



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

MANCINI Ellen, F. M; LIED, Natália, D. B. S; VOLPI, José Henrique. Programa perinatal psico-corporal: um olhar para a importância da dinâmica em grupo. In: VOLPI, José Henrique; VOLPI, Sandra Mara (Org.) 25º CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2022. [ISBN – 978-65-89012-02-3]. Disponível em: <https://www.centroreichiano.com.br/anais-dos-congressos-de-psicologia/> Acesso em: ____/____/____.

PROGRAMA PERINATAL PSICO-CORPORAL: UM OLHAR PARA A IMPORTÂNCIA DA DINÂMICA EM GRUPO

Ellen Fabiane Mancini
Natália Drulla Brandão de Souza Lied
José Henrique Volpi

RESUMO

Visando a saúde física, emocional e energética de gestantes, tanto no pré-natal quanto no puerpério, baseado nas teorias que alicerçam a Psicologia Corporal, elaboramos um projeto de trabalho terapêutico de abordagem psico-corporal, em que o público alvo pretendeu envolver um grupo de gestantes e mães. Realizar um programa perinatal psico-corporal focando em dinâmicas aplicadas em grupo é uma oportunidade para que famílias entrem em contato com teoria e práticas corporais como forma de reconhecerem seus conflitos emocionais. Isso é feito através de exercícios que fortaleçam a vitalidade e o vínculo mãe-bebê ao longo da gravidez e puerpério.

Palavras-chave: Humanização. Maternidade. Nascimento. Parto. Perinatalidade.

INTRODUÇÃO

O interesse pelo assunto partiu da necessidade de acolher e respeitar, desde o início da gestação até o puerpério, os processos do parto fisiológico, garantindo que a gestante possua autonomia e consciência de suas escolhas diante de sua experiência singular. Diante desta demanda, as autoras elaboraram um projeto de Programa Perinatal baseando a intervenção no arcabouço teórico da Psicologia Corporal.

O tema abordado pelo presente artigo, de forma geral, possui ampla ressonância com a vivência das autoras. Natália, mãe de dois filhos, atua profissionalmente como doula e facilita aulas de yoga e de dança para gestantes e mães com bebês. Ellen, mãe de quatro filhos, psicóloga e professora de música, desenvolve pesquisas a respeito da vivência da maternidade.

Partindo da relevância e considerando o caráter profilático e atual da pesquisa, desenvolvemos um programa prático terapêutico que teve como objetivo contribuir com a saúde emocional e energética da díade mãe-bebê, pelo viés da humanização do nascimento e o surgimento da mãe e do pai como sujeitos conscientes do ser e sentir das funções maternas e paternas.



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

MANCINI Ellen, F. M; LIED, Natália, D. B. S; VOLPI, José Henrique. Programa perinatal psico-corporal: um olhar para a importância da dinâmica em grupo. In: VOLPI, José Henrique; VOLPI, Sandra Mara (Org.) 25º CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2022. [ISBN – 978-65-89012-02-3]. Disponível em: <https://www.centroreichiano.com.br/anais-dos-congressos-de-psicologia/> Acesso em: ____/____/____.

A maternidade possui peculiaridades no que diz respeito à condição física, psíquica e social da mulher. O útero é o primeiro ambiente experienciado pelo bebê, durante toda a gestação, sendo influenciado pela estrutura de caráter dos pais e pela pulsação energética que acontece a partir do contato do meio.

Como é possível desenvolver a autopercepção das mulheres e dos seus recursos para alcançar o relaxamento e o prazer para o parto? Como lidar com as tensões, privação do sono e exaustão no puerpério e ao mesmo tempo manter pulsante o campo energético entre mãe e bebê? Como preparar a mãe em sua mente, corpo e espírito para um bom parto, puerpério e parentalidade? Essas são algumas das questões que puderam nortear esse trabalho.

A proposta do programa terapêutico foi criar uma metodologia para oferecer durante encontros de acolhimento para um grupo de gestantes com acompanhantes em formato de workshop de um final de semana ou em ciclo de encontros menores, envolvendo a perinatalidade – período que compreende todo ciclo gravídico-puerperal, ou seja a concepção, gestação, parto e puerpério. Visando a prevenção da neurose durante a gestação e proporcionando a flexibilização das couraças através de exercícios que fortalecem a vitalidade, movimento e energia.

Para isso, selecionamos técnicas da Vegetoterapia e práticas da Análise Bioenergética para flexibilização da pélvis e pescoço, massagens e respirações guiadas. A escolha disso se deu em virtude da pélvis ser a região que abriga o bebe e precisa estar bem energizada e solta para o momento do parto. Navarro (2013), afirma que pélvis e pescoço possuem uma complementação quando falamos em *self-control*. O bloqueio energético nesses dois níveis está diretamente relacionado à dificuldade em abandonar-se, o que prejudica um fácil desenvolvimento do parto.

Uma das técnicas que o Programa tinha como objetivo era apresentar às gestantes e acompanhantes a massagem shantala, a ser praticada com os bebês em que auxilia na diminuição das cólicas, na circulação sanguínea, na melhora do sono. Leboyer (2009) trouxe da Índia este conhecimento e reforçou a importância do toque para fortalecer o vínculo mãe-bebê e contribuir com a saúde emocional e energética de ambos.

A seguir, descrevemos algumas técnicas, bem como as referências dos autores, que durante o programa seriam abordadas para auxiliar no desbloqueio das tensões musculares e descontrair para liberar a descarga da excitação e da tensão.



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

MANCINI Ellen, F. M; LIED, Natália, D. B. S; VOLPI, José Henrique. Programa perinatal psico-corporal: um olhar para a importância da dinâmica em grupo. In: VOLPI, José Henrique; VOLPI, Sandra Mara (Org.) 25º CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2022. [ISBN – 978-65-89012-02-3]. Disponível em: <https://www.centroreichiano.com.br/anais-dos-congressos-de-psicologia/> Acesso em: ____/____/____.

Navarro (2013), propunha a Vegetoterapia pré-natal, assegurando a espera e a acolhida do recém-nascido e o relaxamento da pélvis para redução do medo e da ansiedade. Na Somatopsicodinâmica da gravidez e do parto - propõem o *acting* da cauda (movimento da bacia) tornando a pélvis disponível, o *acting* do diafragma (respiração plena, com uma pausa antes de retomar uma outra inspiração, sendo que a expiração deve ser sonora e vocalizada com a vogal “a”), e o *acting* do abdômen (respiração nasal, inspirando-se pelo nariz e expirando-se pelo nariz, mostrando os dentes ao mesmo tempo)

Seguindo a Bioenergética, no programa se orienta o *GROUNDING* – com finalidade de proporcionar base, com pernas firmes ao chão e superando a ansiedade de cair ou fracassar. Como de movimentos para soltar a pélvis e para a abertura dos sentimentos de ordem sexual como também para facilitar a passagem para baixo, pelas pernas, de toda pressão exercida de cima possibilitando a descarregar de tensões.

É necessário tornar-se consciente da maneira de ficar de pé, com joelhos flexíveis que possibilitem a excitação ou dos sentimentos fluírem através das pernas até os pés. Conforme Lowen (1982), um corpo mais ativo e responsivo é ter joelhos, ombros e barriga descontraídos. E propôs o seguinte movimento do qual no programa perinatal tomamos como base: Pernas vibrarem – posição de flexão à frente. 1) Mãos tocando o chão e os joelhos levemente fletidos. 2) Alternar entre dobrar-se para trás e para a frente. 3) deitar-se de costas no chão e erguer as pernas para o ar. Por que vibração? Para experienciar e usufruir movimentos involuntários, da expressão da vida e força vibrante, espontânea e criativa.

Balaskas (2014) cita a importância de permitir vocalizar, relaxando o maxilar, ombros, peito, pernas e pelve, e indica séries de exercícios de yoga e respiração para a flexibilização e liberação de tensões e que isso contribui para o parto ativo.

Para Eva Reich (1998), as doenças físicas e espirituais podiam ser evitadas através de um trabalho de conscientização dos indivíduos, o que originou seu reconhecido trabalho de prevenção da neurose.

Pensando nestas relações do corpo e emoções, sensações e pensamentos foi que criamos um programa em que possibilitasse a mulher conscientemente fosse preparada em seu corpo, mente e espírito para o parto e puerpério, permitindo a ela se sentir cada vez mais confiante e segura das transformações desta fase perinatal.



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

MANCINI Ellen, F. M; LIED, Natália, D. B. S; VOLPI, José Henrique. Programa perinatal psico-corporal: um olhar para a importância da dinâmica em grupo. In: VOLPI, José Henrique; VOLPI, Sandra Mara (Org.) 25º CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2022. [ISBN – 978-65-89012-02-3]. Disponível em: <https://www.centroreichiano.com.br/anais-dos-congressos-de-psicologia/> Acesso em: ____/____/____.

PROGRAMA PERINATAL PSICO-CORPORAL

Estabelecer um programa de acompanhamento perinatal, dando a oportunidade de assistência terapêutica é vislumbrar a experiência satisfatória do binômio mãe-bebê. Quando uma mulher se sente compreendida e recebendo apoio seu corpo-mente relaxam. Portanto, a profilaxia na preparação para o nascimento envolve práticas de apoio físico e emocional. Nos encontros do nosso programa, a proposta era aflorar a percepção e os recursos pessoais utilizados para alcançar o relaxamento e o prazer; na identificação e no desfazer tensões; nas sequências de respiração, nas posturas corporais e massagens.

Considerando o útero como a primeira morada, para a busca de um ambiente acolhedor que favoreça o desenvolvimento do bebê, é fundamental pensarmos a saúde psíquica e energética da mãe como a variável mais importante neste processo. Segundo Navarro (1996), o sistema nervoso neurovegetativo do bebê, ao receber a influência de cargas excessivas de adrenalina, reage com a contração do organismo, causando o bloqueio da circulação plasmático-energética normal, portanto, para favorecer a qualidade da densidade energética para o desenvolvimento do feto é necessário criar um ambiente mais receptivo, pulsante e acolhedor. Para Reich (2013), se a carga orgonótica da mãe se apresenta elevada antes do período gestacional, o útero apresentará condições bioenergéticas favoráveis para o desenvolvimento orgânico do embrião.

Deste modo, para possibilitar a aplicação do programa foi criada uma metodologia que pudesse prevenir neuroses e flexibilizar corações contribuindo para a mulher ser, sentir e se expressar em sua feminilidade e sexualidade em plenitude na vivência do parto e pós-parto, no receber o bebê com apoio e afeto, no cuidado e criação de seus filhos com oferta de calor e energia no contato, no toque, com coerência corporal, presença e fluidez das emoções.

No período gestacional organismo do feto é predominantemente hormonal e a atuação do medo, que possui sua origem no sistema neurovegetativo, causa a contração do organismo, fazendo com que o fluxo energético seja bloqueado. Um útero hiporgonótico (baixa energia) pode originar várias neuropatias, advindas da concentração de energia na base do cérebro, onde se encontram os nervos viscerais vitais. Logo após o nascimento, as doenças psicossomáticas podem ser consequência da exposição ao medo, portanto, para Navarro (2013) o medo provoca a contração como mecanismo de defesa, sendo assim, a origem de patologias.



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

MANCINI Ellen, F. M.; LIED, Natália, D. B. S; VOLPI, José Henrique. Programa perinatal psico-corporal: um olhar para a importância da dinâmica em grupo. In: VOLPI, José Henrique; VOLPI, Sandra Mara (Org.) 25º CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2022. [ISBN – 978-65-89012-02-3]. Disponível em: <https://www.centroreichiano.com.br/anais-dos-congressos-de-psicologia/> Acesso em: ____/____/____.

A respeito disso, Navarro (2013, p. 12) afirma que “A emoção primária de consequência negativas é o medo (que no fundo é sempre o medo de morrer, ou melhor, de não viver agradavelmente. O medo é a base de cada patologia como elemento determinante e/ou desencadeante da condição de contração como mecanismo de defesa...” e que o seu domínio no feto é neurovegetativo visto que o terreno biológico neste período é de predominância hormonal.

Logo em seguida Navarro afirma que “... para garantir a sobrevivência do feto a energia vai concentrar-se nas células da base do cérebro (o cérebro reptiliano, segundo Maclean), isto é, a zona diencéfalo-hipofisária onde estão localizados os centros nervosos viscerais vitais, reassegurando-lhe o funcionamento para a vida”. Essas condições, somadas ao terreno hiporgonótico que se instaurou, favorece a manifestação de algumas neuropatias, autismo e tumores malignos irrecuperáveis. Já no período neonatal, em que o campo energético é simbiótico, o medo pode dar origem às doenças psicossomáticas.

Reich (1989, p. 16) afirma que “Se a mãe apresentar um campo energético fraco, o bebê também não estará bem corporalmente”. A influência da energia localizada no útero é preponderante para o desenvolvimento do feto. Um útero hiporgonótico derivado de fatores como estresse, medo e ansiedade compromete a vitalidade do embrião, gerando problemas em seu desenvolvimento tanto físico quanto emocional. Para Navarro (1996), a psique do embrião começa a se formar logo na concepção quando as cargas energéticas dos pais se fundem, influenciando seu desenvolvimento. Qualquer tipo de estresse, ameaça de aborto ou emoções danosas para da mãe, são responsáveis por um “grave estado de baixa energia vital” (hiporgonia total), desencadeando no embrião mecanismos de defesa que se manifestam através de patologias diversas. No período fetal, com o desenvolvimento do sistema neurovegetativo, ativa-se, como defesa do feto ao estresse, um mecanismo de contração do organismo, que se fecha para o exterior e “bloqueia a circulação plasmático-energética normal” (NAVARRO, 1996), ocasionando uma hiporgonia de tipo desorgonótico (baixa carga energética desorganizada). A energia, então, passa a se acumular no cérebro reptiliano (responsável pelas funções vitais). Observa-se também o deslocamento de energia para o alto da região umbilical deixando-a hiporgonótica, fazendo com que o feto perca o “contato” com o útero da mãe, reduzindo o campo energético, caracterizando assim o núcleo psicótico intra-uterino. No quarto ou quinto mês de gestação começa a se delinear “um eu fetal”, capaz de ouvir e ver, mas de predominância auditiva.



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

MANCINI Ellen, F. M; LIED, Natália, D. B. S; VOLPI, José Henrique. Programa perinatal psico-corporal: um olhar para a importância da dinâmica em grupo. In: VOLPI, José Henrique; VOLPI, Sandra Mara (Org.) 25º CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2022. [ISBN – 978-65-89012-02-3]. Disponível em: <https://www.centroreichiano.com.br/anais-dos-congressos-de-psicologia/> Acesso em: ____/____/____.

Observamos o quão danoso para o bebê um útero hiporgonótico pode ser. Podemos perceber que, enquanto a mãe atravessa esse período de metamorfose em relação à sua identidade, o feto está a todo instante, suscetível a qualquer variação energética, hormonal e emocional que venha dela.

Nos primeiros três meses, enquanto o pequeno embrião se desenvolve dentro de um ambiente que deve prover afeto e calor, a mãe se encontra em um processo de transformação da nova identidade, enquanto o feto está suscetível aos estímulos físico-químicos-energéticos provenientes da mãe, essa relação com o meio é responsável pela formação do novo indivíduo e sua subjetividade.

Segundo Volpi e Volpi:

Durante toda a gestação e primeiros anos de vida, a criança mantém a sua relação com o meio ambiente a partir do sentir, o qual, de um ponto de vista mais sutil, corresponde aos movimentos plasmáticos do organismo, onde o fluxo dos líquidos se altera segundo os movimentos de expansão e contração de órgãos e vísceras, movimentos estes determinados pela prevalência do sistema nervoso simpático e parassimpático. A criança possui um sistema energético que está em contínua interação com o meio ambiente e dele depende para a formação de seu caráter que, por sua vez, é moldado de acordo com as experiências vividas. Assim, o organismo se modela de acordo com o meio ambiente em que a criança é inserida (VOLPI; VOLPI, 2006, p. 5).

O movimento da humanização do parto defende a autonomia da mulher e que para parir ela precisa se sentir confiante e segura, em um ambiente tranquilo. Para se render há que se permitir a descarga orgástica. Portanto, couraça pélvica é um fator de dificuldade para a entrega.

E quando unimos o conhecimento da Análise Bioenergética para a relação corpo e energia cabe transpor para o momento do parto a seguinte afirmativa: Lowen (1982) diz sobre deixar-se levar pela dor até conseguir relaxar. Se ocorre o ceder a dor ela desaparece. Já o medo cria tensão e causa dor. Mas então, como superar o medo da dor? As pessoas não têm apenas medo da dor: tem medo também daquilo que a dor implica, pois a dor é um sinal perigoso.

Quando se permite a experiência do parto fisiológico e o processo natural, a mulher se entende parte do processo de mudança e os hormônios são liberados e colaboram com a simbiose mãe-bebê, e por isso a permanência do bebê com a mãe é fundamental, por meio de contato com o que para ele é conhecido e acolhedor. O médico Leboyer (1974, *apud* SOUZA E SILVA; SANCHES; DADAM, 2009), na década de 70 já afirmava sobre a importância de forma



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

MANCINI Ellen, F. M; LIED, Natália, D. B. S; VOLPI, José Henrique. Programa perinatal psico-corporal: um olhar para a importância da dinâmica em grupo. In: VOLPI, José Henrique; VOLPI, Sandra Mara (Org.) 25º CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2022. [ISBN – 978-65-89012-02-3]. Disponível em: <https://www.centroreichiano.com.br/anais-dos-congressos-de-psicologia/> Acesso em: ____/____/____.

em que o bebê era recebido e que sentimentos e rações de prazer ou angústia poderiam ser desencadeados neste momento.

Atualmente, falamos da *golden hour* (hora dourada), onde acontece o *imprinting* e ao se respeitar a fisiologia se preserva o fluxo da energia vital, do calor e do amor. Eva Reich (1998), desenvolveu a Bioenergética Suave como importante trabalho de prevenção da neurose buscando, entre outros, a humanização do parto para que não houvesse uma ruptura do fluxo vital do bebê através da separação brusca da mãe.

Segundo Lowen “A mãe é o primeiro chão do bebê, ou em outras palavras, o bebê conquista suas raízes através do corpo da mãe. Terra e chão identificam-se simbolicamente com a mãe, representante do solo e da casa.” (LOWEN, 1982, p. 86).

Durante o programa terapêutico o autocuidado e autoconhecimento são a chave para o reconhecimento das fragilidades e pela busca do equilíbrio para o desenvolvimento emocional em que fortalecerá o vínculo entre mãe-bebê. E para isso, a mulher precisa aprender a identificar e diferenciar as necessidades que são delas e quais são do bebê, sentindo e vivendo esta relação com consciência na presença, na fluidez das emoções e no vínculo. Pois a disponibilidade e disposição nesta relação determinará a personalidade e os traços de caráter.

E para além do parto, tem a relação da construção do ser mulher-mãe, dos cuidados com recém-nascido e o estabelecimento da amamentação. E por isso, o olhar para o apoio emocional é fundamental.

Segundo Lowen (1982) nas mulheres, o coração tem uma ligação direta e imediata com os seios, que reagem erótica e glandularmente aos impulsos oriundos do coração. Com a estimulação sexual, os mamilos ficam eretos e cheios de sangue; na amamentação, as glândulas segregam leite.

Deste modo, o ato de amamentar normalmente é uma das mais claras expressões de amor maternal. Pelo mesmo motivo, é difícil imaginar que o leite de uma mãe não seja adequado a seu filho. A criança foi concebida e desenvolve-se no mesmo meio em que foi produzido o leite. Ainda Lowen reconhece que a amamentação, como o sexo, é mais do que uma reação fisiológica, sendo uma reação emocional e, assim sendo, está sujeita ao ânimo e às atitudes da mãe. O fluxo de sentimentos que vai do coração ao seio pode ser aumentado ou reduzido. Portanto, no parto a boa circulação energética da região pélvica é de suma importância e no pós-parto uma das partes do corpo importantes para cuidar é a região do peito.



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

MANCINI Ellen, F. M; LIED, Natália, D. B. S; VOLPI, José Henrique. Programa perinatal psico-corporal: um olhar para a importância da dinâmica em grupo. In: VOLPI, José Henrique; VOLPI, Sandra Mara (Org.) 25º CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2022. [ISBN – 978-65-89012-02-3]. Disponível em: <https://www.centroreichiano.com.br/anais-dos-congressos-de-psicologia/> Acesso em: ____/____/____.

A APLICAÇÃO PRÁTICA DO PROGRAMA

A aplicação do Programa Perinatal Psico-Corporal precisou receber adaptações para que fosse possível os encontros no formato online ao vivo de forma a respeitar os protocolos de segurança em decorrência da pandemia de COVID-19.

Durante o mês de março de 2021, houve a veiculação do convite para o programa através das mídias sociais. As inscrições se deram através de um formulário google que foi desenvolvido para captação de dados das participantes. Dentre eles: nome, idade, nome do/a companheiro/a, e-mail, período gestacional, data provável do parto, outros filhos, número da gestação atual e se houveram problemas de saúde durante a gestação. Os dados coletados indicaram 13 participante com idade entre 22 e 40 anos, período gestacional entre 3 e 40 semanas, 3 gestantes se encontravam na segunda gravidez, e 5 gestantes relataram problemas de saúde como diabetes gestacional, alergia de pele, hipertensão gestacional, cólicas, dor de cabeça e hiperêmese gravídica.

Foram elaborados quatro encontros que aconteceram de forma remota, através da plataforma Zoom, com duração de uma hora e meia cada, realizados nos meses de abril e maio de 2021. A intervenção envolveu dinâmicas corporais e conversa com intenção de acolhimento e respeito ao processo individual. Os temas foram: 1 Respiração e contato, um novo existir. 2 Autocuidado na maternidade e Paternidade. 3 Parto: expectativa x realidade. 4 Pós-Parto: Eu, ele e nós.

Em cada encontro foram propostos exercícios de relaxamento e reflexão em busca do contato com a própria essência e com a do bebê, com o objetivo de proporcionar momentos de cuidado e conexão com o corpo, sensação de órgão, pensamentos e sentimentos; acolhimento e manejo dos desejos e medos relacionados ao parto e pós-parto, e a observação das expectativas; incentivar a conexão da mãe e bebê através do toque, respiração, intenção do pensamento, grounding e arco.

O estabelecimento do vínculo foi fundamental para que todos os participantes (incluindo alguns pais) pudessem sentir-se acolhidos, em um ambiente de troca e acolhimento. O cronograma de cada encontro foi estabelecido com aplicação do conteúdo baseado nas teorias pesquisadas, sendo propostos em 3 momentos: acolhida, dinâmica e momento de compartilhar.

O momento de compartilhar foi marcado por muitas emoções, emergindo vivências e conteúdos que puderam agregar no processo de cada gestante. Durante os encontros, houve a



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

MANCINI Ellen, F. M; LIED, Natália, D. B. S; VOLPI, José Henrique. Programa perinatal psico-corporal: um olhar para a importância da dinâmica em grupo. In: VOLPI, José Henrique; VOLPI, Sandra Mara (Org.) 25º CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2022. [ISBN – 978-65-89012-02-3]. Disponível em: <https://www.centroreichiano.com.br/anais-dos-congressos-de-psicologia/> Acesso em: ____/____/____.

participação de alguns parceiros, e o acolhimento de um dos bebês, que nasceu antes da finalização do programa. A interação do grupo, troca de experiências, angústias e vivências foi positiva, resultando no interesse em que o projeto tivesse continuidade.

CONCLUSÃO

A identificação das necessidades e desejos é importante para nomear e comunicar o que precisa, por isso proporcionar momentos terapêuticos é incentivar o autoconhecimento.

Através da observação tanto de estudos quanto de experiências prévias das pesquisadoras é possível pontuar que preventivamente a preparação consciente traz bem-estar para a experiência do parto e um puerpério mais real e menos romantizado. Participar durante a gestação de atividades como o Yoga, dança ou demais atividades físicas, como também de encontros de conversa, ler conteúdos sobre a perinatalidade, do cuidar e criar podem facilitar na preparação dessa nova fase e auxiliar no desenvolvimento da percepção de si mesma, da expressão e autorregulação.

A intenção de sistematizar o Programa Perinatal psico-corporal foi de desejar proporcionar para gestantes e acompanhantes um olhar mais consciente para as etapas do desenvolvimento. Por isso, houve a necessidade de selecionar na vegetoterapia e bioenergética, técnicas que pudessem compor este projeto terapêutico.

A pretensão foi de criar um programa capaz de auxiliar no desenvolvimento da autopercepção das mulheres, esperando que elas possam reconhecer seus recursos para: alcançar o relaxamento e o prazer desfazendo tensões para o parto, para lidar com privação do sono e exaustão no puerpério e alimentar a fusão energética e do campo com o contato e afeto entre mãe-bebê.

Consideramos o êxito da aplicação do Programa Perinatal psico-corporal, dentro do esperado nas condições que o sistema remoto apresentava. Devido a essa necessidade, as autoras consideraram que a possibilidade de que os encontros acontecessem presencialmente iria enriquecer ainda mais a experiência.

REFERÊNCIAS

ALEXANDRE, A. F. O corpo na preparação para o parto: a psicoprofilaxia na gestação. In: VOLPI, José Henrique; VOLPI, Sandra Mara (Org.). ENCONTRO PARANANESE, CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS. XV, X. 2010. **Anais**. Curitiba:



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

MANCINI Ellen, F. M; LIED, Natália, D. B. S; VOLPI, José Henrique. Programa perinatal psico-corporal: um olhar para a importância da dinâmica em grupo. In: VOLPI, José Henrique; VOLPI, Sandra Mara (Org.) 25º CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2022. [ISBN – 978-65-89012-02-3]. Disponível em: <https://www.centroreichiano.com.br/anais-dos-congressos-de-psicologia/> Acesso em: ____/____/____.

Centro Reichiano, 2010. CD-ROM [ISBN – 978-85-87691-18-7]. Disponível em: <www.centroreichiano.com.br/artigos>. Acesso em: 15/08/2019.

LEBOYER, F. **Shantala**: uma arte tradicional, massagem para bebês. São Paulo: Ground, 2009.

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

NAVARRO, F. **Metodologia da vegetoterapia característico-analítica**. Curitiba: Centro Reichiano, 2013.

NAVARRO, F. **Somatopsicodinâmica das biopatias**. Curitiba: Centro Reichiano, 2013.

NAVARRO, F. **Somatopsicopatologia**. São Paulo: Summus, 1996.

REICH, W. **Análise do Caráter**. São Paulo: Martins Fontes, 1989.

REICH, W. **Children of the future: on the prevention of sexual pathology**. New York: Farrar, Strauss and Giroux, 1987. Tradução independente feita por José Henrique Volpi e Sandra Volpi – Centro Reichiano: Curitiba, 2013.

SOUZA E SILVA, A. C.; SANCHES, M. A.; DADAM, S. H. **Renascer – uma nova possibilidade de estar na vida**. In: VOLPI, José Henrique; VOLPI, Sandra Mara (Org.). ENCONTRO PARANAENSE, CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS, XIV, IX, 2009. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2009. CD-ROM. [ISBN – 978-85-87691-16-3]. Disponível em: <www.centroreichiano.com.br/artigos>. Acesso em: 31/07/2021

TELHADA, J. A. L.; VOLPI; S. M. Cuidados na concepção, gestação e parto sob o olhar da Psicologia Corporal. In: VOLPI, José Henrique; VOLPI, Sandra Mara (Org.) 23º CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2018. [ISBN – 978-85-69218-03-6]. Disponível em: <<http://centroreichiano.com.br/anais-dos-congressos>>. Acesso em: 31/07/2021

VOLPI, J. H; VOLPI, S. M. **Crescer é uma aventura!** Desenvolvimento emocional segundo a Psicologia Corporal. Curitiba: Centro Reichiano, 2006.

VOLPI, J. H. **Compreendendo, por meio do relato de mães, o estresse sofrido durante a gestação e primeiros anos de vida da criança com cancer**. São Bernardo do Campo, 2002.

VOLPI, J. H. **O meio ambiente estressante comprometendo o desenvolvimento neuropsicofisiológico da criança**. Curitiba: Centro Reichiano, 2004. Disponível em: www.centroreichiano.com.br/artigos.htm. Acesso em: 31/07/2021

Ellen Fabiane Mancini / Curitiba / PR / Brasil

Psicóloga clínica pela Universidade Tuiuti do Paraná, formada em Licenciatura em Música pela Escola de Música e Belas Artes do Paraná, especialista em Psicologia Corporal, com habilitação em Psicoterapia Corporal, pelo Centro Reichiano - Curitiba/PR.

E-mail: ellenmancini@hotmail.com



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

MANCINI Ellen, F. M; LIED, Natália, D. B. S; VOLPI, José Henrique. Programa perinatal psico-corporal: um olhar para a importância da dinâmica em grupo. In: VOLPI, José Henrique; VOLPI, Sandra Mara (Org.) 25º CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2022. [ISBN – 978-65-89012-02-3]. Disponível em: <https://www.centroreichiano.com.br/anais-dos-congressos-de-psicologia/> Acesso em: ____/____/____.

Natália Drulla Brandão de Souza Lied / Curitiba/ PR/ Brasil

Bacharel em Turismo e Bacharel em Artes Cênicas. Especialista em Programação Neurolinguística, em Dança Circular, em Metodologia do ensino de Artes e também Gestão Cultural. Especialista em Psicologia Corporal, com habilitação em Terapia Corporal, pelo Centro Reichiano - Curitiba/PR. Atua como Doula, Educadora Perinatal, Instrutora de Yoga e de Dança.

E-mail: nataliadrulla@hotmail.com

José Henrique Volpi / Curitiba / PR / Brasil

Psicólogo (CRP-08-3685), Especialista em Psicologia Clínica, Anátomo-Fisiologia, Hipnose Ericksoniana, Psicodrama e Brainspotting. Psicoterapeuta Corporal Reichiano, Analista psicocorporal Reichiano formado com o Dr. Federico Navarro (Vegetoterapia e Orgonoterapia). Especialista em Acupuntura clássica e Método Ryodoraku (eletrodiagnóstico computadorizado de medição da energia dos meridianos do corpo). Mestre em Psicologia da Saúde. Doutor em Meio Ambiente e Desenvolvimento. Autor de diversas publicações na área da Psicologia Corporal. Organizador e Presidente dos Congressos Brasileiros de Psicoterapias Corporais.

E-mail: volpi@centroreichiano.com.br