexual. A intenção é que este trabalho também sirva de ferramenta para se explorar uma nova realidade, sabendo-se que, com adequado investimento, é possível desfrutar sexualmente de uma vida saudável.

Palavras-chave: História. Mulher. Vida Sexual.

Segundo Berman e Berman (2003), pouco se sabe sobre a história do comportamento sexual feminino nos tempos antigos. No entanto, cabe destacar que nos registros históricos, em aproximadamente três mil a.C., as mulheres eram consideradas propriedade e valorizadas para a reprodução.

As autoras contribuem acrescentando que no Século II d.C. o escritor e médico Galeno descreveu a histeria com o uma doença uterina causada pela privação sexual. Assim, eram prescritas às mulheres o ato sexual ou a masturbação como cura. No entanto, atestava que as mulheres ardentes tinham maior risco de contrair doenças, conservando, desta forma, o conflito entre a população feminina.

Do ponto de vista da Igreja Cristã, Berman e Berman (2003) descrevem que o sexo era moralmente ofensivo e, as mulheres, uma ameaça para a salvação dos homens. Tanto que um dos pensadores mais influentes da Igreja, Santo Agostinho, após ter vivido com uma amante, decidiu menosprezar a figura feminina, afastando-se da mulher, renunciando aos seus próprios desejos sexuais e adotando uma vida de celibato.

Já no início do século XIX, Sigmund Freud (*apud* BERMAN; BERMAN, 2003) neurologista, vienense e fundador da Psicanálise, levantou questionamentos do modo como



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

GLASENAPP, Andresa Leci Corrêa; VOLPI, Sandra Mara. A mulher heterossexual; sua história e a repercussão em seu desempenho sexual. In: VOLPI, José Henrique; VOLPI, Sandra Mara (Org.) CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS, XXII, 2017. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2017. [ISBN – 978-85-69218-02-9]. Disponível em: <www.centroreichiano.com.br/artigos_anais_congressos.htm> Acesso em: ____/____/____.

tinha sido compreendido o sexo em conclusões anteriores. Freud entendia que o sexo era uma força primária na vida humana e, em sua teoria do desenvolvimento psicosssexual, tal força começaria na infância, necessitando, portanto, ser revista e melhor compreendida.

Logo, compreender que a sexualidade está presente de uma forma ou de outra, desde o nascimento até o envelhecimento, amplia a possibilidade de aceitar que a maioria das crianças quando descobrem e brincam com os seus genitais, assim o fazem porque a experiência é natural, agradável, prazerosa e relaxante, ainda que mal vista pelo adulto.

Reich (1975) corrobora acrescentando que o resultado da repressão sexual universal, é um fator responsável por homens e mulheres não experimentarem a convulsão bioenergética involuntária do organismo e de não alcançarem a completa excitação em seus momentos de intimidade sexual com seus companheiros.

Partindo deste ponto de vista, observa-se que a situação histórica feminina desde os tempos antigos até a atualidade, permanece com uma educação social reprimida, conservando conceitos equivocados e inadequados desde os menores aos maiores grupos sociais de diferentes culturas.

Para Andreassa (2011), ao nascer, o bebê é totalmente dependente do adulto, e vai incorporando por meio dos cuidados recebidos e das sensações corporais, as impressões sobre o mundo que o cerca. Nos primeiros meses de vida, é imprescindível o toque, a carícia e ser atendido em suas necessidades tais como receber o alimento, agasalho, ser trocado, dormir e descansar em paz.

Acrescenta ainda que, durante o seu crescimento, enquanto criança, passará por várias fases, e em cada fase, necessitará de contato afetivo, atento e carinhoso dos pais, que deverão conduzir de maneira firme, segura e amorosa, a fim de que amadureça de maneira adequada psicologicamente.

Partindo deste ponto de vista, compreende-se que a base do aprendizado emocional é a família e, neste seio familiar transmite-se valores, crenças, afetos e as regras criadas e reforçadas no próprio sistema, variando conforme o que se vivencia durante várias gerações.

Segundo Lowen (1986), independente do modo como nascemos, é o modo como fomos criados que determina nosso destino e nossa sorte.

Reich (*apud* VOLPI; VOLPI, 2003) reforça que o manejo inadequado de pais e educadores com a criança a partir do nascimento evita que ela seja vivaz e tenha um contato saudável e prazeroso com o próprio corpo ao longo do seu desenvolvimento.



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

GLASENAPP, Andresa Leci Corrêa; VOLPI, Sandra Mara. A mulher heterossexual; sua história e a repercussão em seu desempenho sexual. In: VOLPI, José Henrique; VOLPI, Sandra Mara (Org.) CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS, XXII, 2017. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2017. [ISBN – 978-85-69218-02-9]. Disponível em: <www.centroreichiano.com.br/artigos_anais_congressos.htm> Acesso em: ____/____/____.

Andreassa (2011) complementa que no percurso do desenvolvimento infantil, a criança aprende a se relacionar com o adulto, adotando posturas de defesas para se preservar das dores emocionais, tais como o abandono, a rejeição e a agressividade.

Todavia, a necessidade de se sentir amada e aceita na família nestas condições, força a criança a inibir os próprios impulsos e desejos.

Pautado nesta realidade, Reich (1998) utiliza-se da expressão “peste emocional” para falar da força que se impõe a um organismo cuja mobilidade natural foi continuamente dificultada e, desde o berço, desenvolve formas artificiais de movimento, inibindo a força de expressão autorreguladora natural da vida.

No percurso do desenvolvimento infantil, os autores Volpi e Volpi (2008) prosseguem acrescentando que a etapa de Produção inicia por volta do terceiro ano de vida, onde a criança se permite tomar distância da figura materna com autonomia e exhibe, com maior propriedade, suas aquisições físicas, cognitivas e também se mostrando capaz de exercer o controle esfinteriano.

Em consequência de tais habilidades, a criança desenvolve a autoconsciência e a perspectiva do autodomínio, que garantem a compreensão dos limites a serem respeitados e o tamanho dos desafios a serem enfrentados na vida.

Outro marco nesta fase é a imitação do modelo da vida do adulto em seu universo infantil. A criança expressa sua curiosidade e exhibe com excelência sua exploração no mundo da fantasia, investindo num acervo referencial, arquivando um repertório interno para se mostrar como um ser atuante na vida.

De acordo com Lowen (1970), muitas brincadeiras infantis, principalmente as que imitam os adultos, contém implícita ou explicitamente atitudes de faz de conta. Desta forma, a fantasia se torna importante para que a criança se entregue de corpo e alma para a brincadeira. Sem o faz de conta, a criança não pode se entregar totalmente e, sem essa entrega total, não há prazer.

Para Lowen (1986, p. 23), “[...] as crianças são muito sensíveis e apreendem o estado de espírito dos seus pais, seus sentimentos e suas sensações, suas atitudes inconscientes, por assim dizer, por osmose.”

Conforme os autores Volpi e Volpi (2008), a partir do quarto ano de vida, a criança inicia a etapa de Identificação e sua energia se volta para a descoberta e exploração dos genitais, onde começa a sustentar a ideia do sexo pertencente, oportunizando o aprendizado e a diferenciação de gêneros feminino e masculino.



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

GLASENAPP, Andresa Leci Corrêa; VOLPI, Sandra Mara. A mulher heterossexual; sua história e a repercussão em seu desempenho sexual. In: VOLPI, José Henrique; VOLPI, Sandra Mara (Org.) CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS, XXII, 2017. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2017. [ISBN – 978-85-69218-02-9]. Disponível em: <www.centroreichiano.com.br/artigos_anais_congressos.htm> Acesso em: ____/____/____.

Reich (*apud* VOLPI; VOLPI, 2003) considera ainda que a idade de até aproximadamente os seis anos seja um período primordial para o desenvolvimento genital, onde a criança necessita da ajuda do adulto para superar seus problemas emocionais e bioenergéticos.

Outro fator relevante a ser destacado é que em sua formulação conhecida como o Complexo de Édipo, Freud (1996) revelou a importância do fenômeno como central do período sexual na primeira infância. Enfatizou que se o Ego não conseguir alcançar além da repressão do complexo, este persistirá em estado inconsciente no Id e manifestará mais tarde seu efeito patogênico.

Sendo assim, naturalmente, durante o percurso de seu desenvolvimento, a menina depara-se gostando de se sentir importante e amada pelo seu pai; logo, sente o desejo de tê-lo sexualmente e substituir sua mãe para adotar uma atitude feminina para com o pai.

Quanto ao menino, encara a mãe como sua propriedade, sente atração sexual por ela, mas também uma ansiedade de castração, um medo inconsciente da punição de seu pai ou a transferência de seu amor por um novo ser.

De acordo com Lowen (1986), as evidências deste florescimento edípiano podem ser confirmadas por um pai e/ou uma mãe observadores, pois a criança não faz esforço para ocultar seus sentimentos e sensações sexuais. Além disso, a pesquisa médica tem mostrado que existe uma maior produção de hormônios sexuais durante este período.

Andreassa (2011) esclarece que durante o percurso edípiano, a menina dirige a descoberta da sexualidade à figura de amor mais próximo a ela por conta de um impulso que lhe é natural e necessário, não significando a busca do sexo propriamente dito, mas sim, ser amada, aceita e validada na sua feminilidade nesta fase da vida.

Para Lowen (1986), a fase edípica é a fase crucial das experiências para o desenvolvimento do caráter neurótico. Nesta situação, ambos os pais desempenham papel ativo na relação triangular em que a criança sente-se presa, como se estivesse numa armadilha.

A criança desenvolve um caráter neurótico como a única solução possível a uma situação que, em sua mente, está repleta de perigos relativos à vida e a sanidade.

Aliás, não se pode dizer se o perigo é tão real quanto o crê a criança. Até porque, nesta situação, dificilmente a criança pode dar-se o luxo de testar a validade desta crença, restando-lhe como opção, transigir, refreando sua paixão com a supressão de sua sexualidade.



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

GLASENAPP, Andresa Leci Corrêa; VOLPI, Sandra Mara. A mulher heterossexual; sua história e a repercussão em seu desempenho sexual. In: VOLPI, José Henrique; VOLPI, Sandra Mara (Org.) CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS, XXII, 2017. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2017. [ISBN – 978-85-69218-02-9]. Disponível em: <www.centroreichiano.com.br/artigos_anais_congressos.htm> Acesso em: ____/____/____.

O aspecto do complexo de Édipo é determinado culturalmente, neste sentido, para Fenichel (*apud* Lowen, 1986): “[...] o complexo de Édipo é, sem dúvida, um produto de influência familiar”. Portanto, sua forma específica dependerá da dinâmica e cada situação familiar.

Outro elemento, a saber, a culpa sexual, também entra neste complexo. Embora todos os interessados estejam no mesmo triângulo, a criança é levada a sentir-se culpada por seus comportamentos, sentimentos e sensações sexuais. A criança age inocentemente, seguindo seus impulsos instintivos, mas aos olhos dos pais qualquer manifestação sexual por parte da criança é “má”, “suja”, “pecaminosa”. Os pais projetam sua culpa sexual sobre o seu filho. Assim, o complexo de Édipo da criança geralmente reflete os conflitos edípicos de seus pais, ainda não resolvidos. (LOWEN, 1986, p. 35).

Entretanto, por volta dos cinco anos de idade até a puberdade, a criança estará na etapa da Formação do Caráter. Segundo Reich (1998), a formação do caráter principia como uma forma definida de superação do complexo de Édipo.

Para Reich (1998), os fatores que levam o caráter a assumir uma forma definida na qual pode funcionar, consistem numa mudança crônica ou enrijecida do Ego, pois a sua finalidade é proteger o Ego dos perigos externos e internos.

Desta forma, seu modo de reagir é influenciado pelo princípio do prazer – expandindo –, ou pelo desprazer – contraindo.

“O grau de flexibilidade do caráter, a capacidade de se abrir ou de se fechar ao mundo exterior, depende muito da situação, constituindo a diferença entre uma estrutura orientada para a realidade e uma estrutura de caráter neurótico.” (REICH, 1998, p. 152).

O autor acima destaca ainda, que, em algumas pessoas o enrijecimento ou o encorajamento ocorre na superfície da personalidade, enquanto para outras, pode ocorrer no profundo da personalidade.

O fator determinante depende das condições de regressão e fixação. Portanto, uma personalidade cuja estrutura de caráter proíbe o estabelecimento de uma regulação econômico-sexual da energia, é a condição prévia de uma doença neurótica futura.

A base de reação do caráter neurótico é resposta de que se foi longe demais dentro do que se podia suportar e permitiu ao Ego enrijecer-se de tal maneira impossibilitando a realização de uma vida íntima e sexual pulsante e uma experiência sexual ajustada, portanto, saudável.



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

GLASENAPP, Andresa Leci Corrêa; VOLPI, Sandra Mara. A mulher heterossexual; sua história e a repercussão em seu desempenho sexual. In: VOLPI, José Henrique; VOLPI, Sandra Mara (Org.) CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS, XXII, 2017. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2017. [ISBN – 978-85-69218-02-9]. Disponível em: <www.centroreichiano.com.br/artigos_anais_congressos.htm> Acesso em: ____/____/____.

Sendo assim, avançamos no percurso da história do desenvolvimento feminino e a repercussão em seu desempenho sexual, despedindo-nos da infância para ingressar na adolescência.

Para Berman e Berman (2003), a adolescência é o período de transição da infância para a idade adulta, e é marcada por uma movimentação hormonal, cujas mudanças são internas e externas, desde mudanças físicas até de humores e pela autoconsciência que é o marco da puberdade.

A puberdade visa a transformação da imaturidade rumo a maturidade, incluindo a maturidade sexual que inicia aproximadamente por volta dos 12 anos até aproximadamente os 19 anos. Neste período ocorre também a menstruação nas meninas.

Este é um momento crucial do desenvolvimento da identidade e da educação sexual. Por esse motivo, o diálogo, bem como orientações sobre métodos contraceptivos, opções de preservativos, os risco de gravidez e doenças sexualmente transmissíveis são pertinentes e necessários, pois estudos demonstraram que, quanto mais informação e consciência a jovem tiver acerca da educação sexual, sábias serão suas decisões em seus relacionamentos.

Portanto, nesta fase, há uma diferença clara entre a sexualidade que ela sentia na infância, quando o foco era pautado no que sentia acerca do seu próprio corpo, para a adolescência onde o foco visa relacionar-se com seus sentimentos a respeito de outras pessoas.

Para Volpi e Volpi (2003), o compartilhamento que a jovem faz de seus ideais, vinculando-se cada vez mais com o campo social, sedimentará a chamada constância ou conservação de gênero com a consciência de que seu sexo será sempre o mesmo, para posteriormente assumir seu papel sexual.

No entanto, Andreassa (2011) destaca que o adolescente busca por relacionamentos, e não necessariamente relações sexuais, tratando-se muito mais de um período em que a postura de gênero é fortalecida. Visa também treinar os jogos amorosos de sedução e conquistas.

Todavia, conservando-se o cenário de repetição da repressão da infância para a adolescência, a jovem evoluirá de modo desajeitado e conflituoso para um relacionamento com seu parceiro.

Para os adolescentes, segundo Lowen (1990), a excitação do amor romântico é soberana. Percebe-se quanto o romantismo do jovem combina o desejo de proximidade do bebê, a ludicidade das crianças, e o interesse pela aventura que caracteriza os jovens.



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

GLASENAPP, Andresa Leci Corrêa; VOLPI, Sandra Mara. A mulher heterossexual; sua história e a repercussão em seu desempenho sexual. In: VOLPI, José Henrique; VOLPI, Sandra Mara (Org.) CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS, XXII, 2017. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2017. [ISBN – 978-85-69218-02-9]. Disponível em: <www.centroreichiano.com.br/artigos_anais_congressos.htm> Acesso em: ____/____/____.

No entanto, ainda falta na jovem adolescente o senso de responsabilidade pelas consequências sérias do amor e, quando estiver pronta para assumir essa responsabilidade, terá alcançado o estágio adulto.

Reich (1975) afirma que a gravidade de todas as formas de enfermidade psíquica está relacionada à gravidade da perturbação genital, tanto que, as probabilidades e o sucesso da cura dependem da possibilidade de estabelecer a capacidade para a satisfação genital plena.

Volpi e Volpi (2003) ratificam que o comportamento é uma manifestação muscular, bem como o tom da voz, gesticulações ou mesmo como uma pessoa caminha, significando que o caráter está ligado ao corpo.

Para Reich (*apud* VOLPI; VOLPI 2003), um caráter sem distúrbios nem perturbações seria o que há de mais saudável no modo de viver. Este caráter, ele denominou de genital.

“Ter um caráter genital significa ter a possibilidade da potência orgástica, isto é, ser capaz de no momento mais prazeroso do ato do amor, abandonar-se completamente, morrer no outro e perder por um momento o contato consigo mesmo para se sentir parte da natureza.” (VOLPI; VOLPI, 2003, p. 13).

Como consequência dessa satisfação ou sexualidade saudável, existiriam os efeitos benéficos em outras áreas da vida como: social, profissional e pessoal, porque, afinal, uma pessoa amadurecida teria autoestima fortalecida, capacidade de lidar com desafios sem entrar em colapso, autoconfiança, resolubilidade, capacidade de expressar os próprios sentimentos e pensamentos, de criar a própria história, de ter um equilíbrio de receber e dar nas relações, ser espontânea e assumir as responsabilidades pelas próprias escolhas. (ANDREASSA, 2011, p. 20).

Para Andreassa (2011), conhecer a própria história é a chave para que se compreenda os eventos da vida e se liberte de relacionamentos desgastantes e infelizes. Possibilitando uma caminhada na direção de si mesmo e rumo ao encontro de um investimento sábio, maduro e seguro com um companheiro.

Segundo Lowen (1990), a natureza dotou os seres humanos de meios para reagir e responder a insultos e traumas. Temos a possibilidade de chorar quando nos sentimos magoados, sentir raiva quando fomos traídos, lutar ou fugir quando ameaçados. Tais respostas mantêm nossa integridade para que possamos lidar eficientemente com as vicissitudes da vida.

No entanto, somente quando bloqueadas tais reações, é que nos tornamos deficientes. Um fator intrigante é identificar que os bloqueios que ocorrem na infância e repercutem para a



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

GLASENAPP, Andresa Leci Corrêa; VOLPI, Sandra Mara. A mulher heterossexual; sua história e a repercussão em seu desempenho sexual. In: VOLPI, José Henrique; VOLPI, Sandra Mara (Org.) CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS, XXII, 2017. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2017. [ISBN – 978-85-69218-02-9]. Disponível em: <www.centroreichiano.com.br/artigos_anais_congressos.htm> Acesso em: ____/____/____.

vida adulta são causados pelas mesmas pessoas a quem procuramos para nos proteger e apoiar durante os anos críticos de nossa dependência.

Lowen (1990) acrescenta que o crescimento do organismo humano procede por estágios – iniciando pelo ser bebê, criança, adolescente, adulto – e os reconhecemos porque cada um tem uma qualidade especial. Esses estágios são como camadas: cada uma delas permanece viva e funcionando na pessoa adulta, acrescentando alguma qualidade especial ao conjunto como todo.

Por este motivo, Berman e Berman (2003) destacam que ao se deparar com a mulher queixando-se de suas mazelas no contexto íntimo e sexual, faz-se necessária uma varredura com o objetivo de identificar possíveis problemas de ordem fisiológica, psicológica ou de relacionamento, tais como distúrbio de desejo sexual hipoativo, distúrbio na excitação sexual, níveis disfuncionais hormonais, menor sensibilidade genital, baixa lubrificação vaginal, uso de medicação, cirurgias, problemas emocionais, imagem negativa em relação ao próprio corpo, incapacidade do parceiro de estimulá-la e diálogo inadequado com o parceiro. Assim, é possível orientação e indicação de um tratamento adequado, acolhendo a mulher nos seus aspectos biopsicossocial visando a resolubilidade.

Para Andreassa (2011), quando a pessoa adulta busca investir no processo da terapia, é por se dar conta de que os prejuízos no seu modo de funcionar, seja este estático, rígido e carente de espontaneidade, está por afetar a existência do envolvimento em vários aspectos, especificamente, nos relacionamentos mais íntimos.

A terapia, segundo Lowen (1993), é um processo de ampliação da autoconsciência, de recrudescimento da autoexpressão e de realização do autodomínio, que é a capacidade para conter e sustentar sentimentos fortes.

É uma viagem de autodescobrimento e, Lowen (1986) saliente que, apesar do quebra-cabeça nunca se completar, a imagem ganha em nitidez conforme a terapia evolui. Conhecendo seu passado, a pessoa entra em contato consigo mesma; estar em contato com seu si mesmo é estar em contato com o corpo.

Portanto, recuperar nosso passado é também recuperar nosso corpo resgatando vivacidade.

Numa terapia que tenha por objetivo aumentar ou expandir o estado de ser, deve-se tomar conhecimento do fator dinâmico ou energético. Portanto, mais sensações e mais sentimentos significam mais vitalidade, mais excitação e mais energia no organismo.



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

GLASENAPP, Andresa Leci Corrêa; VOLPI, Sandra Mara. A mulher heterossexual; sua história e a repercussão em seu desempenho sexual. In: VOLPI, José Henrique; VOLPI, Sandra Mara (Org.) CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS, XXII, 2017. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2017. [ISBN – 978-85-69218-02-9]. Disponível em: <www.centroreichiano.com.br/artigos_anais_congressos.htm> Acesso em: ____/____/____.

Para Lowen (1993), a emoção é um movimento do centro para a periferia, onde se expressa em ação. Assim, o impulso da emoção deve alcançar a superfície do corpo para ser vivido como um sentimento, tal como o sentimento de amor é vivenciado como um impulso para alcançar alguém. Portanto, a inibição do movimento através da tensão muscular crônica tem o efeito de suprimir o sentimento.

Consequentemente, a rigidez geral do corpo repercute em amortecimento corporal, comprometendo a respiração, eliminando a mobilidade e dificultando a circulação energética. Normalmente, a respiração é uma atividade inconsciente; no entanto, aprendemos a controlar e suprimir nossos sentimentos tensionando o corpo e inibindo a respiração natural. Desta forma, reduzimos a inspiração de oxigênio, diminuindo a atividade metabólica e decrescendo a energia disponível para o movimento e o sentimento espontâneo.

Lowen (1970) complementa ainda que, a respiração não deve ser dissociada da sexualidade, pois uma respiração limitada e inadequada evita que as sensações sexuais prazerosas propaguem e se espalhem por todo o corpo.

Segundo Reich (1975) a excitação de uma parte do corpo por meio de carícia com amor, excitará outras partes do corpo.

Conforme Lowen (1986), a irrupção da vida é precedida por um longo período de preparação e quase sempre é súbita sua vinda à tona por meio de um processo que antes transcorreu oculto num aspecto aparentemente mágico. Contudo, é precisamente esta qualidade de vida, sua magia, sua criatividade, seu júbilo, sua exuberância, seu lado explosivo, que nossa cultura doentia tenta suprimir.

Portanto, Andreassa (2011), reitera que, para mudar a cultura vigente, é necessário viver, desde a infância, uma educação emocional que priorize o respeito, o autoconhecimento e a autovalorização para ajudar pais e filhos a se relacionarem melhor, e filhos que sejam criados por pessoas maduras para, que de fato, seja possível desenvolver uma sociedade mais íntegra e respeitosa.

Ao contrário, estarão perpetuando-se seres imaturos ou incompletos que precisarão encontrar e até aniquilar a outra metade para se tornarem inteiros, pois a imaturidade como incompletude faz a pessoa esperar que a outra a complete e a faça feliz, projetando as responsabilidades da própria felicidade ou infelicidade e criando o drama dos relacionamentos modernos.

A autora complementa ainda que, para amadurecer, levando em conta que o desenvolvimento não foi perfeito, é necessária habilidade para lidar com as carências e



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

GLASENAPP, Andresa Leci Corrêa; VOLPI, Sandra Mara. A mulher heterossexual; sua história e a repercussão em seu desempenho sexual. In: VOLPI, José Henrique; VOLPI, Sandra Mara (Org.) CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS, XXII, 2017. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2017. [ISBN – 978-85-69218-02-9]. Disponível em: <www.centroreichiano.com.br/artigos_anais_congressos.htm.> Acesso em: ____/____/____.

compreender melhor a si mesmo, bem como as necessidades, desejos, capacidades e recursos, assumindo a própria vida e trabalhando ativamente pela manutenção.

Logo, compreende-se que ampliar o olhar e a consciência acerca de pontos e contrapontos, mobilizando-se rumo a um propósito de mudança, é um investimento adequado e necessário para estar em ressonância com a própria natureza.

REFERÊNCIAS

- ANDREASSA, E. **Amar é para equilibristas**: como harmonizar conflitos e expectativas para ser feliz no amor. Curitiba: Centro Reichiano, 2011.
- BERMAN, J.; BERMAN, L. **Só para mulheres**. Rio de Janeiro: Record, 2003.
- FREUD, S. **O Ego e o Id e outros trabalhos** (1923 – 1925). Rio de Janeiro: Imago, 1996.
- LOWEN, A. **Prazer**: uma abordagem criativa da vida. São Paulo: Círculo do Livro, 1970.
- LOWEN, A. **O medo da vida**: caminhos da realização pessoal pela vitória sobre o medo. São Paulo: Summus, 1986.
- LOWEN, A. **Amor, sexo e seu coração**. São Paulo: Summus, 1990.
- LOWEN, A. **Narcisismo**: negação do verdadeiro *self*. 9ª ed. São Paulo: Cultrix, 1993.
- REICH, W. **A função do orgasmo**. 15ª ed. São Paulo: Brasiliense, 1975.
- REICH, W. **Análise do Caráter**. 3ª ed. São Paulo: Martins Fontes, 1998.
- VOLPI, J. H.; VOLPI, S. M. **Crescer é uma aventura!** Desenvolvimento emocional segundo a Psicologia Corporal. 2ª ed. Curitiba: Centro Reichiano, 2008.
- VOLPI, J. H.; VOLPI, S. M. **REICH**: da Vegetoterapia à descoberta da energia orgone. Curitiba: Centro Reichiano, 2003.

AUTORA e APRESENTADORA

Andresa Leci Correa Glasenapp / Jaraguá do Sul / SC / Brasil

Terapeuta Ocupacional (– CREFITO-11177) pela ACE, Pós-graduada em Neurologia (Ênfase Pediatria) pelo IBRATE/PR, Pós-graduada em Psicomotricidade Relacional pelo CIAR/PR, Especialista em Psicologia Corporal na categoria clínica pelo Centro Reichiano/PR.

E-mail: toandresa@yahoo.com.br

ORIENTADORA

Sandra Mara Volpi / Curitiba / PR / Brasil

Psicóloga (CRP-08/5348) pela PUC-PR, Analista Bioenergética (CBT) e Supervisora em Análise Bioenergética (IABSP), Especialista em Psicoterapia Infantil (UTP) e Psicopedagogia (CEP-Curitiba), Mestre em Tecnologia (UTFPR), Diretora do Centro Reichiano, em Curitiba/PR.

E-mail: sandra@centroreichiano.com.br