



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

GONÇALVES, Márcia C. Lavaqui. Os três corpos da unidade psicopostural na terapia morfoanalítica. In: VOLPI, José Henrique; VOLPI, Sandra Mara (Org.) 24º CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2019. [ISBN – 978-85-69218-04-3]. Disponível em: <http://centroreichiano.com.br/anais-dos-congressos-de-psicologia/> Acesso em: ____/____/____.

OS TRÊS CORPOS DA UNIDADE PSICOPOSTURAL NA TERAPIA MORFOANALÍTICA

Márcia C. Lavaqui Gonçalves

RESUMO

A Unidade Psicopostural é a íntima relação entre o desenvolvimento psicoafetivo, a imagem do corpo e a postura. Esta forma de ver e tratar a pessoa foi desenvolvida por Serge Peyrot, fisioterapeuta e terapeuta psicocorporal desde a década de 80 na França a partir de sua formação com Mèzières e de sua formação com Jean Sarkissov, psicanalista suíço. Experimentar os conceitos de Corpo Real, Corpo Sensorial e Corpo Emocional e sua clínica integrada utilizada na Terapia Morfoanalítica é a proposta de vivência neste laboratório.

Palavras-chave: Postura, Cadeias Musculares, Terapia Morfoanalítica, Psicoterapia, Global.

Gostaria de começar trazendo um pequeno histórico da Terapia Morfoanalítica.

Serge Peyrot, o criador deste método, é fisioterapeuta e desde o início interessou-se pela globalidade da pessoa. A partir da sua formação com MM Mézières, seguiu trabalhando com muitos pacientes na proposta Meziéristas de tratar a partir das cadeias musculares, mas foi observando que não bastava tratar apenas do corpo, pois os pacientes tinham uma demanda clínica que ia além das cadeias musculares. Começou os estudos psicanalíticos e foi adaptando o quadro em função das necessidades dos pacientes.

Hoje é uma Terapia Psicocorporal Global Analítica, dirigida a todos os aspectos do ser humano, onde o corpo é tratado globalmente, considerando-se o indivíduo como um todo: físico, emocional e proprioceptivo.

Em vista de todos estes aspectos podemos dizer que é contemporânea, pois vemos que atualmente as pessoas procuram terapias integradoras, que associam os sintomas físicos com seu modo de ser e viver.

Biomecanicamente a TM parte do princípio Meziéristas. Para quem não sabe, Mézières foi uma fisioterapeuta francesa precursora da visão que temos hoje do equilíbrio corporal e das cadeias musculares utilizadas nas técnicas e terapias corporais contemporâneas.

Basicamente o que ela nos ensinou é que os ossos estão onde estão porque os músculos, ligamentos, fáscias e aponeuroses os mantêm lá, e que estes músculos estão organizados em cadeias.



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

GONÇALVES, Márcia C. Lavaqui. Os três corpos da unidade psicopostural na terapia morfoanalítica. In: VOLPI, José Henrique; VOLPI, Sandra Mara (Org.) 24º CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2019. [ISBN – 978-85-69218-04-3]. Disponível em: <http://centroreichiano.com.br/anais-dos-congressos-de-psicologia/> Acesso em: ____/____/____.

É o equilíbrio tônico destas cadeias que permite o alinhamento corporal. Como são indissociáveis na estática e no movimento, sempre que encontramos um excesso de tensão num só músculo, este excesso vai repercutir em toda a cadeia e desorganizar o equilíbrio.

Mas não podemos esquecer que o aparelho motor é também sensorial. Espalhados na pele, ossos, músculos e articulações têm milhares de receptores proprioceptivos encarregados de nos informar sobre tamanho, peso, forma e lugar das partes e do todo do nosso corpo. Apesar disto, a maioria de nós é incapaz de sentir, por exemplo, a forma e a localização das vértebras da coluna, normalmente o que se percebe é a dor. cremos com frequência que o fato de existirmos já garante que saibamos nos localizar no nosso corpo. Mas isto não é assim tão óbvio nem tão simples como parece. Percebemos isto quando trabalhamos com o corpo, o toque, as sensações e a consciência proprioceptiva. Deparamos-nos com a grande dificuldade de colocar no lugar uma parte que nem sei bem onde está.

Estas questões são interessantes e levam a refletir sobre como se desenvolve então esta consciência de si mesmo, do seu corpo. Temos que nos reportar ao início e ao desenvolvimento da consciência de SER.

No início da vida psíquica não existe integração das sensações corporais, o corpo não é um corpo único, mas fragmentado, partes desconectadas que se percebe de forma difusa.

Também não existe um Eu constituído.

Este estado de não integração corporal, sensorial, e psico-afetivo do início, vão se estruturando e se integrando ao longo da vida e começa desde o nascimento. É o *processo de integração do EU*. Esta integração conta com o valioso apoio das diferentes experiências corporais- sensoriais- e afetivas que o bebê vive com seu entorno maternal. São nos momentos de contato corporal que a mãe dá ao seu bebê no dia-a-dia cada vez que o troca, embala, amamenta, brinca em comunicação psíquica e sensorial com ele, que ele pode viver experiências de reunião corporal-sensorial-afetiva.

Com esta mãe suficientemente presente e continente das partes e sentimentos fragmentados, o bebê pode perceber gradativamente que o que ele percebe dela a cada momento, - seios, olhos, sons, cheiro...- são na verdade partes integrantes de um ser único - a mãe. Este processo vai permitir que, estando a mãe em vínculo com seu bebê, ele possa se identificar com ela e aos poucos introjetá-la. Vemos que a identificação com uma pessoa inteira e a introjeção da mesma é que dá a força de ligação capaz de unir os fragmentos num todo.



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

GONÇALVES, Márcia C. Lavaqui. Os três corpos da unidade psicopostural na terapia morfoanalítica. In: VOLPI, José Henrique; VOLPI, Sandra Mara (Org.) 24º CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2019. [ISBN – 978-85-69218-04-3]. Disponível em: <http://centroreichiano.com.br/anais-dos-congressos-de-psicologia/> Acesso em: ____/____/____.

Pouco a pouco o bebê que se apoia sobre a compreensão psíquica da mãe, sobre sua empatia e sobre as interpretações corporais e verbais que ela lhe dá, vai construir seu próprio aparato de pensar.

O corpo serve de apoio para acessar um nível mais sutil, o da palavra.

A palavra que se sustenta está conectada a um corpo que sente. E as palavras são à base do pensamento. Mas pensar não se resume a criar conceitos lógicos a respeito dos fenômenos que nos cercam. Significa saber estabelecer uma relação estreita entre uma emoção e a palavra que a representa de modo a poder expressar-se. É a mãe quem vai estabelecer esta ligação entre o que se sente e o significado simbólico (palavra), quando dá uma interpretação ao mesmo tempo corporal e verbal ao seu bebê, por exemplo: quando o bebê chora de fome, ele não sabe que é de fome, sente uma dor difusa e até mesmo angustiante. A mãe chega e diz: - Meu bebê tem fome! Ela dá sentido e significado à dor que vem *do* corpo, localiza *no* corpo e acalma.

Observamos um contínuo processo de integração entre os aspectos corporais, sensoriais, e psico-afetivo. É este processo de integração que constrói o que chamamos de UNIDADE PSICOPOSTURAL - o que entendemos como a íntima relação entre o desenvolvimento psico-afetivo, a imagem do corpo e a postura. A partir desta Unidade Psicopostural é que somos reconhecidos como nós somos, nossa maneira de andar, falar, nossos gestos, nossa maneira de nos relacionarmos.

Porém, da mesma forma que tudo pode seguir no caminho da integração, podem surgir dificuldades neste desenvolvimento, lacunas. Estas dificuldades poderão ser expressas na forma de sofrimentos físicos e/ou psíquicos, e a pessoa vai expressá-las como pode: corporalmente ou psiquicamente.

A emoção, que significa mover para fora, é a expressão de um sentimento. Normalmente é processada pelo pensamento que decifra o que causou esta turbulência interna. Mas o pensamento como meio de processar sentimentos tem seu limite. Se este limite for ultrapassado por uma carga excessiva de afetos, estes acabarão transbordando. É quando pode surgir o sofrimento psíquico.

A emoção também pode ser suprimida, então não há a expressão do sentimento, e nenhum processo de elaboração interna. Na verdade a emoção só foi suprimida do consciente por uma contra-ação, e fica gravada (imobilizada) em cada tensão ou retração muscular de



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

GONÇALVES, Márcia C. Lavaqui. Os três corpos da unidade psicopostural na terapia morfoanalítica. In: VOLPI, José Henrique; VOLPI, Sandra Mara (Org.) 24º CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2019. [ISBN – 978-85-69218-04-3]. Disponível em: <http://centroreichiano.com.br/anais-dos-congressos-de-psicologia/> Acesso em: ____/____/____.

defesa. Este é o processo de SOMATIZAÇÃO, onde o corpo e seus órgãos expressarão o que a mente não teve condições de representar por meio de palavras.

Ficamos presos numa ESTRUTURA MUSCULAR DE COMPORTAMENTO, que é a tradução ao nível corporal, das estruturas psíquicas inconscientes. Verdadeiras couraças musculares, que desorganizam o equilíbrio corporal.

Quando encontramos um paciente somatizador, quase nunca há a consciência do aspecto emocional que está presente. O processo de somatização é inconsciente, uma defesa contra a angústia dos afetos vividos, portanto o conteúdo emocional contido em cada tensão também o é. Ora, já se somatizou porque não dava para ser consciente, então, para ficar mesmo no inconsciente é preciso também afastar-se do corpo, o receptáculo do conteúdo emocional que angustia. A pessoa passa a viver num corpo empobrecido de sensações, desvitalizado, é mais fácil, se não sinto o mal não tenho o mal, e só poderá percebê-lo através de estímulos fortes - a DOR.

Na Terapia Morfoanalítica, trabalhamos todos os elementos vistos até agora: o corpo, o esquema corporal, a propriocepção, as emoções, baseado em três pilares essenciais:

CORPO REAL

CORPO EMOCIONAL

CORPO SENSORIAL

O Corpo Real é o instrumento privilegiado do nosso trabalho. São os músculos, ossos, ligamentos, fáscias, é o corpo que podemos medir, testar, pesar, radiografar, fotografar. Este corpo evolui ao longo dos anos a partir dos sistemas biofisiológicos que o determinam. Trabalhamos particularmente o sistema músculo-aponeurótico, já que é o principal responsável pela nossa morfologia e das nossas deformações posturais. Temos a nossa disposição várias técnicas corporais que permitem liberar as velhas estruturas musculares de comportamento.

Utilizamos as posturas de estiramento muscular global. É um trabalho muito delicado, muito preciso que permite esticar todas as cadeias musculares ao mesmo tempo, como se puxássemos os fios de uma teia de aranha. O paciente é ativo fisicamente e mentalmente, sua consciência está no lugar do corpo, á escuta de suas sensações proprioceptivas. Pouco a pouco ele vai encontrar suas tensões e vive-las para melhor liberar-se delas.

Fazemos um trabalho respiratório profundo de decrispação diafragmática, frequentemente associado ao trabalho de som ou a massagens específicas. O desbloqueio respiratório é fundamental.



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

GONÇALVES, Márcia C. Lavaqui. Os três corpos da unidade psicopostural na terapia morfoanalítica. In: VOLPI, José Henrique; VOLPI, Sandra Mara (Org.) 24º CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2019. [ISBN – 978-85-69218-04-3]. Disponível em: <http://centroreichiano.com.br/anais-dos-congressos-de-psicologia/> Acesso em: ____/____/____.

Utilizamos técnicas de mobilização de todos os segmentos do corpo. O paciente toma frequentemente consciência de sua dificuldade para não controlar e promove uma grande liberação ao nível articular, harmonização do tônus muscular e um profundo relaxamento.

Utilizamos também diferentes técnicas de massagem. O terapeuta deve saber trabalhar tanto com massagens globais envolventes quanto com massagens mais profundas que trazem confrontação com os pontos de maior tensão do corpo.

O Corpo Sensorial é o corpo subjetivo, o corpo que sente, que vibra, que tem prazer, é o corpo que toca e está sendo tocado. É o corpo sujeito que exerce sua consciência no momento que sente subjetivo, pois cada um se representa internamente, embora muitas vezes esta representação não corresponda ao corpo real, é o corpo da consciência proprioceptiva.

O terapeuta Morfoanalista solicita particularmente as sensações da pele, dos ossos, dos órgãos internos, e de maneira geral as diversas percepções corporais de peso, comprimento, de volume,... sem esquecer as percepções visuais, auditivas e olfativas.

O terceiro corpo do nosso quadro de trabalho é o Corpo Emocional. É o corpo que desde o início da vida tem acumulado as lembranças, as experiências e os traumatismos físicos e emocionais. Essa memória corporal/emocional está inscrita principalmente nos nossos músculos, pele, e nos tecidos que permitem inter-relações com o mundo externo.

Estes três corpos funcionam como uma unidade, a UNIDADE PSICOPOSTURAL, são complementares e interdependentes. Não podemos modificar um sem necessariamente interferir com os outros dois, são aspectos da mesma realidade. Vimos que a nossa postura é o reflexo de nossa vida interior, reflexo do processo de integração do eu. Isto é importante, quer dizer que as estruturas musculares estão sendo influenciadas pelo corpo emocional e pelo corpo proprioceptivo. Como o corpo sensorial está também sob influência do corpo real e do corpo emocional, quanto mais apagado ou distorcido o corpo sensorial, mais estamos bloqueados física, afetiva e relacionalmente.

É primordial que o terapeuta saiba trabalhar com os três corpos ao mesmo tempo, e em função do vivenciado no momento da sessão e, em função da dinâmica da relação transferencial, o terapeuta pode trabalhar preferencialmente com o corpo real, corpo sensorial ou com o corpo emocional. Com a evolução do tratamento, na medida em que o paciente aumenta a consciência de si mesmo e do seu corpo ele vai aproximando sua realidade interna da sua realidade externa. Graças a essa integração contínua do trabalho corporal, emocional e



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

GONÇALVES, Márcia C. Lavaqui. Os três corpos da unidade psicopostural na terapia morfoanalítica. In: VOLPI, José Henrique; VOLPI, Sandra Mara (Org.) 24º CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2019. [ISBN – 978-85-69218-04-3]. Disponível em: <http://centroreichiano.com.br/anais-dos-congressos-de-psicologia/> Acesso em: ____/____/____.

verbal, o paciente vai tomando consciência do significado inconsciente da somatização, dando lugar para a expressão emocional e soltando a carga energética contida no sintoma.

Todas as técnicas utilizadas são suaves, nunca agressivas. O TOQUE E A EMPATIA são elementos fundamentais do trabalho, poderosos reparadores do EU corporal, tem o efeito curativo e humano que o paciente espera receber. Ser tocado evoca a memória afetiva arcaica, pois é a primeira experiência de relação com o outro. A qualidade empática e o nível mais profundo dessa comunicação é um veículo indispensável para que a técnica atue eficazmente em todos os níveis do Ser. O tato é a primeira linguagem, ver e compreender vem depois do sentir.

A relação terapeuta paciente é o elemento realmente transformador.

No quadro terapêutico Morfoanalítico, o terapeuta deve ter disponibilidade para acolher o paciente com sua demanda através dos cuidados corporais, e pela qualidade de sua presença, em contato com a pessoa inteira que o procura. Junto com a estrutura harmoniosa do quadro isto favorece a entrega, sem que haja necessidade de forçar as defesas do paciente. Quando o paciente percebe o terapeuta que o acompanha integralmente em todos os níveis, dando-lhe interpretações ao mesmo tempo corporais e verbais, experimenta momentos de reunião corporal-sensorial-afetiva, como os que viveu no passado. Neste momento podem surgir lembranças, pensamentos e emoções que poderão ser compreendidas e elaboradas no presente, liberando o paciente da estrutura muscular que o mantinha preso a posturas físicas e psíquicas de comportamento.

Pouco a pouco, as velhas estruturas psicomusculares de comportamento, decodificadas, apagam-se, dando lugar à espontaneidade. É um caminho de transformação morfológica, que conduz à unidade física e psíquica, permitindo encontrar a relação justa consigo mesmo e com os outros, com seu próprio corpo, aqui e agora.

REFERÊNCIAS

- PEYROT, S. **Tensões musculares, postura e historia emocional**. In: Revista Brasileira de Terapia Morfoanalítica: Movimento Morfoanalítico. 2006; 3 (1): 11-26.
- MIGNARD, P. **Da sensação de verticalidade ao sentimento de prumo na vida**. Revista Brasileira de Terapia Morfoanalítica: movimento morfoanalítico. 2010; 1: 9-15.



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

GONÇALVES, Márcia C. Lavaqui. Os três corpos da unidade psicopostural na terapia morfoanalítica. In: VOLPI, José Henrique; VOLPI, Sandra Mara (Org.) 24º CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2019. [ISBN – 978-85-69218-04-3]. Disponível em: <http://centroreichiano.com.br/anais-dos-congressos-de-psicologia/> Acesso em: ____/____/____.

AUTORA E APRESENTADORA

Márcia Castanho Lavaqui Gonçalves / São Paulo / Brasil

Terapeuta Psicocorporal Morfoanalista / 1998. Formação direta com Serge Peyrot, Coordenadora e Assistente de Formação em Terapia Morfoanalítica no Brasil, Terapeuta Didata e Supervisora, Fisioterapeuta / 1983, especialização em Psicodrama Pedagógico, especialização em Psicossomática Psicanalítica pelo Instituto Sedes Sapientiae em SP, membro do Departamento de Psicossomática Psicanalítica do Instituto Sedes.

E-mail: marcia.lavaqui@hotmail.com

Este artigo veio acompanhado da DECLARAÇÃO DE CIÊNCIA DA NÃO VIOLAÇÃO DE DIREITOS AUTORAIS DE TERCEIROS, de posse do Centro Reichiano.