

TESE

FFC

CLASS.: 370.71

T 693 e

TOMBO: 786

MARCIA ELIZABETH TORRESI

1410000786



ERA UMA VEZ UM CORPO...

**Estudo exploratório da relação mente-corpo no trabalho
intelectual do professor universitário**

Dissertação apresentada a Faculdade de Filosofia e Ciências de Marília, da Universidade Estadual Paulista "Júlio de Mesquita Filho", Câmpus de Marília, para a obtenção do título de Mestre em Educação (Área de Concentração: Ensino na Educação Brasileira)

Orientadora: Profa. Dra. Tereza Côrrea Cariola



MARÍLIA

1996

370.71
T693e

786TESE

Aos meus Pais, que

Pela paixão, deram-me a vida

Pelo toque, deram-me a forma

Pelo amor, ajudaram-me a despertar

Para o mundo



AGRADECIMENTOS

À Profa. Dra. Tereza Corrêa Cariola, pelo constante apoio e valiosas observações.

Às Professoras Edna Julia Scombatti Martins, Elizabeth Piemonte Constantino, Lucinéia Francisco Batistela, Maria Luísa Louro de Castro Valente e ao Prof. Dr. Manoel Lelo Belotto; pelo estímulo e disponibilidade constantes.

Aos 61 professores voluntários, pela disposição em responder as questões propostas indispensáveis.

Ao Dr. Paulo Fernandes Zanotto e ao Prof. Sérgio Zanoto, pela criteriosa correção.

À Olga Liane Z. Manfio Jaschke, pela paciência e pelo auxílio na decifração dos mistérios da computação.

Ao Celso, que pela sensibilidade, ajudou-me a alcançar o equilíbrio necessário para que a energia criativa fluísse.

A Rosely, Eliana, Sérgio, Cleber, Fernando, Daniel, Estevão e Rafael, nos quais encontrei, como sempre, carinho e apoio

E a todos aqueles que, direta ou indiretamente, contribuíram para que este trabalho se concretizasse.



“Este é o nosso grande dever: capacitar o animal humano a aceitar a natureza que existe dentro de si, parar de fugir dela, e passar a desfrutar daquilo que agora tanto o atemoriza”

REICH



SUMÁRIO

INTRODUÇÃO	01
I - (DES)COBRINDO O CORPO PSÍQUICO	13
II - METODOLOGIA	26
A - Sujeitos	26
B - Instrumento e Procedimento de Coleta de Dados	29
C - Procedimento de Análise dos Dados	30
III - RESULTADOS	31
Tema 1: Interesse pelo Trabalho	31
Tema 2: Copormente	47
Tema 3: Saúde	53
Tema 4: Esporte, Ginástica, <i>Hobby</i>	72
Tema 5: Alterações do Comportamento	81
Tema 6: Corpo	86
Tema 7: Reação Emocional	107
Tema 8: Vida Social e Natureza	115
IV - CONCLUSÕES	127
V - CONSIDERAÇÕES FINAIS	129
BIBLIOGRAFIA	133
ANEXOS	140



ÍNDICE DE QUADRO, FIGURAS E TABELAS

QUADRO

1 - Visualização dos temas, das questões e dos itens	30
--	----

FIGURAS

FIGURA 1: Porcentagem de freqüência de respondentes por grupo	56
--	----

FIGURA 2: Porcentagem de freqüência de respondentes por grupo	88
Porcentagem de freqüência das queixas dos sujeitos por grupo	88

FIGURA 3: Porcentagem de freqüência de respondentes por grupo	90
Porcentagem de freqüência das insatisfações dos sujeitos por grupo	90

FIGURA 4: Porcentagem de freqüência de respondentes por grupo	92
Porcentagem de freqüência das satisfações dos sujeitos por grupo	92

TABELAS

I - Freqüência e porcentagem de freqüência dos 61 sujeitos da pesquisa quanto à faixa etária, sexo, titulação, e tempo de serviço	28
---	----



II - Porcentagem de frequência das respostas dos sujeitos às questões referentes ao Tema 1	32
III - Porcentagem de frequência das respostas dos sujeitos às questões referentes ao Tema 2	47
IV - Porcentagem de frequência das respostas dos sujeitos às questões referentes ao Tema 3	54
V - Porcentagem de frequência das respostas dos sujeitos às questões referentes ao Tema 4	72
VI - Porcentagem de frequência das respostas dos sujeitos às questões referentes ao Tema 5	81
VII - Porcentagem de frequência das respostas dos sujeitos às questões referentes ao Tema 6	87
VIII - Porcentagem de frequência das respostas dos sujeitos às questões referentes ao Tema 7	107
IX - Porcentagem de frequência das respostas dos sujeitos às questões referentes ao Tema 8	115



RESUMO

A presente pesquisa teve por finalidade estudar a relação que o professor universitário estabelece com o seu próprio corpo quando desenvolve um trabalho intelectual e, sob a influência do mental, como este corpo reage a todo este processo.

A amostra foi composta, voluntariamente, por 61 (sessenta e um) professores universitários, pertencentes a uma unidade de uma Universidade Pública do Estado de São Paulo. Os professores de ambos os sexos, encontram-se, em sua maioria, na faixa etária de 41-50 anos, vindo em seguida os de faixa de 31-40 anos. Quanto à titulação, a concentração maior coube a mestres e doutores, e em relação ao tempo de serviço, predominam a faixa de 01 a 10 anos.

Os participantes foram submetidos a um questionário composto por 48 questões, entre itens e subitens, contendo respostas abertas e/ou fechadas. As respostas foram categorizadas e agrupadas em 08 (oito) temas, como se seguem: interesse pelo trabalho; corpomente; saúde; esporte, ginástica e *hobby*; alterações do comportamento; corpo; reação emocional; e vida social e natureza.

Procedeu-se, então, à análise dos respostas por temas, cujo referencial teórico ancorou-se nos pressupostos reichianos e neo-reichianos.

Poder-se-ia concluir que os professores universitários investigados, ao desenvolver trabalhos intelectuais, tendem a estabelecer uma relação cindida com o seu próprio corpo, porque há o predomínio e a valorização da mente em detrimento do corpo. Por sua vez, o corpo, sob a influência do mental, tende a reagir de modos específicos corporificando a dor. Por fim, foram feitas algumas considerações, inclusive, sobre limitações do próprio estudo realizado, além de sugeridas pesquisas a partir dos resultados obtidos.

Palavras-chaves: Professores universitários; relação mente-corpo; trabalho intelectual.



RÉSUMÉ

Cette recherche a eu le but d'étudier la relation établie entre le professeur universitaire et son propre corps, au moment qu'il développe un travail intellectuel et, sur l'influence de l'esprit, comment ce corps réagit sur ce processus.

L'échantillon a compris 61 (soixante-et-un) professeurs universitaires, volontiers, appartenus à une unité d'une Université Publique de l'État de São Paulo. Les professeurs (des hommes et des femmes) avaient, pour la plupart, d'âge entre 41 et 50 ans, suivis par ceux d'âge entre 31 et 40 ans. En ce qui concerne à la titularisation, la plupart se situe entre les maîtres et les docteurs, et par rapport au temps de service on peut les situer entre 01 et 10 ans.

Les volontaires ont été soumis à un questionnaire compris de 48 questions, entre des items et des sur-items, qui contiennent des réponses ouvertes ou fermées. Les réponses ont été catégorisées et regroupées en 08 (huit) matières: l'intérêt au travail; le corps-esprit; la santé; le sport, la gymnastique et le *hobby*, les changements du comportement; le corps; la réaction émotionnelle; et la vie sociale et la nature.

Dans autre moment, on a été procéder à l'analyse des questions par matières, dont le référentiel théorique a été embasée sur les propositions de Reich.

On pouvait conclure que les professeurs universitaires investigués, quand ils développent des travaux intellectuels, ils tendent à établir une relation fragmentée avec son propre corps, parce qu'il y a une prédominance et une valorisation de l'esprit au détriment du corps. De son côté, le corps, sur l'influence du mental, tend à réagir de manières spécifiques, en exprimant la douleur. Après tout, on a fait quelques considérations, inclusive, sur des limitations du propre étude réalisé, au delà de recherches suggérées à partir des résultats obtenus.

Mots-clés: Professeurs universitaires; relation esprit-corps; travail intellectuel.



INTRODUÇÃO

“Só podemos voltar à vida entrando em contato com nossos corpos. Quando fazemos isso, descobrimos que existe fê na vida e que o corpo do homem é o corpo de Deus e algo em que acreditar”.
(Lowen)

O corpo é a nossa morada, a nossa casa. Senti-lo é vivenciar o seu todo sem pressa, sem tempo e sem limite. Explorá-lo e percebê-lo de forma consciente é buscar a compreensão de sua linguagem. É um caminho a ser percorrido que exige a presença da emoção, porque para compreendê-lo é preciso, antes de tudo, amá-lo. O amor e o respeito fornecem condições para que sejam decifrados os seus pulsares, ora de raiva e agressividade, ora de prazer e afeto. Por intermédio dele são expressos os desejos, os sonhos, as necessidades, as angústias e as repressões. É pelo movimento corporal que a individualidade emerge a cada situação existencial. Portanto, a unificação do corpo e da mente proporciona o processo da descoberta de si mesmo, da identidade, permitindo que o indivíduo consiga tornar-se dono efetivo de um território até então ocupado e desocupado ambigualmente.

A filosofia oriental cultiva o despertar de um conhecimento verdadeiro sendo o ‘conhecer-nos a nós mesmos’ a junção do físico, da mente e do espírito. A integração e consciência destes aspectos conduz o homem ao auto-conhecimento, ao equilíbrio e à harmonia, proporcionando uma sintonia com ele próprio, com a natureza e o cosmo. Tulku (1977, p.12) assinala que o Budismo, historicamente, “(...) desenvolveu várias escolas e ensinamentos”, sendo que o aperfeiçoamento de técnicas de meditação teve o intuito de “(...) auxiliar a esclarecer e a lidar com os problemas da vida, e para ajudar-nos a entrar em

contato com aspectos profundos de nossos corpos e mentes". Além das doutrinas Hinayana e Mahayana, o Budismo oferece o Vajrayana, cujo princípio básico é a busca de um "caminho de crescimento infinito", pois a vida é percebida e sentida "(...) como uma experiência que traz infinitas riquezas e energia criativa". Apoiado nesta visão, acrescenta ainda que "(...) quando observamos com cuidado nossos sentidos e sentimentos, aprendemos a aceitar-nos, a apreciar-nos e a estar abertos para os outros. Através da integração e do equilíbrio das nossas mentes e dos nossos corpos é possível atingir a paz interior e a alegria, que é o amor"(op. cit., p.19).

Esta forma de pensar contrapõe-se à cultura ocidental que vem dicotomizando o ser humano pela proposta da divisão do homem em duas partes distintas: mente e corpo. Antecedendo, em muito, Descartes, a mentalidade ocidental foi sendo invadida pelo dualismo, haja vista, que a posição de subordinação reservada ao corpo é uma constante em vários pensadores. Porter (1992, p.303), ressalta que é de fundamental importância compreender esta posição de subordinação destinada ao corpo "(...) nos sistemas de valor religioso, moral e social da cultura européia tradicional (...)", sendo que este dualismo é considerado por muitos pensadores como

"(...) paradoxal e mistificador, devido à radical incompreensibilidade das intersecções entre a mente e a carne. Não obstante, tal dualismo tem sido uma força profundamente modeladora do uso lingüístico, dos esquemas classificatórios, da ética e dos sistemas de valor. À mente e ao corpo têm sido designados atributos e conotações distintos. A mente é canonicamente superior à matéria. Ontologicamente, por isso, a mente, o desejo, a consciência ou o ego tem sido indicados como os guardiães e governantes do corpo, e o corpo deve ser seu criado".

Neste contexto, a mente é mais valorizada e deve exercer domínio sobre o corpo. O verbal é fundamental, já que é emitido pela mente, e o não



verbal é ignorado pela simples negação do corpo. Pelo fato da nossa sociedade ter objetivos imediatistas, constata-se que quando o mesmo começa a ser colocado em evidência, às vezes de maneira excessiva, é porque existem interesses maiores ligados, muitas vezes, apenas ao consumo e à comercialização. As alterações e flutuações dão-se ao sabor do que economicamente é mais rentável, e assim, o padrão de beleza, a moda, o sexo, o esporte, o alimento e a academia de ginástica vão sendo impostos e aceitos de maneira obediente e cega. Há uma repetição monótona e massificadora, cuja visão aumenta a alienação do homem em relação a si mesmo e à natureza. Assim, num mundo voltado apenas para a razão, só resta ao corpo o grito encurralado, pois não existe tempo para alguém ouvi-lo. Rouco e insano, recolhe-se no silêncio e amargamente conspira na sua dor o desprezo sentido. Torna-se o campo de uma batalha cuja vitória cabe apenas à doença. É uma cena onde não se permite a presença da vida, uma vez que o campo encontra-se minado. O corpo entra em uma agonia lenta, restando apenas o movimento sombrio da morte concretizada e efetivada ou, pior que isto, morte simbolizada em vida. Seria então a permanência do arcabouço, o zumbi errante e vegetativo, cuja seiva de energia esvaiu-se pela indiferença, pelo desprezo e pela racionalização.

Retomando Porter (1992,p.303), ele nos diz que “(...) *este esquema tem um corolário crucial : quando, como um servo desobediente, o corpo se rebela, não são os punhos, pés ou dedos, os ofensores necessariamente considerados culpados, mas as faculdades mais nobres cujo dever era tê-los controlado adequadamente (...)*”.

Kusnetzoff (1985, p. 49) exemplifica esta situação considerando que “(...) *dentro dos esquemas psicanalíticos acho importante pensar em termos de vínculos primitivos, muito arcaicos, onde um relacionamento determinado se internaliza, se ‘incorporaliza’, e passa a ser tratado como a residência da simbiose (...). O corpo - é sua fantasia acompanhante - permite assim a supervivência eterna (do corpo e do*



conflito, claro). Assim considerado, o asmático cai na armadilha: acumula ar e morre de asfixia e afogamento. O obeso acumula gordura e morre de fome (psicologicamente). O diabético acumula glicídios, açúcar e, metabolicamente, é hipoglicêmico. O disfuncional sexual é hipererótico, morre de tesão e é impotente ou frígido etc.”

Afirma ainda que o corpo é o lugar, o palco, onde se desenrola a cena que movimenta a vida e a morte.

Teoricamente coube a Wilhelm Reich, através de seus pressupostos, ultrapassar as dicotomias psique-corpo consideradas tradicionais na Psicologia. Para Reich (1995b), o entendimento do desenvolvimento psicológico do homem passa, necessariamente, pela análise do corpo, das emoções, da sociedade e da natureza. O homem deve ser estudado, pesquisado e entendido a partir deste todo, da unidade destes fatores existenciais. É no corpo do homem que se encontra o registro de sua história e, portanto, o entendimento de seu crescimento pessoal, de seu caráter e da sua estrutura física. Procura enfatizar que é na família que a criança está inserida sendo, conseqüentemente, o lugar onde se processa o seu desenvolvimento. Considera que a família recebe influências de uma cultura cheia de conflitos, contradições e incoerências e, desta forma, sujeita a todas as forças e pressões da sociedade. Em decorrência, esta tem o poder de interferir no desenvolvimento da personalidade humana, reprimindo e encorajando os indivíduos, neurotizando-os. Portanto, o ser humano exprime, numa linguagem corporal, as suas emoções e, conseqüentemente, a sua personalidade sadia ou doente.

Ao discutir a importância do aspecto social¹ no desenvolvimento do homem, Reich não conseguiu depositar fé e esperança em seu papel, por acreditar

¹ Esta tese foi sustentada por Reich em grande parte de sua obra, mas não em toda. Dadoun (1991, p.140) aponta que “(...) ao refletir sobre a natureza e função do pensamento, razão ou consciência, Reich capta a primeira operação de encorajamento : aparece quando, por motivos que permanecem obscuros, o homem se vê impelido a refletir si mesmo, a perceber a si mesmo em seu próprio ser, a tomar consciência de si (...)”. Portanto, “(...) ao colocar o problema numa perspectiva não mais histórica e cultural, mas ontológica, quer dizer, implicando um juízo sobre a essência da Realidade humana, Reich inverte numa certa medida as relações de causalidade: ainda que a reprodução da



que não é capaz de ser uma fonte de adaptação e equilíbrio no processo do desenvolvimento. Ressalta que o social não respeita os valores e os ritmos do corpo vivo, atuando de forma a bloquear e a impedir a auto-expressão dos indivíduos. Baseando-se em Rousseau, questiona que, se o homem é livre “ (...) *como é possível que o homem, nascido livre, se encontre sempre e por todo lado reduzido ao estado de escravo*”. Relata que os contratos sociais “(...) *visam honestamente salvaguardar a vida na sociedade humana (...)*”, mas é apenas “(...) *paliativo para manter a vida. Até aqui, ele nunca foi capaz de pôr um fim na angústia da vida*” (Reich, 1991, p.2).

Sendo assim, o contexto social promove os descaminhos dos indivíduos, fragmentando-os, por meio de idéias, atitudes, preconceitos e repressões. “(...) *Por onde lançamos nossos olhares, vemos o homem correndo em círculos, como se, preso numa armadilha, tentasse em vão escapar de sua prisão e de seu desespero*” (op.cit., p.4). A armadilha a que Reich se refere é a estrutura emocional do homem (estrutura de caráter), que está alicerçada no processo neurótico pela supressão das sensações sexuais. A saída desta prisão estaria baseada na aceitação do funcionamento genital natural, cuja expressão o social bloqueia. Como afirma Porter (1992, p.325), “(...) *chegamos nus ao mundo, mas logo somos adornados não apenas com roupas, mas com a roupa-gem metafórica dos códigos morais, dos tabus, das proibições e dos sistemas de valores que unem a disciplina aos desejos, a polidez ao policiamento (...)*”. Dessa forma, os indivíduos, muito precocemente, enfrentam diferentes situações onde a repressão é explicitada, tais como:

- é negado à mãe, ao ter o seu bebê, um contato continente e erotizado de pele a pele; posteriormente são separados de quartos ficando cada um em sua solidão;

couraça seja determinada pelas condições sociais, em compensação, é a produção, 'o primeiro aparecimento em alguma época remota' da couraça, que determina as condições sociais - econômicas, políticas, culturais, psicológicas - características da história humana; a história aparece assim, em suas diversas modalidades, como o produto da 'aberração biológica do homem' ”.



- durante a amamentação, o sugar provoca excitação na área genital, e a mãe, ciente e zelosa de seu papel, interrompe a mamada privando ambos de trocar energeticamente as sensações prazerosas;
- o colocar as mãos nos órgãos genitais sempre evoca reações semelhantes: ‘tire a mão daí’, ‘é sujo’, ‘está com coceira?’, ‘com vontade de fazer xixi?’;
- respostas ou afirmações vão se sucedendo, tais como: ‘quando você crescer eu explico como o bebê entra na barriga da mãe’; ‘feche as pernas, porque menina tem que sentar direito’.

Estes poucos exemplos, de uma lista infindável, retratam posturas perversas que vão submetendo o corpo a deformações, pela simples negação do prazer natural. Este esquema tem a sua continuidade quando a criança entra para a escola, a qual, por sua vez, objetiva o processo de aprendizagem, a aquisição do saber e do conhecimento. O desenvolvimento intelectual é privilegiado e estimulado, sendo extremamente valorizados os pensamentos, as idéias que povoam e transitam na mente. As necessidades e sensações corporais são ignoradas neste processo, sendo impossível ocorrer a integração dos fatores cognitivos, afetivos e corporais. A situação imposta é a obediência a um comando rígido que, por ser rude, força o corpo a uma imobilidade nos bancos ou carteiras, por um tempo longo demais, levando-o a um embotamento dos sentidos, como se para aprender de fato, intelectualmente, bastasse funcionar só a cabeça. É mais uma situação castradora que se incorpora às experiências já sentidas no meio familiar. Embora o corpo se submeta a uma imposição externa, na verdade ele simula uma submissão, porque lentamente desencadeia uma rebelião silenciosa que é revelada quando ele reage, denunciando os maus tratos. Isto significa, como assinala Berge (1976), que a harmonia e o equilíbrio entre nossa inteligência (córtex), as nossas sensações (tálamos) e as necessidades elementares (hipotálamos) encontra-se perturbada. Assim, esta desarmonia psicossomática é



traduzida por determinados tipos de doenças, como as cardíacas, respiratórias, tensões nervosas, tiques, sono agitado, inapetência e outras.

Ao educador caberia, antes de tudo, estar atento para o diálogo que estabelece com o próprio corpo, pois, em sintonia consigo, ele estaria apto a efetuar a troca de experiências com o outro, propiciando o crescimento mútuo. Com as percepções e sensibilidades desenvolvidas ele poderá sentir o prazer revelado pelo aluno em suas respostas e em suas descobertas. “(...) *A apropriação do conhecimento implica no domínio do objeto, sua corporização prática em ações ou em imagens que necessariamente resultam em prazer corporal*” (Fernández, 1990, p.59). Sendo assim, “*O corpo também é imagem de gozo, o dispor do corpo dá ao ato de conhecer a alegria sem a qual não há verdadeira aprendizagem*” (op. cit., p.60).

Mas como há o predomínio da ignorância em desprezar o prazer pelas formas lamentáveis de procedimentos, ao tornar-se adulto, o indivíduo revela um corpo atado, confinado e cindido, cujo resultado é a repetição de vícios e hábitos que não o levam a uma interação plena e saudável consigo próprio, não sendo possível ocorrer a integração efetiva do corpo e do incorporado.

O encontro e identificação com a teoria de Reich despertou-nos a necessidade de buscar um investimento na formação terapêutica corporal, cujos estudos e vivências consolidaram a crença pessoal de que o caminho para a integração encontra-se na unidade soma e psique. A nossa experiência como professor, a partir do ingresso e da permanência na Universidade, levou-nos a refletir sobre as próprias atividades desenvolvidas neste contexto, à medida que sentíamos que o desempenho profissional depende basicamente de uma produção intelectual e que, na maior parte das vezes, parece promover o descaminho e o distanciamento entre corpo e mente.

A curiosidade e a necessidade de buscar respostas e entendimentos sobre essa questão, levou-nos a procurar estudos já realizados neste campo. A tarefa não foi fácil, sendo muito pouca produtiva. Para resumirmos esta



empreitada, citaremos Albertini (1994, p.13) quando aponta que “*é fácil constatar a quase completa ausência de investigações sobre o pensamento reichiano nos estudos universitários (...)*”, e afirma que “*(...) desconhece a existência de dissertações de mestrado e/ou teses de doutorado realizadas em universidades paulistas. Também nos cursos de graduação em Psicologia, W. Reich, ou é praticamente ignorado, ou tratado de forma sumária, quando não preconceituosa*”. Em 1995, em artigo publicado na Revista Reichiana, ressalta também a escassa publicação referente à teoria de Reich, destacando apenas três trabalhos acadêmicos que foram desenvolvidos e defendidos, nos últimos anos, em universidades brasileiras, cujos autores são Albertini (1992), Bellini (1993) e Wagner (1994).

Ao mesmo tempo, encontramos os trabalhos de Penna (1986) e Farah (1995) que, embora a linha mestra esteja ancorada nos pressupostos junguianos, estabelecem um elo de ligação com alguns conceitos reichianos. Hasse (1990), desenvolve um estudo muito interessante sobre a coluna vertebral, mas o suporte teórico também está baseado em Jung.

Com o intuito de continuar buscando subsídios para afirmar nossa proposta, direcionamos a nossa atenção para os trabalhos realizados com professores secundários e universitários. Entre outros, encontramos os de Santos (1978); Nicacio (1983); Medeiros (1984); Magnani (1987); Figur (1989); Novo (1989); Schmidt (1990); Wenzel (1991); Maffei (1992); Daolio (1992); Souza (1993) e Mattos (1994). Estas investigações abordam propostas como ansiedade, *stress*, condições de trabalho, satisfações e insatisfações diante do trabalho, valores e expectativas, representações do professor sobre a saúde e o corpo dos alunos. Independente dos enfoques metodológicos, estes estudos proporcionaram informações importantes e valiosas sobre várias facetas do professor e, ao mesmo tempo, contribuíram para reafirmar nosso interesse em buscar uma visão mais integrada deste profissional, dando prioridade à relação mente e corpo.



O professor universitário realiza suas atividades no contexto da Universidade, uma instituição que encontra-se embasada em três princípios fundamentais que regem o seu funcionamento - a docência, a investigação científica e a extensão de serviços à comunidade - assim, ela se alicerça nesta fonte primária para tentar, por meio do seu corpo docente, cumprir a sua função.

A base desse contexto, o professor, consciente da prioridade da investigação científica, pois a criação de espaços voltados para a pesquisa estimula a penetração no vasto campo do conhecimento humano, o que contribui para o domínio cada vez maior de sua especialidade e para o seu aprimoramento cultural profissional e científico, oferece condições de concretizar e contemplar os outros dois princípios, principalmente, quando privilegia a formação do aluno que é o ponto de partida e central da Universidade.

Ao voltar-se para a pesquisa, o professor emprega esforços visando o aprofundamento teórico, sendo estimulado a estabelecer a busca do objeto de estudo. O predomínio de um pensamento criador e de um espírito crítico, o contato com uma idéia, ou mesmo com um complexo de idéias, favorece o jogo vital do conhecimento, imprescindível à sua função na Universidade.

Dessa forma, entre livros, textos, debates, seminários, escritos e mais escritos, o professor desenvolve o seu trabalho cotidiano, cuja finalidade se dirige à produção e à formação acadêmica. O docente entra em um movimento progressivo de avanço e de aperfeiçoamento, que coroa a sua ascensão profissional, motivo mais do que suficiente para que atinja cada vez mais níveis desejáveis de satisfação e gratificação interna.

Porém, uma análise mais apurada deste processo, nos leva a crer que seria extremamente pueril e ingênuo, imaginar que essa travessia possa ser realizada apenas na calmaria. A presença de percalços que o professor enfrenta para dar cabo de sua missão é constante e acaba retratando, com certa fidelidade, o avesso da situação. As cobranças, as exigências e as pressões sofridas externamente e, em decorrência, internamente, levam-no a trilhar um caminho



que cada vez mais pode ser de obrigatoriedade e desprazer, configurando-se como um mundo subterrâneo e angustiado que nunca é revelado, senão a si próprio, e de forma muitas vezes inconsciente.

O pouco que se sabe dele é quando uma parcela ínfima de queixas vem à tona nos rápidos momentos de encontros que ocorrem nos corredores lamuriosos. Pequenos segredos e confissões são despejados, com a ressalva de que esta revelação é feita apenas para as pessoas de sua estrita confiança. Conversas esparsas, fugidias, entrecortadas e repletas de dores. Relatos que giram basicamente sobre os sintomas que acometem o corpo físico, alguns possíveis de serem diagnosticados, outros obscuros e sem solução. São mentes que sofrem e reclamam pelos corpos que tornaram-se inquietos, que padecem de dor e adoecem. São sentimentos e atitudes que ressoam de forma destoante porque o corpo encontra-se ferido. É a fase da subversão psíquica, acusando que algo não vai bem no processo da produção. Como ressalta Dejours (1993, p.150), *“beneficiário da produção, o homem é, amiúde no mesmo movimento, vítima do trabalho”*.

Observa-se que a tarefa desenvolvida pelo professor universitário apresenta características que lhe são próprias. É uma profissão considerada essencialmente intelectual, cujas atividades de pesquisa exigem de certa forma um trabalho solitário, já que praticamente é voltado apenas para as leituras, as reflexões e a escrita. Durante este processo, ocorre, possivelmente, uma canalização e concentração de energia na mente, pois o professor sente-se mergulhado em um mundo pensante. Por sua vez, o corpo é forçado a uma certa postura, que é a posição sentada, permanecendo calado, passivo, ignorado e ‘anestesiado’. Em dado momento deste processo acontece uma quebra de sintonia, os sintomas emergem, pois os nós que aprisionam o corpo delatam de seus esconderijos que houve uma grave ruptura de contato do indivíduo com os seus aspectos vitais e sensitivos. Parece que o corpo, de tanto ser o executor da



mente, mecaniza-se, torna-se extremamente limitado e tensionado, perdendo a capacidade de liberar movimentos criativos e harmônicos.

Crespo (1990, p.08) salienta que o corpo é considerado “(...) *ao mesmo tempo, principal meio de expressão e de liberdade e lugar eminente da mais profunda censura e servidão do homem*”.

Portanto, a constatação de um aspecto singular do trabalho do professor universitário tornou-se um tema, antigo e freqüente, de nossa preocupação e reflexão. O interesse que nos impulsiona a estar pesquisando a face obscura do trabalho acadêmico é porque os sinais aparentes acusam que mente e corpo dissociam-se, confinando o indivíduo em um sofrimento psíquico e físico.

A conscientização dessa problemática, por diversas vezes observada e sentida no meio profissional é que nos leva a tentar buscar um maior entendimento e conhecimento dessa realidade. Acreditamos que essa investigação possa trazer alguma contribuição, no sentido de possibilitar o despertar dos corpos adormecidos, proporcionando a busca da saúde e da energia para que o trabalho intelectual possa ser desfrutado de maneira mais prazerosa.

A partir dessas considerações, a proposta do presente estudo baseia-se nas seguintes verificações:

- 1) que tipo de relação o professor universitário estabelece com o seu próprio corpo quando desenvolve um trabalho intelectual?
- 2) o que acontece com o corpo deste professor, quando o mesmo é submetido à imobilidade, à indiferença ou a ‘esquecimentos’? Ou seja, sob a influência do mental, como este corpo reage a todo este processo?

Para analisar estas questões, organizamos este trabalho em cinco partes. Na primeira, **(Des)-cobrindo o Corpo Psíquico**, apresentamos alguns pressupostos e conceitos básicos da teoria de Reich, pelo fato de o mesmo ter



sido o precursor de uma abordagem baseada na concepção de que o desenvolvimento do ser humano compreende a unidade psique e soma. O autor ressalta que a vida emocional do homem é vivida dentro do corpo, ou seja, o corpo é o lugar da vida emocional, pois a estrutura corporal é a escultura em carnes da vida emocional posta no mundo. Assim, Reich descobre no corpo não só os fundamentos do caráter, mas também as bases da neurose.

Embora a sua teoria seja a nossa linha mestra, incluiremos também, ao longo deste estudo, os trabalhos desenvolvidos por neo-reichianos. Ressaltamos que entre Reich e os neo-reichianos existem pontos comuns e diferenciados, mas observa-se que, cada um a seu modo, foi trazendo contribuições importantes, enriquecendo e aprofundando a compreensão do funcionamento unitário do homem. Por isto, a nossa intenção em abordá-los justifica-se pelo fato de podermos buscar encaixes, complementações e compreensões que favoreçam as discussões dos resultados, possibilitando uma visão mais dinâmica sobre os possíveis comportamentos e atitudes apresentados pelos participantes do estudo.

A segunda parte compreende a **Metodologia**, abrangendo a descrição do processo de seleção dos sujeitos, do instrumento e dos procedimentos de coleta e análise dos dados.

Na terceira parte são descritos e analisados os resultados obtidos, sob o título **Resultados**. A quarta parte refere-se às **Conclusões**, onde os objetivos do trabalho são retomados e respondidos.

Por último, nas **Considerações Finais**, são feitas algumas observações e críticas, além de apontadas algumas contribuições do presente trabalho e sugeridas hipóteses para pesquisas futuras nesta linha.



I - (DES)-COBRINDO O CORPO PSÍQUICO

“A vida vegetativa do homem é apenas uma parte do processo universal da natureza. Em suas correntes vegetativas, o homem também experimenta uma parte da natureza. Assim que compreendermos totalmente a função natural, não haverá lugar para as estruturas psíquicas destruidoras da vida, que impedem o desenrolar construtivo da energia vegetativa, causando assim a doença e o sofrimento. Além disso, sua existência contínua é justificada com base em que são providenciais e imutáveis. Mas certas estruturas psíquicas só continuam a existir porque nosso conhecimento acerca de suas origens é tão fragmentado. O homem sonha, agitado por obscuros sentimentos ‘oceânicos’, em vez de dominar sua existência, e é destruído em sonhos. Mas o sonhar do homem é apenas uma insinuação da possível fruição da vida vegetativa. Talvez a ciência consiga, um dia, realizar o sonho de felicidade terrena da raça humana. Talvez, então, a questão eternamente irrespondível sobre o significado da vida desapareça e seja substituída pela realização plena da vida” (Reich)

A necessidade de abordar alguns conceitos básicos da teoria reichiana, neste capítulo, nos coloca diante de uma tarefa que desperta ou traz certa temeridade. Este sentimento que se delineia, é perfeitamente justificável, pois diante de um brilhante teórico da personalidade como Reich, corremos o risco de simplificar os seus conceitos, e quem sabe, torná-los incompletos. Mesmo tendo consciência das possíveis dificuldades nesta empreitada, tentaremos abordar alguns pressupostos do autor, pois, mesmo que o pensamento de Reich tenha fluído em uma direção, ele é composto de várias vertentes e mananciais. É assim

que, embora reconhecendo o valor e a riqueza de sua abordagem, restringiremos a nossa descrição, retomando, ainda que de forma breve, alguns conceitos básicos que possibilitarão o suporte para a análise dos resultados da pesquisa em questão.

Em um grande período de sua vida Reich dedicou-se ao trabalho científico, legando-nos uma obra fecunda, complexa e contundente. Ao longo de seu estudo vai deixando rastros que culminam em um ponto baseado na visão de que o ser humano deve ser focado de maneira global, ou seja, ele é composto de um todo, de uma unidade, cuja psique e soma fundidos fazem parte de uma cadeia de seres vivos, pulsando conjuntamente com a natureza e o cosmo. A sua preocupação sempre esteve voltada para a busca da compreensão e do entendimento do homem enquanto um ser que, em todo o tempo, debateu-se entre conflitos e sofrimentos, revelando as várias facetas da miséria humana. Para isso, as suas pesquisas direcionaram-se por caminhos diversos nos quais foi elaborando análises psicológicas, biológicas, sociológicas que culminaram no que denominou de biofísica, ou seja, para Reich (1995a, p.255) “(...) *a estrutura psíquica é ao mesmo tempo uma estrutura biofísica, que representa um estado específico indicativo da interação das forças vegetativas de uma pessoa*”. Como aponta Boadella (1985, p.12), “(...) *sua atividade psiquiátrica rompeu fronteiras estabelecidas, levando-o à sociologia e à biologia. Seus estudos conduziram-no do organismo aos limites da atmosfera e finalmente às implicações planetárias da ecologia humana, onde o problema da poluição se tornou a preocupação principal*”.

O trabalho realizado por Albertini (1994) sobre a vida e obra de Reich até 1934, nos confirma mais uma vez a exata dimensão da posição ocupada por este homem, cuja sólida base científica proporcionou o desenvolvimento de um pensamento teórico profundo, possibilitando a compreensão do funcionamento humano em suas várias instâncias. O autor, em suas reflexões pessoais, pinça características de Reich, dando um “colorido” especial à sua figura, descrevendo



dentre outras coisas o “envolvimento, engajamento e entrega profunda no universo das idéias, das relações humanas, dos projetos..., capacidade de formular questões fundamentais na militância política, na prática clínica, na construção teórica...”, e o fato de que “descrito sempre como indivíduo portador de muita energia - muita carga -, Reich não aceitava passivamente o estado de miséria social, o estado permanente de infelicidade, o flagelo neurótico, a destrutividade” (p.85-6). A maneira especial de ser na vida, o espírito de investigação e exploração sempre presente, a profunda percepção diante de problemas e as atitudes demasiadamente francas, contribuíram para que Reich adentrasse por determinados campos da pesquisa e transitasse com muito domínio nas áreas das ciências já especificadas. É o próprio Reich (1995a, p.13), quem comenta que o fato de conseguir “(...) *trabalhar simultaneamente em disciplinas tão diferentes (...)*”, suscita reações de estranheza por parte das pessoas, afirmando que “alguns psicanalistas desejam que eu volte à psicanálise; os políticos empurram-me para a ciência natural e os biólogos para a psicologia”.

Por isso, para compreender a teoria de Reich, como cita Dadoun (1987, p.17), é preciso ter em mente que

“(...) o biológico, o corpo, o psíquico, o caráter, jamais são pensados isoladamente em Reich, como esferas autônomas, mas inscrevem-se sempre nas redes da socialidade, em sistemas psicopolíticos de variada envergadura, desde estas microssociedades que são o casal e a família até os grandes agregados que são as nações e a própria humanidade. O rigoroso respeito ao pensamento de Reich implica, portanto, que se leve em conta e que se considere esta dimensão política, ou, mais precisamente, psicopolítica, ignorada por psicólogos e políticos ao mesmo tempo”.

Um dos primeiros temas a interessar Reich, ainda estudante de medicina, foi a sexualidade. O encontro com os escritos de Freud e a descoberta



de sua teoria da libido¹, fizeram-no um grande entusiasta, sendo, aos 23 anos de idade, admitido como membro da Sociedade Psicanalítica de Viena.

O contato de Reich com a origem da teoria da libido, revelou que a preocupação inicial de Freud, por este ter tido formação biológica, era a de “(...) *traduzir em termos fisiológicos sua compreensão do funcionamento psíquico* (...)” (Boadella, 1985, p.18). Pela dedicação, também, aos estudos da biologia, Reich envolveu-se com a discussão que esta teoria comportou sobre os conceitos de tensão sexual, experiência do prazer, energia física, quantidade de excitação (energia das emoções e sintomas), fator quantitativo, cujas concepções em muito o contagiaram. Mas aos poucos, estas mesmas concepções foram deixando de atender as suas dúvidas, provocando novas indagações sem respostas. Constatou-se que a somatória destes fatores forneceram o desencadear de uma busca investigatória que resultou na construção da teoria econômico-sexual: teoria do orgasmo.

Segundo Boadella (1985, p.19), a separação de Reich com os psicanalistas deu-se em função de que

“(...) a psicanálise e a economia sexual tomaram direções opostas, uma vez que a primeira passou a não dar atenção a quantidade emocional e a se concentrar cada vez mais nos conteúdos da vida psíquica e a se desenvolver em direção a uma psicologia das idéias; enquanto que o foco de Reich na quantidade de excitação deveria levá-lo ao campo da pesquisa da energia física (...)”.

O trabalho desenvolvido por Reich visava estabelecer as bases biológicas da libido, pois compreendia que ela não comportava apenas um conceito psíquico, mas sim, a energia do instinto sexual. Predominava entre os psicanalistas a idéia de que os pacientes neuróticos apresentavam uma vida sexual genital sadia. Como a psicanálise não demonstrou interesse sobre este

¹ **Libido:** “Energia postulada por Freud como substrato das transformações da pulsão sexual quanto ao objeto (deslocamento dos investimentos), quanto à meta (sublimação, por exemplo) e quanto à fonte da excitação sexual (diversidade das zonas erógenas).” (Laplanche e Pontalis, 1992, p. 265-6).



tema, Reich, por meio de sua prática clínica, no contato direto com os seus pacientes começou a pesquisar este fato, tentando estabelecer a diferença entre uma vida sexual satisfatória e insatisfatória. Assim, partindo destas considerações, estabelece dois pontos básicos em sua teoria. O primeiro é que a insatisfação ou perturbação genital em um indivíduo expressa o sintoma da neurose e, o segundo, que o estabelecimento do prognóstico de uma pessoa deve estar embasado em uma avaliação de sua genitalidade ou função genital. Reich (1995a, p.90) afirma que *“a gravidade de todas as formas de enfermidade psíquica está diretamente relacionada com a gravidade da perturbação genital”*, isto é, as experiências sexuais insatisfatórias revelam o sintoma básico da neurose e *“as probabilidades de cura e o sucesso da cura dependem diretamente da possibilidade de estabelecer a capacidade para a satisfação genital plena”*, porque as perturbações neuróticas não existem na presença de uma sexualidade satisfatória.

A apresentação dessas proposições na Sociedade Psicanalítica de Viena, suscitou veementes críticas e contestações, por parte de seus membros,

“(...) e com o objetivo de responder à crítica de que existiam neuróticos com vida genital sadia, Reich iniciou a elaboração de um conceito que desempenharia um papel fundamental em todo o seu pensamento teórico, ou seja, o de ‘potência orgástica’. Ele próprio compara a importância desse conceito, para a sua teoria, à do complexo de Édipo, para a psicanálise freudiana” (Albertini, 1994, p.34-5).

Para Reich (1995a, p.94), a expressão de saúde está baseada na potência orgástica, que é definida como *“(...) a capacidade de abandonar-se, livre de quaisquer inibições, ao fluxo de energia biológica; a capacidade de descarregar completamente a excitação sexual reprimida, por meio de involuntárias e agradáveis convulsões do corpo (...)”*. O autor enfatiza ainda que

“a saúde psíquica depende da potência orgástica, isto é, do ponto até o qual o indivíduo pode entregar-se, e pode experimentar o clímax de



excitação no ato sexual natural. Baseia-se na atitude de cunho não neurótico da capacidade do indivíduo para o amor. As enfermidades psíquicas são o resultado de uma perturbação da capacidade natural de amar. No caso da impotência orgástica, de que sofre a esmagadora maioria, ocorre um bloqueio da energia biológica, e esse bloqueio se torna a fonte de ações irracionais. A condição essencial para curar perturbações psíquicas é o restabelecimento da capacidade natural de amar. Depende tanto de condições sociais quanto de condições psíquicas” (op.cit., p.15-6).

Assim, a potência orgástica por ser um critério de saúde mental, requer a manutenção de um nível energético estável pela capacidade de descarregar o excesso de energia. Ou seja, é a maneira pela qual a energia biológica é regulada. A sua base física é o reflexo do orgasmo no corpo e o processamento da energia realiza-se por meio do que Reich denominou de fórmula do orgasmo ou fórmula da vida :

tensão → carga → descarga → relaxação

“O processo sexual, isto é, o processo expansivo do prazer biológico, é o processo vital produtivo *per se*” (Reich, 1995a, p.18), pois as energias vitais implicam em regulações naturais. Portanto, a descarga energética satisfatória possibilita a eliminação da fonte de energia do sintoma. Ao contrário, a supressão da vida natural permite a energia sexual seja descarregada inadequadamente, provocando a estase² energética que, por sua vez, acaba sendo o fator mantenedor das neuroses e das psicoses.

A sexualidade entendida como uma atividade vital e natural, e dentro da visão de unidade soma e psique, deve ser, também, compreendida como um aspecto da personalidade total de um indivíduo. A sexualidade é uma forma de expressão emocional, cujo contato do indivíduo consigo próprio, com os seus

2 . **Estase:** significa “... uma inibição da expansão vegetativa e um bloqueio da atividade e motilidade dos órgãos vegetativos centrais. A descarga de excitação é bloqueada: a energia biológica fica presa.” (Reich, 1995, p.288).



genuínos sentimentos e sensações, o capacitam a entregar-se ao outro de maneira profunda e verdadeira. Lowen (1988, p.36-7), enfatiza que

“(...) o ato do sexo é uma doação do si-mesmo. A satisfação resulta de uma entrega total do si-mesmo para o parceiro no ato sexual. Sem essa entrega, a satisfação sexual não pode ser alcançada. Em outras palavras, somente quando fazer amor é de todo coração, ou não antes de o coração estar unido aos genitais no ato sexual, é que é possível alcançar a realização orgástica no amor sexual. Se a felicidade sexual é relativamente rara em nossa cultura, é porque as pessoas perderam a capacidade de se darem completamente umas às outras. A perda dessa capacidade de amar é tanto a causa quanto o resultado da propagação de neuroses, típica de nossos tempos”.

As investigações realizadas por Reich sobre a carga-descarga da energia biológica do corpo, levaram-no, mais tarde, a denominá-la de orgone (termo proveniente de organismo e orgasmo) ou energia vital, que se faz presente em todos os seres vivos e no universo. *“(...) A energia orgone cósmica funciona no organismo vivo como energia biológica específica. Como tal, governa todo o organismo; expressa-se tanto nas emoções quanto nos movimentos puramente biofísicos dos órgãos.”* (Reich, 1995b, p.330).

Partindo da constatação de que a energia da pulsão³ é impedida de ser descarregada, Reich estabelece uma formulação de que *“(...) a necessidade de recalcar exigências pulsionais origina a formação do caráter(...)”* (1995b, p.167-8). O desencadear deste processo começa a ocorrer durante o desenvolvimento infantil, já que a relação estabelecida entre pais e filhos sustenta necessariamente a compreensão entre o grau de frustração e o de satisfação pulsional. Além disso, Reich propõe um esquema, cujas possibilidades para a

3. **Pulsão:** “Processo dinâmico que consiste numa pressão ou força (carga energética, fator de motricidade) que faz o organismo tender para um objetivo. Segundo Freud, uma pulsão tem a sua fonte numa excitação corporal (estado de tensão); o seu objetivo ou meta é suprimir o estado de tensão que reina na fonte pulsional; é no objeto ou graças a ele que a pulsão pode atingir a sua meta.” (Laplanche e Pontalis, 1992, p.394).



formação do caráter prendem-se “a fase na qual a pulsão é frustrada; a frequência e intensidade das frustrações⁴; as pulsões contra as quais a frustração é principalmente dirigida; a correlação entre indulgência e frustração; o sexo do principal responsável pela frustração; as contradições nas próprias frustrações”. Acrescenta ainda que o desencadear destas condições “(...) são determinadas pela ordem social dominante no que diz respeito à educação, moralidade e satisfação das necessidades, em última análise, pela estrutura econômica vigente da sociedade” (op.cit., p.156).

Albertini (1994, p.32) ressalta a importância de explicitar a utilização, por Reich, do conceito de caráter, apontando que

“(...) assim é necessário compreender que : caráter indica a existência de uma estrutura egóica organizada; caráter neurótico aponta para o fato de essa estrutura ser relativamente crônica, rígida e repetitiva. Para sugerir a presença de uma estrutura flexível, menos compulsiva e mais autocontrolada, ele utiliza a expressão ‘caráter genital’, que é, na verdade, o ideal de saúde na perspectiva reichiana”.

A formação do caráter decorre de duas forças que se entrecrocaram, uma que se refere às exigências do instinto, e a outra, ao mundo exterior que impõe frustrações a estas exigências. Lowen (1982) nos explica que, se por um lado, os pais são fonte de amor e prazer, porque fornecem contato afetivo, contenção, alimento e estimulação sensorial, por outro, estão vinculados à possibilidade da dor, já que esse contato pode envolver diferentes graus de frustrações, punições, privações e repressões. Como as experiências de dor são vivenciadas pelo organismo como uma ameaça à sua integridade, a criança, cujo crescimento é acompanhado por atitudes punitivas, frustrativas e privativas,

4. Cabe ressaltar que, sobre a educação infantil, Reich considera necessária a ocorrência da frustração, em um texto de 1924 (O Caráter Impulsivo), mas a diferencia quando estabelece quatro práticas educacionais. Isto é, descreve os tipos de atitudes tomadas em relação à criança, que podem variar desde frustrações e satisfações parciais (as mais adequadas) até frustrações intensas e traumáticas. (Albertini, 1994).



desenvolve acentuada ansiedade e, conseqüentemente, a defesa⁵ instala-se para livrá-la de mais conflitos e dores.

“A fim de manter o recalque, torna-se necessária uma transformação adicional do ego: os recalques têm de ser cimentados, o ego tem de se enrijecer, a defesa tem de assumir um caráter cronicamente operante e automático(...)”. A decorrência deste processo, ou melhor, “(...) essas medidas tomadas pelo ego é, em última análise, o medo consciente ou inconsciente de punição, mantido desperto pelo comportamento prevalecente de pais e professores” (Reich, 1995b, p.153).

Desta forma,

“(...) o caráter consiste numa mudança crônica do ego que se poderia descrever como um enrijecimento. Esse enrijecimento é a base real para que o modo de reação característico se torne crônico ; sua finalidade é proteger o ego dos perigos internos e externos. Como uma formação protetora que se tornou crônica, merece a designação de ‘encouraçamento’, pois constitui claramente uma restrição à mobilidade psíquica da personalidade como um todo” (op.cit., p.151).

Este processo estabelece o uso de defesas como medida de proteção contra as dores e as ameaças sentidas emocionalmente, levando o indivíduo a desenvolver uma estrutura rígida, crônica, repetitiva e automática. Este modo de reação caracteriza o seu caráter. Ao mesmo tempo, Reich denomina de ‘couraça’ este estado de enrijecimento, cuja energia encontra-se contida na contração crônica de grupos musculares, enfatizando que *“o espasmo da musculatura é o lado somático do processo de repressão, e a base da sua contínua preservação(...)”* (1995a, p.256). Assim, o objetivo da couraça muscular *“(...) é a retenção, ajudando a pessoa a se submeter e a reduzir, portanto, sua ansiedade; essa é uma retenção dos movimentos unitários (emoções), impedindo em seu*

5 . **Defesa:** “Conjunto de operações cuja finalidade é reduzir, suprimir qualquer modificação suscetível de por em perigo a integridade e a constância do indivíduo biopsicológico.” (Laplanche e Pontalis, 1992, p.107).



sentido mais profundo o reflexo do orgasmo, que permite a entrega ou rendição total do corpo às emoções biológicas” (Baker, 1980, p.65).

Se a couraça está vinculada à uma educação antinatural, por parte dos adultos, a consequência deste processo é que o homem perde a capacidade de entrar em contato com as suas emoções naturais e de expressá-las de forma livre e espontânea.

*“(…) É como se a personalidade afetiva se encouraçasse, como se a concha dura que ela desenvolve fosse destinada a desviar e a enfraquecer os golpes do mundo externo bem como os clamores das necessidades internas. Esse encouraçamento torna a pessoa menos sensível ao **desprazer**, mas também restringe sua motilidade agressiva e libidinal, reduzindo assim a capacidade de realização e de prazer” (Reich, 1995b, p.314).*

Os bloqueios musculares levaram-no a descoberta de que a couraça muscular está disposta em sete segmentos. A sua estrutura é sempre horizontal e circular (com exceção dos braços e pernas), formando vários anéis em relação aos ângulos retos da coluna. Os segmentos da couraça compreendem o ocular, o oral, o cervical, o torácico, o diafragmático, o abdominal e o pélvico.

Reich utiliza o conceito de ‘identidade funcional’, para indicar que tanto as atitudes musculares como as atitudes de caráter são equivalentes, pois apresentam *“(…) a mesma função no mecanismo psíquico: podem substituir-se e podem influenciar-se mutuamente. Basicamente, não podem separar-se. São equivalentes na sua função” (1995a, p.230-1).*

A partir da concepção de couraça do caráter, Reich (op.cit., p.231) observou, em sua prática clínica, que a liberação das contrações musculares dos pacientes eram acompanhados por “irrupções da energia vegetativa”. Isto é, as sensações corporais manifestas prendiam-se a *“(…) tremor involuntário e contrações dos músculos, sensações de frio e de calor, coceira, impressão de picadas de alfinetes e agulhas, sensações de espinhos, uma impressão de grande*



excitação nervosa, e percepções somáticas de angústia, cólera e prazer(...)". Assim, concluiu que eram processos psíquicos ocorrendo no campo somático, pela descoberta de que a contração muscular é sustentada pelo sistema nervoso autônomo. "*Classifiquei como 'correntes vegetativas' todos os fenômenos somáticos que, em contraste com as couraças musculares rígidas, se caracterizam pelo movimento*"(op.cit).

Para melhor compreensão deste fato, Reich (1995b, p.326) discute a evolução natural, apontando

*"(...) dois grandes saltos que introduziram processos mais **graduais** de desenvolvimento. O primeiro foi o salto do estado inorgânico para o estado orgânico ou vegetativo. O segundo foi o salto do estado vegetativo orgânico para o desenvolvimento do aparelho psíquico, particularmente o desenvolvimento da consciência, com a capacidade fundamental de **autoconhecimento**. Considerando que o orgânico nasce do inorgânico e o psíquico tem origem no vegetativo, eles continuam funcionando e agindo de acordo com as leis básicas que governavam sua matriz. Em princípio, encontramos as mesmas leis químicas e físicas no orgânico e no inorgânico; e no componente psíquico encontramos as mesmas reações fundamentais de tensão e relaxamento, estase de energia e descarga, excitabilidade, etc, que encontramos no componente vegetativo"*.

Dessa forma, ele desenvolve uma técnica psicoterápica, a qual denominou de vegetoterapia carátero-analítica, cujo

"(...) princípio básico é o restabelecimento da motilidade biopsíquica através da anulação da rigidez (encouraçamento) do caráter e da musculatura. Essa técnica de tratamento das neuroses foi experimentalmente confirmada pela descoberta da natureza bioelétrica da sexualidade e da angústia. Sexualidade e angústia são



funções do organismo vivo que operam em direções opostas: expansão agradável e contração angustiante” (Reich, 1995a, p.17).

À medida que foi aprofundando as suas investigações sobre a energia orgone substitui o termo vegetoterapia por orgonoterapia.

Sempre com o objetivo de preservar o direito à liberdade e a busca da verdade no desenvolvimento de um pensamento científico, Reich assumiu e defendeu as suas posições teóricas e políticas, o que lhe acarretou perseguições, críticas e incompreensões de um mundo contaminado por aquilo que ele definiu como peste emocional⁶. Sobre as acusações a ele imputadas, Reich desabafa:

“(...) Psicanalistas neuróticos declararam que eu era doente mental; os comunistas facistas denunciaram-me como trotsquista; pessoas sexualmente frívolas afirmaram que eu era proprietário de um bordel sem licença; a Gestapo perseguiu-me com a acusação de ser bolchevista (o FBI fez o mesmo acusando-me de ser espião alemão); mães dominadoras queriam que eu passasse à posteridade como sedutor de crianças; charlatões no campo da psiquiatria chamaram-me de charlatão; pretensos salvadores da humanidade chamaram-me de novo Jesus ou Lenin (...)”.

Em seu relato argumenta ainda que

“(...) não posso ter sido todas essas coisas pela simples razão de que meus interesses e esforços se concentram em outra atividade, no trabalho sobre a estrutura humana irracional e no trabalho extremamente absorvente de compreender a energia vital cósmica, recentemente descoberta - em resumo, na economia sexual e na

⁶ “Podemos definir a peste emocional como um comportamento humano que, com base numa estrutura de caráter biopática, age de maneira organizada ou típica em relações interpessoais, isto é, sociais, e em instituições” (Reich, 1995, p.465). O autor coloca que a sua manifestação ocorre em várias esferas da vida, como as biopatias do sistema nervoso autônomo, métodos sádicos de educação, criminalidade anti-social, pornografia, ódio racial, etc.



biofísica orgônica. Talvez essa consideração lógica ajude a dissolver o mal-entendido que o mundo criou a meu respeito” (1995b, p.489).

Mesmo com todo entusiasmo e convicção com que Reich desenvolveu o seu trabalho no entendimento da personalidade humana, infelizmente, esbarrou no preconceito, no pouco interesse, no desprezo e nas distorções feitas em relação ao seu pensamento. E, embora atualmente ainda haja resistência ao seu trabalho, ressaltamos a contribuição dos seus seguidores, discípulos ou não, que vem proporcionando a disseminação e o avanço de suas idéias. Dentre eles, reichianos e neo-reichianos, destacamos Ola Raknes, John C. Pierrakos, Eva Reich, Federico Navarro, Alexander Lowen, Elsworth F. Baker, David Boadella, Gerda Boyensen, Stanley Keleman, Roger Dadoun, Ken Dychtwald e José A. Gaiarsa, sendo que, alguns destes desenvolveram particularidades em seus estudos, aprofundando, complementando, ampliando e mesmo diferenciando alguns aspectos da teoria. É assim que identificamos Lowen, o criador da Bioenergética; Boadella, o da Biossíntese; Navarro, o da Somatopsicodinâmica; Boyensen, o da Biodinâmica e Keleman, que ancorou o enfoque corporal à Fenomenologia Existencial.

Resumindo, podemos identificar na teoria reichiana a proposta de que a personalidade deve ser compreendida a partir do caráter psíquico, da estrutura corporal e da estrutura social, o que significa buscar o entendimento da energia libidinal e da regulação do seu fluxo pela função do orgasmo. O impedimento desta regulação, ou seja, a retenção do fluxo energético nas couraças musculares é desencadeado pelas condições da vida social, as quais não respeitam os aspectos naturais do ser humano, uma vez que a imposição de normas educacionais provocam a supressão de sensações libidinais, limitando e restringindo a mobilidade psíquica.

Dadas todas estas considerações sobre os pressupostos da teoria de Reich que embasam este estudo, é nossa intenção estar aqui apontando, como dito anteriormente, as possíveis relações entre o trabalho intelectual e o corpo daquele que compõe o nosso universo de análise: o professor universitário.



II - METODOLOGIA

A) SUJEITOS

Em função dos objetivos propostos para o desenvolvimento deste estudo, direcionamos o nosso interesse para a figura do professor universitário. A escolha deste profissional baseou-se no fato de que ele participa de um contexto universitário, cuja proposta engloba o prosseguimento da carreira e a constante atualização de conhecimentos, implicando numa produção intelectual contínua. As suas atividades cotidianas consistem em preparação de aulas, leituras, orientação e/ou supervisão de alunos, desenvolvimento de seus próprios trabalhos, seja de pesquisa, tese, artigo e outros, cujos procedimentos requerem sempre a posição sentada, a concentração e a imobilidade do corpo. Observa-se que a principal característica de seu trabalho baseia-se na mente e não no corpo.

O projeto original do presente estudo, previa trabalhar com 09 (nove) professores universitários, por meio de entrevistas individuais. Ocorreu, no entanto, que ao solicitarmos a cooperação de alguns docentes para participarem do estudo piloto, começamos a perceber um movimento de recusa, recuo ou indecisão. Essa pequena amostra fortaleceu o receio de que, posteriormente, os sujeitos pudessem, por uma razão ou outra, se negar a colaborar, e assim, inviabilizar o desenvolvimento deste trabalho. Após várias discussões e reflexões optamos por um questionário, ao qual o professor pudesse responder sem a presença da pesquisadora, o que lhe garantiria, possivelmente, uma situação mais tranqüila e menos persecutória. Resolvemos também ampliar o número de sujeitos, compondo a amostra com todos os professores de uma unidade de uma Universidade Pública do Estado de São Paulo que se dispusessem, voluntaria-

mente, a participar da pesquisa. Consideramos que a amostra, assim constituída, poderia ser mais representativa e significativa para os nossos estudos.

Desse modo, o trabalho contou com a participação voluntária de 61 (sessenta e um) professores universitários, que fazem parte dos cursos de Letras (L=30 sujeitos), de Psicologia (P=25 sujeitos) e de Ciências Biológicas (CB=06 sujeitos).

Convém ressaltar aqui que, na época da coleta de dados, o corpo docente do câmpus contava com um número total de 174 (cento e setenta e quatro) profissionais, distribuídos pelos cursos de Letras (66), Psicologia (45), História (32), Ciências Biológicas (17) e Departamento de Educação (14). Houve a exclusão de 04 (quatro) docentes, por terem participado e colaborado na etapa do estudo piloto. Dessa forma, procurando abranger a totalidade dos professores deste câmpus foram enviados 170 (cento e setenta) questionários. Deste total, 70 (setenta) questionários retornaram e, posteriormente, 09 (nove) foram eliminados. A justificativa dessa eliminação deu-se em função de que os dados de identificação de 05 (cinco) questionários foram omitidos, não havendo, portanto, condições de classificá-los quanto ao curso, idade, sexo, etc. Os 04 (quatro) questionários restantes, os únicos entregues pelo curso de História, também foram retirados por não terem sido considerados estatisticamente representativos se comparados com o número total de professores do referido curso.



A tabela I, a seguir, permite a visualização das características da amostra quanto as variáveis faixa etária, sexo, titulação e tempo de serviço.

TABELA I

Frequência e porcentagem de frequência dos 61 sujeitos da pesquisa quanto a faixa etária, sexo, titulação e tempo de serviço.

SUJEITOS VARIÁVEIS	FREQUÊNCIA ABSOLUTA				FREQUÊNCIA RELATIVA			
	L	P	CB	T	L	P	CB	T
Faixa Etária:								
21 a 30	01		01	02	03,3		16,7	03,3
31 a 40	07	09	03	19	23,4	36,0	50,0	31,2
41 a 50	18	13	02	33	60,0	52,0	33,3	54,1
51 a 60	03	03		06	10,0	12,0		09,8
61 a 70	01			01	03,3			01,6
Sexo:								
Feminino	16	15	03	34	53,3	60,0	50,0	55,7
Masculino	14	10	03	27	46,7	40,0	50,0	44,3
Titulação:								
Aux. Ensino	04	01		05	13,3	04,4		08,2
Mestre	09	15	03	27	30,0	60,0	50,0	44,3
Doutor	16	07	03	26	53,4	28,0	50,0	42,6
Livre Docente		02		02		08,8		03,3
Titular	01			01	03,3			01,6
Tempo de Serviço:								
01 a 10	21	11	06	38	70,0	44,0	100	62,3
11 a 20	06	08		14	20,0	32,0		22,9
21 a 30	02	06		08	06,7	24,0		13,2
31 a 40	01			01	03,3			01,6

N = 61 (L = 30; P = 25 e CB = 06)

Observa-se, então, que a maioria de docentes (33) encontra-se na faixa etária de 41-50 anos, vindo em seguida os da faixa de 31-40 anos (19). Quanto ao sexo há um ligeiro predomínio do feminino (34) em relação ao masculino (27). Na titulação distribuem-se entre mestres (27) e doutores (26), havendo poucos auxiliares de ensino (05) e livres-docentes (02) e, em relação ao tempo de serviço, concentram-se mais na faixa de 01 a 10 anos (38) e de 11 a 20 anos (14).



B) INSTRUMENTO E PROCEDIMENTO DE COLETA DE DADOS

Inicialmente, elaboramos um questionário com o objetivo de testá-lo, para subsidiar o desenvolvimento da coleta de dados desta pesquisa, configurando-se como um estudo piloto, onde 05 (cinco) professores (04 na ativa e 01 aposentado) fizeram a análise do mesmo, contribuindo com sugestões e críticas para sua elaboração definitiva.

Devemos ressaltar aqui que a organização deste questionário mostrou-se complexa, pois o atendimento aos objetivos propostos por este estudo implicava na construção de um instrumento que pudesse facilitar a auto-avaliação dos sujeitos. O estudo realizado por Penna (1986) acabou abrindo perspectivas, esclarecendo e solucionando vários pontos pendentes. Sendo assim, o Roteiro para Auto-Avaliação da Imagem Corporal construído por esta autora, serviu como modelo¹, já que a maior parte das questões concretizaram de forma ordenada o que estava ainda incipiente no pensamento, principalmente porque coincidiam com a intenção de abordar aspectos relacionados à conscientização corporal, às experiências sensoriais e cognitivas, às sintomatologias.

O questionário definitivo (Anexo-1) ficou, então, composto por 26 (vinte e seis) itens, sendo 11 (onze) deles com subitens, contendo respostas abertas e/ou fechadas, somando, no total, 48 (quarenta e oito) questões.

O procedimento de coleta de dados obedeceu aos princípios da ética, ou seja, para que ficasse resguardada a identidade de cada respondente, os questionários foram envelopados e entregues às secretarias de cada Departamento de cada Curso. Estabeleceu-se o prazo máximo de 01 (um) mês para a devolução dos mesmos, tendo sido sugerido que ao retornarem, estivessem protegidos em envelope lacrado. Estas instruções foram cumpridas pelos sujeitos.

1 . Utilizamos no nosso estudo 22 itens do Roteiro proposto por Penna. (1989).



C) PROCEDIMENTO DE ANÁLISE DOS DADOS

As respostas aos questionários foram categorizadas e tabuladas em frequência relativa e absoluta. Para facilitar a análise dos dados, as respostas categorizadas foram agrupadas em 08 (oito) temas, como se seguem: interesse pelo trabalho; corpomente; saúde; esporte, ginástica e *hobby*; alterações do comportamento; corpo; reação emocional e vida social e natureza. Os temas foram analisados individual e comparativamente. No Quadro 1 abaixo, podem ser visualizados os temas, as questões e os itens de cada um deles.

QUADRO 1

TEMAS	QUESTÕES	Nº DE ITENS
1. Interesse para o trabalho	6, 7, 8, 9, 10	05
2. Corpomente	11a, b, c, d	04
3. Saúde		
3.1 Saúde geral	12a, b, c, d, e, f	06
3.2 Sono	13a, b, c	03
3.3 Alimentação	14a, b	02
3.4 Consumo de drogas e medicamentos	15a, b, c, d, e	05
3.5 Reações neurovegetativas	16	01
4. Esporte, ginástica, hobby	17a, b, c	03
5. Alterações do comportamento	18a, b, c, d, e	05
6. Corpo		
6.1 Queixas e dores	19a, b	02
6.2 Insatisfações	20	01
6.3 Satisfações	21	01
7. Reação emocional	22a, b, c	03
	23	01
8. Vida social e natureza	24a, b, c	03
	25a, b	02
	26	01



III - RESULTADOS

TEMA 1 : INTERESSE PELO TRABALHO

O primeiro tema é constituído de 06 questões¹ e objetiva analisar o interesse que o professor universitário apresenta em relação a sua atividade profissional.

Os dados constantes da Tabela II (p. 32) demonstram que os sujeitos de L, P e CB optaram pela carreira universitária pela possibilidade de trabalhar em pesquisa e docência, sendo que CB enfatiza mais relevantemente a pesquisa (questão 6).

Coerentemente com os resultados acima, os três grupos buscaram realização intelectual/pessoal e profissional, com ênfase um pouco maior na primeira para L e P (questão 7). Nota-se que obtiveram êxito nesta busca, sendo alegada a oportunidade de aperfeiçoamento e ampliação dos conhecimentos, cujo movimento resultou em produção científica e crescimento pessoal, a contribuição para a formação de novos profissionais e a possibilidade de reverter benefícios para a comunidade. Entretanto, metade do grupo CB, seguido por uma parcela um pouco menor de P e L, não conseguiu atingir níveis tão satisfatórios de realização. As justificativas mais frequentes estão relacionadas com o processo de busca que ainda continua, excesso de burocracia na Universidade, problemas com o corpo docente e discente, e baixa remuneração (questão 8).

¹ Para facilitar a compreensão do leitor e a descrição dos dados, estamos considerando como questão, em todos os temas, cada um dos itens e dos subitens.



TABELA II

Porcentagem de frequência⁽¹⁾ das respostas dos sujeitos às questões referentes ao Tema 1

Respostas dos Sujeitos	QUESTÕES																	
	6			7			8			9a			9b			10		
	L	P	CB	L	P	CB	L	P	CB	L	P	CB	L	P	CB	L	P	CB
Pesquisa	34,7	42,5	83,3															
Docência	28,6	37,5	16,7															
Interesse	12,3																	
Condições		10,0																
Outras	22,4	10,0																
S/R*	02,0																	
Intelectual / Pessoal				48,9	57,5	50,0												
Profissional				37,8	22,5	50,0												
Outras				11,1	17,5													
S/R				02,2	02,5													
Sim							63,4	56,0	50,0									
Não							33,3	44,0	50,0									
S/R							03,3											
Sim										73,4	76,0	83,3						
Não										23,3	24,0	16,7						
S/R										03,3								
Solução Parcial													43,3	16,0	50,0			
Solução Total													06,7	20,0	16,7			
Sem Resolução													23,3	48,0	33,3			
S/R													26,7	16,0				
Sim																96,7	84,0	100
Não																03,3	16,0	

⁽¹⁾ As frequências simples encontram-se no Anexo 2

* S/R = Sem resposta

A grande maioria dos sujeitos de L, P e CB, teve algum tipo de frustração durante o percurso estabelecido para o alcance da realização (questão 9a). Os aspectos² mais focalizados direcionam-se ao corpo docente, por ser considerado corporativista, individualista, competitivo e por fazer política com vistas à disputa pelo poder, ao excesso de burocracia, pois as atividades administrativas suplantam o trabalho acadêmico; ao desinteresse e displicência do corpo docente e, ainda, remuneração insatisfatória. Os exemplos, a seguir, ilustram o descontentamento dos sujeitos:

“Os cursos nem sempre têm o nível que esperamos. A docência traz complicadores quando a instituição é fraca e precária como a nossa. Há tantos encargos administrativos que me levam a sentir em desvio de função”.

“Financeiramente não encontrei êxito. Em relação ao desinteresse dos alunos e colegas e, ao excesso de burocracia, sinto que estou próxima do desânimo”.

“Porque hoje vejo a Universidade, infelizmente, como uma instituição falida, comprometida com as forças mais retrógradas da sociedade. A Universidade (professores, alunos e funcionários) é profundamente autoritária - apesar de seu discurso liberal, defensora do corporativismo, além disso, demonstra ignorância acerca do que é a sociedade”.

“A encenação, as máscaras absurdas que as pessoas adotam em nome de uma superioridade profissional discutível, as disputas estéreis por ‘poderzinhos’ e a falta de disponibilidade para um diálogo franco acerca das dificuldades inerentes a qualquer percurso. Espera-se sempre a perfeição (prazos, prazos, prazos), sem se contribuir muito

2 Ressalta-se a contribuição do estudo realizado por Schmidt (1990) sobre o stress no ambiente acadêmico do ensino superior, cujos resultados permitiram a identificação das fontes principais de stress do professor universitário. Dentre estas, citaremos aquelas que apresentam pontos de coincidência com os assinalados também pelos sujeitos desta pesquisa, tais como: “Relacionamento com Colegas”, “Compensação/ Reconhecimento”, “Atividades Burocráticas” e “Desempenho Docente”.



para que os percalços sejam amenizados, no caso, por exemplo, a dificuldade de conciliar uma prática docente séria com a obtenção dos famigerados títulos”.

Houve ainda, neste item, considerações esparsas, mas muito contundentes, sobre o ambiente negativo dos cursos de pós-graduação, incompatibilidades com orientadores e fraudes em bancas de concurso.

Frente às frustrações, no que se refere a resolatividade, verifica-se que os grupos de L e CB conseguiram mais solução parcial, enquanto o de P ficou mais sem solução (questão 9b).

Finalmente, observa-se na última questão que a grande maioria dos sujeitos de P e L, e todos de CB, revelam obter prazer na atividade profissional (questão 10).

Os resultados do tema em questão, indicam que os três grupos apresentam coerência em suas respostas no que concerne à opção profissional, ao tipo de realização pretendida e ao êxito alcançado. Estes aspectos encontram-se interligados, já que um decorre do outro, pois o esforço demonstrado pelos sujeitos desta pesquisa, na busca de qualificação permanente, forneceu suporte para o aperfeiçoamento e o aprimoramento intelectual, dando condições para uma ação pedagógica, científica e cultural. Assim, a meta previamente traçada implicou em um movimento construtivo, pacientemente tecido por um período determinado, cujo desenlace foi o alcance efetivo e concreto de um plano de vida. Consequentemente, a conquista realizada reforçou e, talvez, intensificou sentimentos de satisfação consigo próprio. Fica, portanto, evidenciado que o interesse pelo trabalho universitário é demonstrado por meio do investimento pessoal e intelectual, da realização e do compromisso assumido frente à profissão, com vistas à manutenção da qualidade, aspectos estes necessários e fundamentais no meio universitário.

Embora uma parcela de sujeitos dos três grupos não tenha alcançado a realização desejada, observou-se que as suas justificativas coincidem com os



dados obtidos na questão seguinte, relativa a frustração. Nossa hipótese, neste caso, é de que esta instalou-se em algum momento na atividade profissional dos sujeitos. Neste sentido, parece haver um conflito básico entre idealização versus realidade. Os argumentos utilizados indicam que o imaginado, o esperado, baseado na crença de uma Universidade tida como um instrumento de transformação social, não se realiza quando em contato com a situação real. Ocorre então, a frustração do desejo de desenvolver projetos e trabalhos em equipe, de poder contar com um ambiente acolhedor e maduro o suficiente para a troca efetiva e enriquecedora de conhecimentos científicos e a transposição desses benefícios para a comunidade. Isto é evidenciado por respostas relativas a Universidade, do tipo: *“não possui uma identidade clara”, “a estrutura é burocrática, pesada e lenta”, “os projetos em grupo são abortados pelas invejas e desavenças dos departamentos”, “não há reconhecimento do trabalho” e “as relações são permeadas pelo autoritarismo”*.

Em decorrência desse processo, os sujeitos aparentam estar constrangidos, desmotivados e sem forças suficientes para a redefinição de objetivos. Tanto assim, que as tentativas, ou melhor, as pseudo-tentativas para o enfrentamento dos problemas especificados mostram resultados relativos a soluções parciais ou sem soluções. Verifica-se que o comportamento mais freqüente é o de fuga, pois as atitudes tomadas se prendem à recusa em participar de comissões, de reuniões, em não aceitar conversas para que as próprias convicções não sejam contaminadas, e o isolamento. Como retrata um sujeito: *“com relação ao departamento - tenho vindo à Faculdade para dar aulas, dar supervisão. Saí de todas as comissões de que fazia parte. Estou num lugar marginal, mas tenho produzido de forma interessante”*.

Será que é só pelo afastamento que se constrói uma produção interessante? Será que a sobrevivência de cada professor, dentro da Universidade, está condenada a uma cela solitária ? O que corrói este contexto ?



Estas perguntas instigam a reflexão e nos levam a considerar que o problema pode estar centrado em um movimento de cisão entre pensamento e emoção, gerando a dificuldade de adequação. Deste modo, os sujeitos realçam a produção individual merecedora de reconhecimento por parte da comunidade acadêmica e o que é da Universidade - as resoluções das dificuldades inerentes a este tipo de trabalho e que compreendem a interação interpessoal - fica prejudicado.

A partir disso buscamos o apoio de Reich (1995b), para começar a entender o posicionamento dos sujeitos. Como já dito anteriormente, este autor assinala que o desenvolvimento do homem envolve um conjunto de fatores, opondo-se a qualquer tipo de separação entre o intelecto, as emoções e o corpo. Portanto, a análise do intelecto envolve o reconhecimento e a compreensão da genitalidade, pois embora tenha uma função biológica, ele carrega consigo uma carga afetiva. A sua função não é simplesmente objetiva, porque também comporta uma carga emocional.

Reich relata que os estudos realizados sobre o intelecto humano desprezam dois pontos fundamentais, que seriam *“a própria função intelectual é uma atividade vegetativa e, a função intelectual pode ter uma carga afetiva cuja intensidade não é menor do que a de qualquer impulso puramente afetivo”* (1995b, p.285).

Assim, as funções vegetativas quando excitadas estabelecem a direção do fluxo energético, abrindo ou fechando canais dentro do corpo. O direcionamento dessa energia vai depender da situação emocional de cada ser. Se ela estiver fluindo para o simpático³, o indivíduo contrai-se perante a vida, vai se afastando da realidade e comprometendo a atividade intelectual, que passa a evitar a cognição. Se esta energia flui em direção ao parassimpático⁴, o indivíduo entra na expansão, conseguindo manifestar suas ações e movimentos - expressões

3 Vide p.68.

4 Vide p.68.



do seu ser - que, automaticamente, o levariam a um estado de prazer, de satisfação e de vivência criativa.

Reich postula que o “(...) intelecto pode agir nas duas direções fundamentais do aparelho psíquico, indo para o mundo ou afastando-se dele. Pode funcionar, corretamente, em uníssono com o afeto mais vivo, mas pode também assumir uma posição crítica em relação ao afeto” (1995b, p.285). Entre os dois, intelecto e afeto, existe uma relação funcional.

Sendo assim, o indivíduo saudável que se encontra no movimento de expansão, apresenta um pensamento que é orientado para “ *fatos e processos objetivos*”, consegue distinguir “(...) o essencial do não-essencial ou menos essencial, e tenta considerar e eliminar perturbações emocionais irracionais (...)” (1995b, p.466). Revela ainda, em função de sua natureza , uma maior adaptação a situações e, por estar em um movimento de abertura o pensamento racional tende sempre a buscar argumentos objetivos, conseguindo efetivar a troca com o outro baseado na união e solidariedade. Contrariamente, o indivíduo comprometido também busca a objetividade, isto é, “(...) tenta também orientar-se para fatos e processos objetivos. Mas nele o pensamento racional está misturado com a estase sexual crônica e afetado por esta (...)” (op.cit., p.467). O pensamento e a ação não coincidem e o pensamento tende a dissociar-se dos sentimentos.

Tais procedimentos se configuram da seguinte maneira : se o movimento corporal é percebido pela mente consciente que, por sua vez, permite que os pensamentos e sentimentos surjam e, se o corpo permanece atado pelas couraças, detona-se o processo de quebra na tríade pensar/querer/agir. Desta forma, o pensamento subjetivo passa a revelar perturbações, o pensamento objetivo racional (desprovido de afetos) se tornará inatingível e a capacidade de ação limitada. Este sistema de funcionamento se dá em função da repressão dos impulsos, fazendo que o comportamento intelectual seja permeado pelas racionalizações e desviado para assuntos impessoais.



No caso dos sujeitos desta pesquisa parece evidente que eles desejam e anseiam por uma mudança, mas ao mesmo tempo sentem-se paralisados. As queixas demonstram muito a irritação e o cansaço que as reuniões enfadonhas e intermináveis provocam, onde muito é falado e pouco é resolvido, e outros problemas já referidos, que ocorrem no dia-a-dia do trabalho dos professores-sujeitos. Parece, então, que tanto o pensamento racional como a atitude propiciadora de mudança encontram-se bloqueados, gerando a limitação da capacidade de ação, já que os motivos se apresentam contraditórios ou carentes de afetos, impossibilitando prováveis modificações para o alcance de melhores condições de trabalho e de vida, tanto para si, como para os outros.

A facilidade ou a dificuldade encontrada para o enfrentamento de determinados tipos de problemas, conforme os analisados até agora, vai depender basicamente dos recursos internos de cada pessoa, pois este funcionamento decorre de fatores individuais que estão alicerçados na estrutura e dinâmica de personalidade de cada um. Torna-se imprescindível levar em conta a história pessoal do indivíduo, pois a estruturação da personalidade está diretamente vinculada às relações estabelecidas com as figuras parentais, cujo desenvolvimento compreende não só o contato afetivo e prazeroso, como também os obstáculos e privações que são inerentes a este processo. “(...) *Os primeiros sentimentos estão ligados diretamente à expressão de necessidades, sejam de contato ou nutrição. O modo como essas necessidades foram satisfeitas ou respondidas provoca tipos de sentimentos de frustração ou de amor. Se sentimos fome, precisamos ser atendidos; se sentimos falta de contato, necessitamos ser tocados*”(Keleman, 1994, p.31). É, portanto, a história de vida do indivíduo que vai ditar o tipo de relação estabelecida com o mundo, que pode estar voltado, ou para a busca de soluções adequadas e saudáveis ou para as soluções inadequadas e doentias.

A compreensão destes aspectos nos reporta ao enfoque dado por Keleman (op. cit., p.27), sobre a necessidade de entender que a formação de



nossos corpos ocorre em função da maneira como vivemos e, para isto, torna-se prioritário

“(...) considerar o processo vital básico de excitação e como o moldamos. O corpo é um rio de acontecimentos e imagens, o curso de nossos processos - pensamentos, sentimentos, ações, desejos, imaginações - uma corrente de motilidade. Esse fluxo de metabolismo dos tecidos que continuamente se forma e se reforma como nossos corpos, é o que podemos chamar de excitação”.

Assim, as formas de excitação apresentam-se diferenciadas tanto na densidade, como na intensidade, estando as mesmas representadas pelos diversos estados emocionais. A expressão da emoção molda o nosso corpo, sendo que, *“(...) podemos reconhecer as variedades de excitação que as pessoas vivem pela forma que seus corpos assumem, os gestos que desenhavam (...)”* (op. cit., p.28).

Para Keleman (1994, p.22) existe o ‘corpo duradouro’, representante da *“(...) história atual de todos os corpos que já vivemos”*. Esses corpos compreendem as passagens sucessivas de várias etapas durante a vida, ou seja,

“a ordem biológica interna contém um programa próprio, o qual irá realizar-se independente da nossa vontade. Esse programa determina o contínuo desdobramento da nossa existência em diferentes formas e configurações, desde a concepção até a morte : embrião, feto, bebê, criança, púbere, adolescente, adulto jovem, adulto, adulto maduro, idoso. Essas formas co-existem superpostas em nós, os corpos vão se adicionando em camadas ao longo da nossa existência” (Cohn, 1993, p.1).

Estas várias passagens implicam em diferentes tipos de corpos que vão se sucedendo ao longo da vida. Passamos por transições e transformações, diferenciando-nos a cada período. *“(...) Os vínculos mudam, nosso modo de amar muda, as satisfações e os desejos mudam, metas e imagens mudam”* (Keleman, 1994, p.17).



Assim, a vida somática de cada ser compreende uma caminhada por etapas tal como “(...) *uma árvore com uma longa história, em que a cada ano novas folhas e flores brotam e se acrescenta mais um anel de crescimento. Ou como a vida de uma roseira: a cada estação, novas rosas, novos corpos brotam e florescem e então murcham e morrem, mas a vida da roseira continua*” (op. cit., p.17).

O autor nos diz que a existência humana compreende um processo, onde “*a vida é uma sucessão de forma*”, e que “(...) *essas formas são parte de um processo de organização que dá corpo às emoções, pensamentos e experiências, fornecendo-lhes uma estrutura. Essa estrutura, por sua vez, ordena os eventos da existência (...)*”. Portanto, a história protoplasmática, a história pessoal, revela-se pelas formas que atravessam a vida de um indivíduo desde o agrupamento inicial de células até sua morte. “(...) *A forma da pessoa será moldada pelas experiências internas e externas de nascimento, crescimento, diferenciação, relacionamentos, acasalamento, reprodução, trabalho, resolução de problemas e morte. Ao longo de todo esse processo, a forma é impressa pelos desafios e tensões da existência. A forma humana é marcada pelo amor e pelas decepções*” (1992a, p.11).

O pensamento de Keleman visa analisar a anatomia emocional, estando implícito que

“(...) *o processo anatômico constitui uma sabedoria profunda e poderosa, que dá origem as imagens internas de sentimentos. As formas externas do corpo e as formas internas dos órgãos nos falam da motilidade celular, da organização e do movimento da psique e da alma. Os sentimentos gerados por essas formas constituem o fundamento dos programas cerebrais, da consciência, de nosso modo de pensar e sentir. Os sentimentos são a cola que nos mantém inteiros e se baseiam na anatomia (...)*” (1992a, p.12).



Portanto, a análise da anatomia emocional depende da maneira como um indivíduo usa a si mesmo, como é o seu funcionamento e que tipo de forma e postura assume perante a vida. A forma de ser, de se portar no mundo, reflete a individualidade que está baseada na experiência e na existência pessoal.

A introdução, neste momento, dos conceitos teóricos de Keleman, nos orienta a entender, um pouco mais, os resultados dos sujeitos quanto à atitude frente ao trabalho, pois, por um lado, a escolha, o interesse profissional e o alcance efetivo da realização encontram-se compatíveis com o desejo de cada um. Por outro lado, o problema visualizado e sentido por todos está assentado na máquina administrativa, nas relações interpessoais, enfim, na pressão sofrida externamente que tanto os angustia, parecendo, no momento, ser insolúvel pelos sujeitos.

A análise da contraposição destes dados nos remete diretamente aos vários corpos pertencentes a uma mesma pessoa e implica que cada corpo, cada relação, vai apresentar uma resposta somática, isto é, como que o indivíduo se organiza somaticamente para conseguir 'corpar' uma relação. Por sua vez, a Universidade permite que as pessoas desenvolvam várias relações e vários corpos, porque ela engloba vários setores que compreendem a relação com a pesquisa, a docência, a burocracia, a política interna, estando implícita a relação com o outro. Portanto, os professores universitários não estabelecem apenas um encontro com o trabalho, mas sim, vários encontros.

Dentre estes encontros evidencia-se que o corpo para a pesquisa, seguido do corpo para a docência, está bem constituído, desenvolvido e organizado somaticamente. A relação estabelecida com a produção teórica parece ser um universo de satisfação, de resolução, de emoção, resultando em um encontro assimilável. O grau de satisfação, por parte dos sujeitos, possibilita a criação de formas que passam a ser flexíveis e móteis, pois o sistema nervoso dialoga com o sistema emocional, provocando a mobilização dos recursos internos para a produção de algo. Assim, a oportunidade oferecida pelo meio



acadêmico, de um encontro com a pesquisa e com a docência, viabiliza a busca de uma construção contínua, pois os sujeitos demonstram que estes encontros proporcionam uma seqüência que gera a capacidade de aprender, de se organizar e de criar. Esta relação indica estar bem conformada na vida dos sujeitos, à medida que se torna mágica enquanto concretizadora das aspirações e dos desejos.

Entretanto, o mesmo não acontece com os seguintes dados sobre a frustração. Observa-se que o encontro com a instituição, por envolver fatores ligados à burocracia, às regras, ao salário, ao corpo docente e discente, provoca altos níveis de insatisfações que, possivelmente, abrem confrontos com o conflitos instaurados em algum momento na história de vida de cada sujeito-professor, tendo assim, como consequência, a desorganização total dos sistemas internos de cada um.

A relação com estes aspectos institucionais, acaba sendo uma relação de frustração, gerando, por sua vez, o corpo da frustração. Parece que estes encontros por serem excessivos, ultrapassam a capacidade de se assimilar e transformar as situações em aprendizagem, remetendo os sujeitos a um padrão pulsatório distorcido de ataque ou de fuga. Assim, o corpo do professor pode reagir de uma maneira ao revelar energia e tônus muscular rebaixado, refletindo que muscularmente ele não sente formas de como agir. Aí ele colapsa⁵ frente a esta estrutura institucional, já que a atitude correspondente é a de fuga. Outra maneira é que o corpo pode apresentar mais tônus muscular para compensar o ataque que vem de fora. Ou melhor, o enfrentamento desta estrutura pode reativar retesamento e enrijecimento muscular como forma de proteção contra o meio externo, sentido como agressivo. A postura correspondente seria a de revidar o ataque.

Keleman (1992a, p.90) explica que *“o organismo lida de duas formas com agressões contínuas ou cumulativas. Ou resiste ou cede. Resistir requer que*

5 Colapso: postura emocional da estrutura anatômica (Keleman, 1992a).



o organismo fique em pé, perante o ataque, para repeli-lo. Ceder requer que o organismo se renda, aceite a agressão e recue para um nível inferior de funcionamento (...)".

As respostas dos sujeitos, por serem representativas quanto a soluções parciais e sem resolução indicam que as atitudes de fuga e de desvio são as mais freqüentes, seguidas de uma atitude inadequada de ataque. O resultado é que não há ocorrência de um enfrentamento de fato para a resolutividade dos problemas apontados pela maioria. A presença do estresse⁶ na relação institucional aciona padrões automáticos de comportamento, revelados por posicionamentos de desistência, do tipo, "não adianta mexer nisso", "estou cansado desta pressão", "não tenho mais forças", ou por ataques em forma de críticas, como "a burocracia impera", "a burocracia é obsoleta" e "as mudanças deveriam ocorrer, com urgência". Esta situação apresenta-se emaranhada para os sujeitos e parece que, no momento, sem possibilidade de um fecho mais adequado.

O esperado é que estes dois corpos - o realizado e o frustrado - pudessem dialogar entre si, pois para Keleman a maturidade reside no diálogo entre os corpos. O estabelecimento deste diálogo abre a perspectiva para o indivíduo de um entendimento maior sobre a sua organização somática, à medida que ele descobre que entre os corpos há uma diferença de graus.

A descoberta de que, em uma determinada situação os músculos enrijecem, tensionam-se, os olhos perdem o foco, os ombros se levantam e o intestino não funciona, e, em outra que o corpo reage vivamente, os músculos encontram-se relaxados, a respiração torna-se mais profunda e os olhos não perdem o foco, proporcionaria ao indivíduo uma maior percepção das situações enfrentatórias do dia a dia, tendo como consequência uma maior conscientização

⁶ Keleman estabelece diferença entre a resposta de susto e o estresse. "A resposta de susto é uma resposta orgânica para lidar com situações de emergência. Ela é planejada para ser usada temporariamente; quando o perigo passa, o organismo volta ao normal..." No caso do estresse "...essa mesma reação pode se tornar um estado habitual, de tal forma que continua organizada quando passamos a outros eventos. Ela não se desorganiza, mas permanece, como um padrão somático contínuo" (op.cit., p.80).



de si próprio. Isto representaria poder sentir e perceber que em uma situação ‘posso mais’, ‘agüento mais’ e, em outras, não.

“A pessoa que é capaz de compreender seu processo é capaz de se colocar de um modo apropriado ou flexível nas situações e não de um modo estereotipado. Isso dá oportunidade de experienciar a situação real em que se encontra, dar forma a si e à situação, formando assim seu território. Isso a liberta de estar imobilizada em comportamentos obsoletos para sua sobrevivência. Ela pode abrir mão deles, abandoná-los e reformular a natureza de suas ações e imagens, partindo da natureza de sua experiência concreta” (Keleman, 1994, p.25).

Portanto, se os padrões automáticos de comportamento puderem ser trabalhados o indivíduo consegue desenvolver autogerenciamento sobre aquilo que é automático, pois ao tomar consciência deste funcionamento, ele pode transformar a forma de comportamento. Keleman (1994), nos diz que a falta de conscientização corporal, a falta de contato com o sentimento de formação e com o sentimento de como é feito ou moldado um corpo em relação aos outros e aos acontecimentos, inviabilizam a mudança de padrões pessoais de funcionamento, dificultando a reorganização e a reaprendizagem para que um novo padrão de comportamento se efetive.

Embora este tipo de dificuldade permeie o desenvolvimento das atividades cotidianas, pela presença do corpo frustrado, a grande maioria dos sujeitos alega que o trabalho não deixa de ser uma fonte de prazer.

Observa-se que este resultado está, provavelmente, direcionado e apoiado no corpo realizado, ou seja, o encontro com a pesquisa e com a docência, enquanto realização desejada e alcançada. Isto significa que os sujeitos conseguiram estabelecer identificação com estas atividades, desenvolver atitudes estratégicas para o alcance de objetivos e obter sensações agradáveis baseados naquilo que foi eco do encontro, que alterou pulsatóriamente o organismo, que promoveu ondas internas pelo fluxo de energia, levando a realização. Esta



situação é desencadeada quando o indivíduo envolve-se voluntariamente com o trabalho e, conseqüentemente, “(...) *irá sentir prazer à medida que suas energias fluírem de maneira fácil e rítmica no desempenho de sua função*” (Lowen, sd., p.22).

É interessante ressaltar que as respostas dos sujeitos, no que tange ao trabalho como fonte de prazer, não podem ser estendidas a todas as instâncias deste mesmo trabalho. Esta afirmação tem como apoio a necessidade de levarmos em conta os ritmos das experiências dos sujeitos. Pois, por um lado, o prazer sentido pelo trabalho revela que os professores conseguiram concretizar, de algum modo, suas aspirações e demonstrar o jeito de ser no mundo, evidenciando uma etapa formativa⁷. Esta fase é o momento em que “(...) *uma corrente somática de organização nos impulsiona em direção ao crescimento. Forma-se uma visão de nossa situação, a partir da qual começamos a experimentar um outro modo de usar nossos corpos. Começamos a somatizar nossas imagens e emoções, praticando comportamentos relacionados com busca de satisfação (...)*” (Keleman, 1994, p.69).

Por outro lado, o corpo frustrado revela que o encontro com a Instituição apresenta-se carregado de dificuldades, desilusões e decepções, indicando outro ritmo de experiência. Isto é, uma experiência que no momento revela-se confusa, sinalizando que os sujeitos estão na fase *endings*. Esta fase interrompe “(...) *o que havia sido estabelecido como seqüencial e ordenado. Relacionamentos atravessam mudanças - movidas por razões internas - e,*

7 Keleman (1994) propõe três fases para compreender o processo somático de transição. Estas etapas chamadas de *endings*, *middle ground* e formação, permitem o indivíduo remodelar e reorganizar a sua vida.

“*Endings* são sinais de que partes de nossas vidas ficaram obsoletas, que precisamos mudar um relacionamento ou comportamento, que o padrão de nossa vida está prestes, outra vez, a se reformatar...” (op.cit., p.55).

“O *middle ground* se segue a um *endings*. Há uma pausa, um intumescimento... É uma fase de transição, uma terra de ninguém, cadinho de nosso processo biológico, a partir do qual podem-se formar novas conexões...” (op.cit., p.63).

“Nas etapas formativas, ficamos prontos para gerar algo, nos compactamos e mobilizamos nossos recursos internos para formar um novo padrão de ação. Isso requer mobilização de imagens, informação e padrões musculares, para formar outra configuração, um novo modo de estar vivo, um corpo diferente...” (op.cit., p.69).



novamente, experienciamos o fluxo e o caos da vida, a energia incontida da excitação bruta que gera novas respostas. É caótico e pode ser assustador” (op.cit., p.55).

A resistência à mudança provoca respostas de doença, reações de medo, confusão, desamparo, afastamento, imobilização e defesas. O medo de mudanças “(...) *inibe novas interações, impede a ocorrência de novas aprendizagens, desacelera o processo. Nós nos resignamos, os processos emocionais perdem o brilho, a vida do relacionamento seca. Destruímos o que buscávamos preservar*” (op.cit., p.57). A não conscientização desta fase gera desconforto, desmotivação e apatia, contribuindo para a não ocorrência de mudanças.

Quando Keleman (op.cit., p.53) enfatiza a importância da conscientização é porque acredita que, pelo treino, podemos passar “(...) *a reconhecer o padrão das sensações mentais, musculares e orgânicas que acompanham as transições da vida (...). Experienciar a nós mesmos dessa maneira nos ajuda a desmanchar velhas atitudes de que já não precisamos e participar da autoformação*”. Só assim, “(...) *podemos aprender e reaprender a administrar nosso próprio crescimento*”.



TEMA 2 : CORPOMENTE

Este tema é composto por 04 questões, que visam detectar a relação estabelecida entre mente e corpo durante a execução de um trabalho intelectual.

TABELA III

Porcentagem de frequência⁽¹⁾ das respostas dos sujeitos às questões referentes ao Tema 2

Respostas dos Sujeitos	QUESTÕES											
	11a			11b			11c			11d		
	L	P	CB	L	P	CB	L	P	CB	L	P	CB
CM*: Unidade	40,0	24,0	50,0									
CM: Cindido	30,0	36,0	16,7									
C*: Somatizado	16,7	24,0	33,3									
Outras	03,3	08,0										
S/R*	10,0	08,0										
C: Não sentido				50,0	60,0	50,0						
C: Somatizado				40,0	24,0	33,3						
C: Sentido				06,7	08,0	16,7						
S/R				03,3	08,0							
Sim							60,0	52,0	66,7			
Não							36,7	44,0	33,3			
S/R							03,3	04,0				
C: Descuidado										73,3	76,0	66,7
C: Cuidado										06,7	08,0	
C: Indiscriminado										06,7		
Ambiente Físico										03,3		16,7
S/R										10,0	16,0	16,6

⁽¹⁾ As frequências simples encontram-se no Anexo 3

* S/R = Sem resposta / CM = Corpomente / C = Corpo



Conforme os dados da Tabela III, observa-se que os sujeitos dos grupos de L e de CB consideram que a unidade corporente é de extrema importância no desenvolvimento de um trabalho intelectual, visão também compartilhada pelos do grupo de P. Ainda dentro deste processo, tanto L como P, percebem a mente dissociada do corpo. O grupo CB sente o corpo pela somatização, seguido de P (questão 11a).

Como ilustração, é interessante ressaltar que sobre a importância da unidade corporente, as justificativas centraram-se em uma “relação harmônica”, “relação vital”, “busca de equilíbrio”, “relação de dependência mútua”, “relação indissociável”, e outras. No que se refere à mente dissociada do corpo, as respostas giraram em torno de: “*Quando meu corpo escapa do controle da mente, fico infeliz*”; “*O corpo fica relegado a um segundo plano. A mente passa a ser o lugar do exercício acadêmico*”; “*O corpo é continuação da mente*”; “*Em cada atividade intelectual o corpo é privado do que necessita, para que toda a energia seja canalizada para a produção intelectual*”; “*Apesar de ser consciente de que o equilíbrio é a única salvação ainda não consegui esta interação. O corpo normalmente sobra como construção inútil*”.

A maioria dos sujeitos dos três grupos explicita que o corpo não é sentido e, quando isso acontece, é por meio da somatização (questão 11b). Isto é, o sentir o corpo durante as atividades intelectuais encontra-se vinculado a sensações de dores generalizadas, cansaço, tensão, contração muscular, zumbido nos ouvidos, olhos cansados e lacrimejantes, ansiedade e outros.

Para o desenvolvimento de um trabalho intelectual, a maioria dos sujeitos relata conseguir propiciar condições adequadas ao corpo (questão 11c). As justificativas prendem-se à prática ativa (ginástica, caminhada e esportes), prática passiva (massagem e relaxamento), adequação do ambiente físico (mobiliário, iluminação e possibilidade de isolamento) e cuidados gerais com o corpo (alimentação, respeito aos horários de sono, ingestão de líquidos e lazer). Ao mesmo tempo, nesta questão, observa-se que uma parcela menor dos três



grupos não consegue fornecer ao corpo condições adequadas. Estas respostas estão relacionadas a alguns aspectos como : vida sedentária ou prática esporádica de exercícios físicos, postura inadequada, repouso insuficiente e, ainda, dificuldade de alguns sujeitos em especificar as condições inadequadas.

A última questão desta série revela que grande maioria dos sujeitos não consegue cuidar do próprio corpo, negligenciando-o (questão 11d). Esta negligência se explicita, em ordem decrescente, por má postura, horas prolongadas na posição sentada, imobilidade do corpo, excesso de concentração visual na tela do monitor do computador, excesso de tensão, iluminação e móveis inadequados, poucas horas de sono, adiamento da necessidade de alimentar-se e de ir ao banheiro, agressão ao corpo por excesso de fumo e de comida.

Os resultados pertinentes a este tema, demonstram que as respostas dos sujeitos foram contraditórias no que tange à autopercepção e à consciência do corpomente. Ora os sujeitos ressaltam a importância desta unidade para o desenvolvimento de um trabalho intelectual e afirmam que, durante este processo, conseguem propiciar condições adequadas ao corpo, ora as respostas subsequentes demonstram um predomínio da mente sobre o corpo, significando que, provavelmente, a unidade corpomente encontra-se comprometida. A relação estabelecida com o próprio corpo mostra-se cindida, assim como a relação com a mente, pois os dois aspectos são sentidos de forma independente e autônoma. Além disso, vários sujeitos enfatizam, nas suas justificativas, que a produção intelectual é de domínio exclusivo da mente conferindo-lhe assim, um lugar de destaque e de importância. Para o corpo, determina-se um papel subalterno, de subserviência, cuja ajuda consiste na efetivação de atos mecânicos, isto é, o que vale é a sua eficiência, o obedecer ao comando da mente, o digitar o computador, o escrever e o permanecer sentado.

Este aspecto pode ser ilustrado por respostas do tipo: *“O corpo é como uma máquina sub-utilizada, a serviço de uma outra - a mente”*; *“Geralmente a gente não sente, porém nos momentos em que nos permitimos senti-lo é de uma*



forma distante, como se tratasse de um corpo alheio que vai ser cuidado, porém quando terminado o trabalho”; “Quando leio deitado o corpo atrapalha”.

O divórcio entre as duas instâncias torna-se evidente, ocorrendo a velha dualidade ainda tão presente em nossa cultura. Dychtwald (1984, p.38), coloca que

“no Ocidente, escolhemos traçar uma dualidade sobre o corpomente, separando-o em duas partes: a psique, considerada como algo que se localiza nalgum lugar do cérebro atrás dos olhos, e o corpo, que vive e se mexe abaixo daquela. Esse dualismo mente/corpo está refletido em todas as nossas instituições e processos culturais. Por meio desta divisão intelectual de nós mesmos em partes, estimulamos uma especialização e uma diferenciação intensas em todas as nossas atividades, assim encorajando ainda mais o separatismo mente/corpo, ao invés do holismo. Devido a esta divisão não surpreende verificar que nossas mentes e corpo competem e discutem muitas vezes, pois que lhes falta a comunicação”.

Se a comunicação falha entre ambos é porque ocorre o domínio de um aspecto sobre o outro, isto é, a mente sempre comanda. Lowen (1983, p.208), descreve que a relação do homem com o mundo sempre esteve alicerçada nas crenças religiosas e declara que atualmente esta crença está baseada no poder da mente racional. A tendência então é “(...) igualar o corpo à carne e a mente ao espírito (...)”. Enfatiza ainda que, se o homem tem uma habilidade surpreendente para “pensar e racionar abstratamente”, é mais do que provável e lógico que ele busque uma identificação de “(...) sua mente com Deus”. Afirma que o conhecimento do homem proporcionou um desenvolvimento tão substancial e importante na civilização que provocou, conseqüentemente, a negação da “igualdade do corpo”.

Continuando a expor seu pensamento, este autor ainda nos diz que “colocando nossa confiança no conhecimento e no poder traímos nossa fé.



Estamos começando a descobrir que não temos fé para nos sustentar. Podemos falar de amor, mas o amor é um sentimento do reino do corpo. Na nossa procura de poder e controle, perdemos o contato com nossos corpos”(op.cit., p.198).

Esses argumentos, por si só, fundamentam as respostas dos sujeitos baseadas na valorização do intelecto e da razão, na dificuldade em sentir o próprio corpo ou de senti-lo pela somatização. Constata-se que o desencadear desta operação reside na falta de contato com o processo energético, já que o bloqueio existente instala a ruptura entre soma e psique, não permitindo que a unidade seja alcançada. Sendo assim, o indivíduo não consegue sentir o fluxo de energia, o que gera o empobrecimento de suas percepções, a insensibilidade e a falta de identificação com o próprio corpo. Segundo Keleman (1992b, p.43), o impedimento para o autoconhecimento é mantido porque “(...) o padrão pulsatório encontra resistência a seu movimento de expansão (...)”, distanciando o indivíduo da sua identidade, das suas sensações, de seus sentimentos e de sua expressão vital.

Keleman (op.cit., p.43-4), aponta que

“(...) quando este padrão pulsante se defronta com graves restrições, ou é ignorado em uma esfera ou outra, a pessoa sente-se sem raízes, sem chão e sem história. Ela espera desesperadamente por um futuro de conexão. Isso descreve nossa cultura atual. Estamos presos a uma pulsação localizada, especializada em nossa cabeça e que às vezes transportamos para os genitais, mas totalmente desconectados da sensação que se refere a ela e da história de seu desenvolvimento, bem como de nossa relação com os outros. A esperança de nosso self amedrontado, isolado, é que amanhã tudo será melhor, ainda que não saibamos como formar esse amanhã”.

Dessa forma, a perda de contato pode levar a um aprisionamento e desorganização do corpo, que é o que parece estar ocorrendo com os sujeitos deste estudo, quando manifestam dificuldade em sentir o próprio corpo, a não ser



por intermédio da somatização. Parece, portanto, que o corpo só passa a ser percebido quando atinge um ponto crítico de estresse, decodificando-se pelas sensações de tensão, contração e dor, o que configura a perda da sanidade somática. Este desequilíbrio facilita a compreensão da incoerência das respostas que repousa, ora sobre as condições adequadas que propiciam ao corpo, ora sobre o descuido e maus-tratos a ele proporcionados. Parece que os sujeitos apresentam conflitos, dissociações e confusões, decorrentes de suas experiências de vida que dificultam o processo de corporificação.

A observação destes fatos nos remete às considerações feitas por Dychtwald(1984,p.30), de que é necessário começar “(...) *a aprender como traduzir a mente para o corpo e o corpo para a mente*”, porque “as prioridades resultantes destas descobertas pertencem a planos de uma conscientização agudizada, de uma mais ativa auto-responsabilização, de uma criatividade intensificada e de um levar em conta, em termos gerais, as forças de vida/morte que estão constantemente interagindo em nosso interior”.



TEMA 3 : SAÚDE

Este tema é constituído por 17 questões e pretende verificar os distúrbios funcionais decorrentes das relações psicofisiológicas. Tentamos focalizar os fatores físico e emocional, por meio de itens e subitens, que englobam os seguintes aspectos: saúde geral, sono, alimentação, consumo de drogas e medicamentos, e reações neurovegetativas.

Os dados da Tabela IV (p.54), indicam que a grande maioria de L e P, e a totalidade de CB, apresenta uma boa saúde geral (questão 12a). Uma parcela menor de L e P possui uma saúde razoável.

De forma coerente, a maioria dos sujeitos dos três grupos afirma não fazer tratamento médico e não tomar nenhuma medicação sob receita (questão 12b e 12c, respectivamente). Dos que fazem tratamento vêm, pela ordem, os sujeitos de L com os seguintes tipos: homeopático, urológico, ortopédico, hormonal, alérgico, psicofármaco, e, ainda, para ácido úrico, colesterol, gastrite, nervo trigêmeo e reeducação postural global; os de P, com psicofármaco, hormonal, alérgico, endocrinológico, nefrológico, hipertensão, homeopático, e, ainda, enxaqueca, gastrite, colesterol e reeducação postural global; e os de CB, com homeopatia e acupuntura.

Dos que fazem uso de medicação, os sujeitos do grupo L assinalaram hipertensivos, tranqüilizantes, hormônios, antiácidos, autovacinas e homeopáticos. Os do grupo P, antidepressivos, antiácidos, hipertensivos e homeopáticos. O grupo CB omitiu a medicação.

Os grupos de L e CB nunca fizeram psicoterapia, sendo que parte considerável de P já se submeteu a este processo (questão 12d). CB é o grupo em que se encontra maior resistência para busca de tratamento psicoterápico, seguido de L. Para P, o fator financeiro se destaca como impeditivo para a busca ou a continuidade do processo psicoterápico (questão 12e).



TABELA IV

Porcentagem de frequência⁽¹⁾ das respostas dos sujeitos às questões referentes ao Tema 3

Respostas dos Sujeitos	QUESTÕES																							
	12 a			12 b			12 c			12 d			12 e			12 f			13 a			13 b		
	L	P	CB	L	P	CB	L	P	CB	L	P	CB	L	P	CB	L	P	CB	L	P	CB	L	P	CB
Boa	66,7	72,0	100																					
Razoável	30,0	28,0																						
Ruim	03,3																							
Sim				33,3	32,0	16,7																		
Não				66,7	68,0	83,3																		
Sim							40,0	28,0																
Não							60,0	72,0	100															
Nunca fez										56,7	16,0	66,7												
Já fez										23,3	72,0	33,3												
Está fazendo										10,0	08,0													
Gostaria de fazer										10,0	04,0													
Resistência													44,5	15,4	66,7									
Sem necessidade													25,9	15,4	16,6									
Financeiro													18,5	38,5	16,7									
Confiança														07,7										
S/R*													11,1	23,0										
Com problemas																83,3	88,0	83,3						
Sem problemas																16,7	08,0	16,7						
S/R																	04,0							
Mal-disposto																			10,0	16,0				
Bem-disposto																			90,0	84,0	100			
Com sintoma																						93,4	84,0	100
Sem sintoma																						06,6	16,0	
Sim																								
Não																								
S/R																								
Com sintoma																								
Sem sintoma																								
Sim																								
Não																								
S/R																								
Sempre																								
Às vezes																								
Nunca																								
Sim																								
Não																								
Faz uso																								
Não faz uso																								
S/R																								
DNV*- Frequente																								
DNV - Trabalho																								
DNV - ambos																								
Sem DNV																								

(1) As frequências simples encontram-se no Anexo 4 / * S/R = Sem resposta / DNV = Distúrbio neurovegetativo

13 c			14 a			14 b			15 a			15 b			15 c			16		
L	P	CB	L	P	CB	L	P	CB	L	P	CB	L	P	CB	L	P	CB	L	P	CB

60,0 48,0 50,0

33,4 36,0 50,0

06,6 16,0

86,7 88,0 100

13,3 12,0

26,6 40,0 16,6

63,4 44,4 83,4

10,0 16,0

03,3 04,0

73,4 76,0 83,3

23,3 20,0 16,7

33,3 36,0 16,7

66,7 64,0 83,3

30,0 28,0 16,6

26,7 36,0 16,7

43,3 36,0 66,7

20,0 24,0 50,0

04,0

76,6 64,0 50,0

03,4 08,0

Os problemas de saúde em diferentes partes do corpo foram assinalados por um grande número de sujeitos dos três grupos, que apresenta comprometimento em nível orgânico (questão 12f). Este resultado se torna incompatível com aquele da questão inicial deste tema, na qual a maioria também afirma possuir boas condições de saúde.

Para facilitar a análise deste item, cada área do corpo foi agrupada, em conformidade com os sete segmentos da couraça muscular do caráter propostos por Reich (1995). Os segmentos ou anéis musculares e suas respectivas áreas estão especificados na seguinte ordem⁸:

Anel Ocular:	olhos, nariz, ouvidos,
Anel Oral:	boca, dentes
Anel Cervical:	pescoço, garganta
Anel Torácico:	tórax (frente, costas), braços, mãos, coração, pulmões
Anel Diafragmático:	diafragma, estômago, pâncreas, fígado, vesícula biliar, duodeno
Anel Abdominal:	intestino, rins
Anel Pélvico:	ovário, útero, bexiga, órgãos genitais, pernas e pés

Para melhor visualização destes anéis, as frequências das disfunções estão representadas nos desenhos esquemáticos a seguir:

8 A pele foi incluída nas áreas corporais correspondentes aos problemas apontados pelos sujeitos.



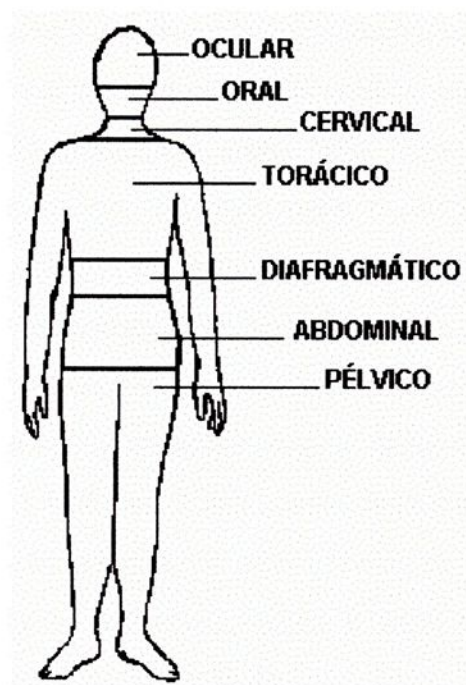
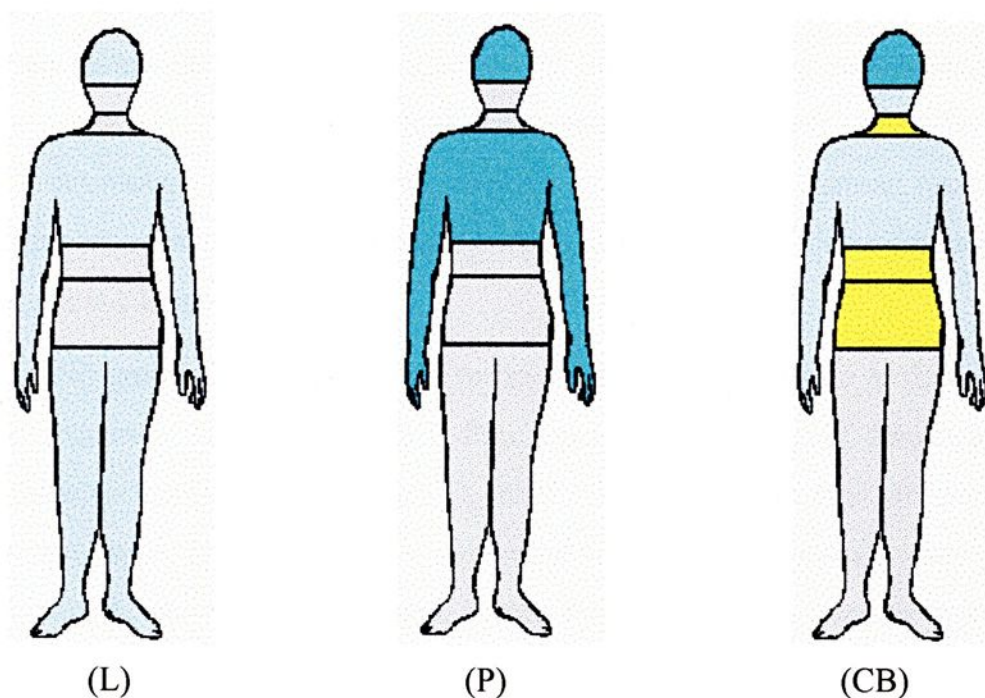


FIGURA 1

Porcentagem de frequência de respondentes por grupo



: Sem resposta
 : 0 | — 15
 : 15 | — 30
 : 30 | — 45

De acordo com esses resultados, observa-se que para o grupo L a concentração de disfunções ocorreu nos anéis *ocular, torácico e pélvico*. No anel ocular, a área mais problemática é a visão, pela presença de queixas ligadas à miopia, pterígeo, astigmatismo, hipermetropia e conjuntivite. As queixas se relacionam também ao cabelo pela queda excessiva, caspas e calvície, seguidas por problemas de rinite e sinusite. No segmento torácico, as costas são a área mais afetada, pela presença de dores envolvendo problemas de coluna. Aparecem também queixas relacionadas a manchas na pele (micose) e psoríase, localizadas nos braços, mãos e tórax anterior. Com menos intensidade, detectam-se, ainda, asma brônquica e tosse frequentes. No anel pélvico os problemas se concentram nas pernas por apresentarem inchaços, varizes e dores nos joelhos e tornozelos. Houve também a ocorrência de hemorróidas.

Para o grupo P, os anéis mais comprometidos se encontram no *ocular e torácico*. No segmento ocular, verifica-se que os olhos são a área mais afetada e as queixas se prendem à miopia, presbiopia, hipermetropia, astigmatismo, conjuntivite e pressão elevada. Os ouvidos apresentam problemas pela diminuição da acuidade auditiva e eczemas. O cabelo também é relacionado na forma de queda excessiva. No anel torácico, predominam as dores nas costas em função de problemas na coluna. Com menos intensidade encontram-se manchas na pele (micose), localizadas nos braços e tórax anterior e ainda dores frequentes no peito, mãos e braços.

No grupo CB, os anéis mais mencionados são o *ocular, o torácico e o oral*. No segmento ocular as queixas direcionam-se à visão, pela presença da miopia, hipermetropia e conjuntivite. O cabelo também é uma área de queixa, devido a sua queda. No anel torácico, evidenciam-se dores nas costas provocadas por problema de coluna. No anel oral, a área afetada é a boca, mas os sujeitos não especificaram o tipo de problema.

Os anéis citados em cada grupo são os mais relevantes, mas convém atentar para os anéis restantes que, embora suas porcentagens de frequência



tenham sido menores, não deixam de ter o significado e a importância dos distúrbios apresentados nestes segmentos.

Quanto ao *sono*, a grande maioria de L e P, e a totalidade de CB, apresentam boa disposição ao se levantar (questão 13a). Na mesma proporção frequencial os três grupos revelam problemas relacionados ao sono, sendo que, a escolha maior recaiu na alternativa ‘às vezes’ (questão 13b)⁹. Observa-se que os problemas mais apontados pelos três grupos se prendem à insônia no meio da noite, sono agitado e dificuldades para adormecer.

Um número representativo do grupo L revela que os problemas de sono acentuam-se mais nos períodos em que são desenvolvidos os trabalhos acadêmicos. Os resultados do grupo P apresentam pouca diferença entre as duas alternativas, mas prevalece a interferência deste tipo de trabalho no ritmo de sono. No grupo CB, metade dos sujeitos assinala que o trabalho acadêmico altera e acentua os sintomas, e o restante afirma que não (questão 13c).

Na questão relacionada à *alimentação*, a grande maioria de L e P, e a totalidade de CB, apresentam sintomas nesta área, permanecendo em evidência, para os três grupos, a alternativa que se refere à seleção de certos tipos de alimentos (questão 14a). Para uma parte considerável de L e CB, os sintomas pertinentes à alimentação não se intensificam diante de trabalhos intelectuais. Novamente no grupo P, observa-se pequena diferença entre as duas alternativas, mas acaba prevalecendo a não intensificação de problemas na alimentação durante o desenvolvimento de trabalhos acadêmicos (questão 14b).

O *uso de bebidas alcoólicas* incide na alternativa ‘às vezes’, para os três grupos, sendo que, a preferência é orientada para as bebidas fermentadas, seguida pelas destiladas e doces (questão 15a).

⁹ Vide Anexo 5, as tabelas de frequência das respostas alternativas dos sujeitos referentes às questões 13b e 14a.



Com um número representativo, verifica-se que L, P e CB não fazem uso do *fumo* (questão 15b). Para uma parcela menor de L e P que fuma, o consumo de cigarros aumenta em função da tensão no trabalho.

Com relação ao uso de determinados produtos como, *psicofármacos e drogas*, praticamente a metade dos sujeitos de L omitiu a resposta, sendo que o restante se dividiu entre uso e não uso destes produtos. No grupo P, os percentuais dividem-se em valores próximos nas três alternativas, ou seja, ausência de respostas, uso e o não uso destes produtos. A maioria do grupo CB deixou de responder a questão (questão 15c)¹⁰. Para uma parcela, tanto de L como de P, a utilização destes produtos se concentra em tranqüilizantes com o objetivo de aliviar tensões, reduzir a ansiedade, a agressividade e induzir ao sono (questão 15d). Frente a um trabalho intelectual, o aumento destes produtos não ocorre (questão 15e)

A grande maioria de L e P apresenta *reações neurovegetativas* com muita freqüência no seu dia a dia, bem como na produção de trabalhos intelectuais. As reações mais comuns foram o sentir-se angustiado, tenso e dores musculares. Metade do grupo CB revela também, com freqüência, reações do tipo sentir-se angustiado, tenso, dores musculares, relatando ainda, o aumento da ingestão de alimentos pelo nervosismo, prisão de ventre, tremor nas mãos e visão de manchas pretas ao súbito levantar-se. A outra metade deste grupo, engloba as duas alternativas, isto é, freqüência habitual e mediante a elaboração de trabalhos intelectuais, cujas reações são as mesmas já citadas (questão 16)¹¹.

Os resultados do presente tema nos fazem refletir sobre a dificuldade que os sujeitos apresentam em decifrar a linguagem somática e emocional. Esta constatação provém dos dados da questão 12a em que o estado de saúde geral é bom, sendo que apenas uma minoria se reporta a queixas e sintomas. Entretanto, detecta-se em seguida a presença de disfunções em determinadas áreas do corpo.

10 Vide Anexo 6, as tabelas de freqüência das respostas dos sujeitos referentes às questões 15c, 15d e 15e.

11 Vide Anexo 7, as tabelas de freqüência das respostas alternativas dos sujeitos referentes a esta questão.



Estes dois posicionamentos contrastantes induzem o levantamento de duas hipóteses. Uma, a qual compreenderia o conceito de saúde física que os sujeitos possuem. Isto é, a boa saúde implicaria na não ocorrência de sintomas já instalados e tidos como sérios? Ou esta posição denuncia uma resistência inicial em não admitir os sofrimentos? A outra hipótese é que, parece ser mais fácil para os sujeitos apontarem as partes do corpo que, eventualmente, incomodam. Ou seja, é uma queixa aqui neste membro, outra queixa ali que, isoladamente, lhes parecem significar nada preocupante. O corpo não está doente, são apenas pequenas dores que podem ser muito bem explicadas racionalmente.

Segundo Penna (1986, p.62),

“(...) as atitudes psicológicas com relação ao próprio corpo refletem-se nos sinais de desequilíbrio funcional. Estes sinais podem ser percebidos pelo sujeito como uma indisciplina de seu corpo, um tipo de rebeldia ao seu controle. Em geral é assim que as pessoas explicam os seus achaques habituais. Não deviam acontecer, não são desejados, mas acontecem. Se pudermos escutar os sinais provindos dos sistemas do corpo, compreenderemos muito acerca das atitudes de alguém consigo mesmo e com os outros também”.

O resultado apresentado pela maioria dos sujeitos dos três grupos parece demonstrar que a visão de totalidade se encontra comprometida porque a percepção de fragmentos corporais impede e dificulta o captar das sensações orgânicas no sentido global. Este processo, neste caso, pode ser decorrente da falta de identificação e de integração com o corpo e com os sentimentos.

Para Reich (1995a, p.291), *“bioenergéticamente a psique e o soma funcionam condicionando-se mutuamente e ao mesmo tempo formando um sistema unitário (...)”*. Desta unidade funcional depende o equilíbrio energético de cada uma das partes, como forma de garantir a saúde real. O direcionamento do fluxo energético, a comando do sistema vegetativo, dá ao indivíduo a oportunidade de estar em contato com o mundo interno e externo, de uma forma



contínua, saudável e integrada. *“Todo este sistema dialético implica uma troca energética contínua, quando ele se bloqueia, ocasiona uma estase energética. Esta estase ou esta estagnação energética provoca manifestações sobre o plano físico e/ou psíquico. A energia estagnada torna-se perigosa para o corpo como um pântano que exala miasmas”* (Navarro, 1987a, p.22).

Dessa forma, compreender a doença implica em compreender a afirmação de Reich, de que corpo e mente funcionam de acordo com as leis biológicas, pois *“(...) as perturbações psíquicas são enfermidades biológicas que se expressam no campo somático tanto quanto no campo psíquico”* (1995a, p.313).

Assim, observa-se que os sintomas assinalados pelos sujeitos podem envolver bloqueios e estases localizados nos sete segmentos corporais. Dentre estes, os mais representativos para os três grupos são o *ocular* e o *torácico*.

Conforme relatado anteriormente, o órgão mais afetado no *anel ocular* é a visão. Este dado nos remete a dois fatores que parecem estar diretamente vinculados à situação dos sujeitos desta pesquisa, isto é, a concentração em uma faixa etária de 31 a 50 anos e o tipo de atividade desenvolvida por estes professores. O primeiro envolve a possibilidade de que os problemas visuais apresentados pelos sujeitos são desencadeados pelo fator idade, pois à medida que o envelhecimento se processa, parece ser natural que ocorra a instalação de alterações nesta área. Como exemplo, temos a perda da elasticidade do cristalino, pelo fato dele ir se tornando mais duro, processo este, que começa a ser evidenciado por volta dos 40 anos de idade (Guyton, 1973).

O segundo fator abrange o tipo de atividade desenvolvida pelo professor universitário que requer atualizações constantes de conhecimentos, sendo que isto é feito basicamente, por meio de leituras. Assim, estas atividades implicam no uso contínuo dos olhos, em condições muitas vezes de sobrecarga e inadequadas como, por exemplo, de iluminação.



Na perspectiva reichiana, o bloqueio no segmento ocular depende das reações do recém-nascido em relação a atmosfera que encontrou ao nascer e dos contatos subsequentes com a mãe, principalmente, durante o processo de amamentação. Sendo assim, preferimos limitar o entendimento dos problemas visuais apresentados pelos sujeitos, nos detendo apenas nos dois fatores mencionados. Os cuidados quanto à interpretação se tornam necessários, porque faltam elementos mais concludentes sobre a história de vida de cada sujeito.

Ao mesmo tempo, não podemos deixar de assinalar que para Reich (1995b, p.342) o bloqueio no segmento ocular ocorre pela “(...) *contração e imobilização de todos, ou quase todos, os músculos dos globos oculares, das pálpebras, da testa, da glândula lacrimal. etc.(...)*”, contribuindo, muitas vezes, para a instalação de distúrbios visuais. Assim, a tensão tende a ser manifestada por testa e pálpebras rígidas, os olhos apresentam expressão de imobilidade (olhar vazio, distante) e globos oculares protuberantes.

Em seus trabalhos, Navarro (1987a) amplia a descrição dos sete segmentos da couraça muscular de Reich, estabelecendo também relações entre os sintomas somáticos e as dinâmicas psíquicas. Referindo-se ao segmento ocular, afirma que as doenças ao nível dos olhos dependem tanto da estase energética quanto do excesso energético, relacionando, entre outras, o terçol (inflamação de uma glândula da borda das pálpebras), as conjuntivites (inflamação da mucosa da parede interna das pálpebras), as ceratites (inflamação da córnea), as irites (inflamação da íris) e as oftalmias (inflamação de todo o globo ocular).

Navarro (op.cit., p.42) diz ainda que

“as perturbações clássicas da visão - astigmatismo, miopia, hipermetropia. presbiopia (vista cansada) - são sempre a consequência de uma tensão crônica dos músculos externos e do músculo ciliar, que é interno. Esta tensão está diretamente relacionada com



tensões psíquicas sobrevividas após o nascimento. O bloqueio é o resultado desta tensão tornada crônica”.

Dentro ainda do anel ocular observa-se que o cabelo foi também uma queixa constante, seja pela queda, caspas e calvície. Segundo Navarro (1987), estes problemas são decorrentes da tensão dos músculos do pescoço e do músculo ‘galea capitis’, oriundos da tensão geral relacionada ao aspecto psíquico do indivíduo. O autor enfatiza esta tensão muscular no sentido de impedimento da irrigação adequada do couro cabeludo e suas conseqüências. Outras hipóteses são prováveis neste caso, como por exemplo, disfunções hormonais ou hereditariedade no que se refere a calvície.

No segmento torácico¹², as costas foram a área mais comprometida em função de problemas na coluna e dores na musculatura. De acordo com Dychtwald (1984, p.179), a estrutura da coluna é o grande medidor do estado geral do corpomente, porque “(...) *todas as ações estão registradas nos músculos e nos canais nervosos da coluna (...)*”. O bloqueio e a tensão quando depositados nesta região, implicam em estase, ocorrendo a alteração do funcionamento adequado dos órgãos e respectivos membros. O aparecimento da tensão é provocado pelo bloqueamento dos sentimentos, gerando distorção das expressões e reduzindo a capacidade de ação.

Assim, os resultados dos anéis nos mostram que os sujeitos dos três grupos apresentam alterações em partes do corpo, ocasionadas por tensões musculares que, por sua vez, revelam o lado somático da repressão das emoções. Assim, a dificuldade em perceber as sensações somáticas e psíquicas torna-se acentuada, resultando nas contradições sobre a saúde. Parece que os sinais emitidos pelo corpo, expressos por uma linguagem de disfunções, reduzem a tomada de consciência, obrigando os sujeitos a conviverem de maneira limitada consigo mesmos.

12 Como esta foi a região onde se concentraram as queixas dos sujeitos, a sua discussão mais aprofundada encontra-se sob o Tema 6 (Corpo).



Dessa forma, a dificuldade expressa de autopercepção é refletida, mais uma vez, no posicionamento assumido pelos grupos L e CB, de que os cuidados em relação à saúde psíquica não são relevantes. Parece que o contato desses sujeitos com o mundo interno, com as emoções, é algo que está muito distante da realidade de cada um. Os argumentos utilizados de forma tão objetiva, configurados pela resistência, fazem supor racionalização e negação frente a este processo. O grupo P é o único que parece ter consciência, talvez pelas características da sua formação acadêmica, da importância do processo psicoterapêutico e busca o autoconhecimento, no sentido do crescimento pessoal e profissional. Este dado coincide com os resultados da pesquisa de Penna (1986, p.62), onde se assinala que alunas do Curso de Psicologia foram as que mais procuraram um tratamento psicoterápico.

A falta de intimidade e o distanciamento que os sujeitos apresentam em relação a si mesmos, tornam-se novamente reveladores, quando se abordam os resultados a respeito do sono. Como relata Grünspon (1966, p.127), “(...) o sono é uma necessidade vital de periodicidade psicobiológica imprescindível, que urge satisfazer com pequenas variações (...)”. Esta atividade rítmica do corpo “(...) é um processo primário da vida, servindo por sua vez a necessidades biológicas e psicológicas”.

Embora os problemas especificados pelos sujeitos surjam ocasionalmente, e, muito provavelmente, durante a realização de trabalho intelectual, sua relevância é maior pelo fato de estarem associados a tensões emocionais, já que alteram o processo de auto-regulação do sono.

Para Lowen (s.d., p.210) o sono significa a auto-entrega ao inconsciente, pois envolve uma travessia que compreende “(...) a região sombria entre a consciência e a inconsciência (...)”. O que ocorre nesse momento de transição é a rendição do ego ao corpo, possibilitando o afloramento dos sentimentos corporais. O autor especifica que o contato com estas sensações ocorre em nível mais profundo e tende a ampliar-se porque “(...) a percepção e a



atenção recuam da superfície do corpo para o interior (...)” (1979, p.183). Assim, a redução da consciência e a percepção dos órgãos internos tornam-se mais vívidos, permitindo, muitas vezes, que este processo seja sentido como ameaçador, gerando o estado de ansiedade. Como forma de evitar a ansiedade, o indivíduo tenta manter seu estado consciente, sua tensão corporal e seu estado de alerta, pois a possibilidade de um contato mais profundo com o corpo reativa os sentimentos de medo pela perda do controle do ego.

Os sintomas de sono apresentados pelos sujeitos, mesmo sendo ocasionais, mesmo sendo por interferência externa, como os trabalhos intelectuais e, possivelmente, problemas de ordem pessoal, não anulam o surgimento dos conflitos internos, que provavelmente cada um tem dentro de si. Assim, a reativação da ansiedade, da insegurança e do medo, ocorre devido ao contato com as sensações corporais pela dificuldade de conscientização do estado somático-emocional, de identificação com o corpo e, dessa forma, o movimento de auto-entrega se torna prejudicado.

Quanto à alimentação, os problemas apresentados pelos sujeitos referem-se mais à seleção de certos tipos de alimentos. Esta seleção, além de atender à necessidade fisiológica de cada um, pode ser provocada por atitudes mais conscientes, no sentido de melhoria dos hábitos alimentares, de busca da qualidade em alimentos considerados mais saudáveis, de poder apreciar o que realmente gosta e, quem sabe, uma preocupação maior sobre os cuidados tomados em relação à saúde.

Entretanto, torna-se necessário salientar que, possivelmente, esta escolha esteja associada a tensões emocionais, já que não podemos desconsiderar a história pessoal de cada sujeito. A comida pode conter um significado persecutório, aumentando a resistência em aceitá-la e digeri-la, e, portanto, a seleção de alimentos seria uma forma de expressar que algo não vai bem internamente. Ou seja, os traços orais indicam que os conflitos decorrentes da alimentação e das fantasias ligadas à ela, tendem a permanecer e a continuar



influenciando o comportamento dos indivíduos. Consequentemente, é nesta área que a pessoa acaba depositando a sua resposta emocional.

A importância desta observação reside no fato que, ao se retomar, neste mesmo tema, a questão 12f que aborda os problemas de saúde, verifica-se que determinadas queixas estão relacionadas aos órgãos do aparelho digestivo. No grupo de L e de P, os sintomas especificados pelos sujeitos referem-se à gastrite, colite, constipação intestinal, hemorróidas e algumas disfunções no fígado. No grupo de CB, as queixas se localizam na boca. Ora, o trato gastrointestinal compreende órgãos e aparelhos que vão da boca até o ânus, sendo “(...) *um sistema orgânico ritmicamente pulsante* (...)” (Lowen, sd, p.206). O tubo alimentar apresenta ondas peristálticas, contrações e descontrações que facilitam o processo digestivo, trazendo sensações de bem-estar ao indivíduo. Quando as tensões emocionais são depositadas no tubo, as ondas peristálticas são perturbadas, acarretando as disfunções. Lowen (op.cit.) aponta, como exemplo, que a hiperatividade em alguma parte desse sistema pode causar a hiperacidez ou a colite, assim como a hipotonicidade produz a formação de gases. Dessa forma, as queixas mencionadas pelos sujeitos indicam que, provavelmente, as tensões emocionais emergem em forma de bloqueios, cuja transmissão é efetuada por meio de uma linguagem de dores, de alterações e de disfunções orgânicas.

A seguir, verifica-se que a maioria dos sujeitos faz uso de bebidas fermentadas, de maneira ocasional e controlada. Outro item que chama a nossa atenção, é que o nível de consumo de cigarros é muito baixo. Estes dois aspectos tornam-se positivos, pois refletem maior preocupação e respeito em relação ao corpo. O acesso às informações referentes ao uso de substâncias tóxicas e seus efeitos no organismo seja, pela imprensa ou por revistas científicas, é um fator que, provavelmente, direciona as pessoas a desenvolver maior conscientização sobre os malefícios desencadeados por estes tipos de produtos. A maturidade e a experiência podem contribuir também para que se tenha uma postura mais



saudável diante da vida, onde métodos preventivos são buscados na tentativa de evitar futuras doenças.

Em contrapartida, constata-se uma certa dispersão de resultados relativa ao uso de psicofármacos e drogas. Parece que este item, de certa maneira, intimidou os sujeitos, visto que uma parte considerável dos três grupos optou por não respondê-lo. Dois pontos podem ser levantados para explicar este fato. O primeiro pode estar centrado em uma falha do questionário que não previu a importância de incluir como alternativa, o ‘*não uso*’ destes produtos. Em decorrência, a ausência desta opção pode ter levado os sujeitos a omitirem a resposta, embora, alguns sujeitos tenham tomado a iniciativa e registrado um ‘*não*’ na frente da pergunta. O outro ponto, é que pode ter ocorrido fuga da resposta, isto é, os sujeitos se negaram a responder, provavelmente, por medo de revelar possíveis fraquezas emocionais e, assim, afetar ou comprometer a própria imagem pessoal e profissional.

Ressalta-se, por fim, no que se refere ao uso de psicofármacos e drogas, que uma parcela dos sujeitos de grupo L e de P, recorre aos tranqüilizantes com o intuito de abrandar a tensão emocional e os estados de ansiedade.

Antes de entrarmos na discussão dos resultados sobre as reações neurovegetativas, convém ressaltar a importância atribuída por Reich a esta questão. Para este autor, a expressão de todo organismo vivo está baseada no movimento que, por sua vez, encontra-se ligado estruturalmente no protoplasma, ou seja, “(...) *o processo fisiológico da emoção plasmática, ou movimento expressivo, (...) que costumamos chamar de expressão emocional. Assim, o movimento do protoplasma expressa uma emoção, e a emoção ou a expressão de um organismo está incorporada no movimento (...)*”(1995b, p.332). Portanto, o significado do movimento compreende a expansão ou a contração do protoplasma

Se as reações neurovegetativas são conseqüências somáticas do estado emocional, Reich (1995a, p.245) pontua que “(...) *todos os impulsos biológicos e*



sensações biológicas do organismo podem ser reduzidos a expansão (alongamento, dilatação) e contração (encolhimento, constrição)”. Sendo assim, o processo vital compreende um movimento alternado e contínuo entre expansão e contração que depende da atividade vegetativa. Esta atividade se localiza no hipotálamo, apontado como o “centro das emoções”, estando “(...) sujeito a poderosas influências, excitadoras e inibidoras, por parte de outras estruturas do sistema límbico e do córtex cerebral” (Marino, 1975, p.45). O hipotálamo governa as atividades do sistema nervoso autônomo e, ambos, controlam as funções involuntárias do corpo, chamadas de funções vegetativas. O sistema nervoso autônomo, por sua vez, divide-se em dois sistemas: o simpático e o parassimpático. A função do primeiro é ativada quando o organismo entra em um estado de contração, tensão, sendo que o movimento energético tende a ir da periferia para o centro, ou seja, do mundo para o eu. O parassimpático funciona quando ocorre a expansão, a excitação e o relaxamento do organismo. O seu movimento é o inverso do primeiro, do eu para o mundo.

Portanto, a direção do fluxo energético em um organismo é determinada pela excitação das funções vegetativas, provocando um movimento de expansão ou um movimento de contração, que repercute nos órgãos do trato digestivo, nos órgãos sexuais, na bexiga, no coração, nas artérias, na musculatura da íris e bronquial, nas glândulas sudoríparas, salivares e lacrimais. Em decorrência, desta atividade, o indivíduo pode entrar em um movimento, que Reich (1995a) denominou de ‘parassimpaticotonia’, que proporciona a abertura, a excitação, o calor, a alegria, cuja emoção expressa é o prazer, ou em um movimento de ‘simpaticotonia’, que leva ao fechamento, ao encolhimento, à tristeza, cuja emoção expressa é a angústia.

Segundo Lowen (1982, p.47), “(...) a fusão dos elementos conscientes e inconscientes ou dos componentes voluntários e involuntários faz surgir movimentos que tem uma ligação emocional e que se constituem em ações coordenadas e eficientes”. Isto é, a vida emocional depende da motilidade do



corpo, assim como o corpo depende do fluxo de excitação do emocional. A psique age sobre o soma e o soma age sobre a psique. “(...) Num nível mais profundo, contudo, não há nem psique nem soma apenas um organismo unitário que tem no seu âmago uma fonte de energia biológica. O fluxo dessa energia ou excitação carrega tanto a psique como o soma ao mesmo tempo, cada um de uma forma diferente. O soma responde à excitação por alguma excitação ou movimento, a psique responde criando imagens que podem ser conscientes ou inconscientes” (Lowen, 1983, p.209-10). Esta interação, equilibrada ou não, é que vai determinar as reações emocionais de cada indivíduo.

É importante ressaltar que Reich (1995a) considera não só a unidade deste fenômeno, mas também a antítese do sistema nervoso autônomo entre a periferia e o centro e, exemplifica, que no prazer as pupilas são diminuídas pelo parassimpático e, em situações de medo, que provocam a paralisia, a pupila é dilatada pela ação do simpático. Isto ocorre porque “(...) a estimulação simpática causa, certas vezes, um efeito excitador, e noutras ocasiões um efeito inibidor. Do mesmo modo, a estimulação parassimpática algumas vezes causa excitação, mas outras leva à inibição”(Guyton, 1973, p.665). Ou seja, um sistema pode às vezes reforçar o outro sem se contra-atacarem, como explica Boadella (1985, p.105), “(...) a tentativa de relaxamento induz a um estado de antecipação ansiosa (...)”.

As colocações feitas até este momento, nos fazem retomar as reações neurovegetativas apresentadas pelos sujeitos dos três grupos. Verifica-se que as respostas mais frequentes foram o sentir-se angustiado, seguido do estar tenso e dores musculares.

Nesse sentido, para Reich (1995b, p.314), “(...) o encorajamento do caráter requer energia, porque é sustentado pelo consumo contínuo de forças libidinais ou vegetativas que, de outro modo (no caso de sua inibição motora), produziriam angústia”. O estado de angústia provoca reações neurovegetativas, cujo movimento inibitório e de contração simpaticotônica provocam no



organismo a contração dos vasos sangüíneos, aumento dos batimentos cardíacos e da pressão sangüínea, dilatação das pupilas, diminuição da secreção salivar e tensão ou paralisação muscular. O indivíduo apresenta ainda palidez, sensação de sufocamento e desprazer.

Gaiarsa faz um levantamento etimológico das palavras angústia e ansiedade, já que possuem a mesma origem, a raiz latina 'ANG' (apertar, arrochar) que pode resultar em 'ANX' (ânsia, anseio). "*Anseio é, pois, um desejo que 'aperta', um desejo sofrido, talvez um desejo preso. Talvez uma... inspiração impedida*"(1971, p.319). Continuando, o autor nos diz que "(...) *o aperto sobre ou contra a respiração é imediatamente sentido como ameaça direta à vida - angústia*" (op.cit., p.320). Assim, a angústia se confunde com a inibição respiratória, por apresentar ou movimentos respiratórios desorganizados ou músculos respiratórios tensionados, que dificultam a expansão adequada da caixa pulmonar.

A angústia está diretamente vinculada com a área do tórax, já que o fluxo de excitação é encaminhado para o centro. Reich (1995b) enfatiza que o fechamento do tórax é sobre e contra o pulmão, sendo que a compressão da musculatura do tórax 'não quer' ou 'não consegue' respirar. É por meio da respiração que o homem busca a sua expansão vital, portanto, "*a angústia é a sensação e o sentimento de expansão tolhida ... de espírito sufocado*"(Gaiarsa, 1971, p.177).

A angústia revela um estado de desequilíbrio interno, restringindo o contato do indivíduo com seus sentimentos e sensações, assim como, com o mundo externo. O medo dos sentimentos ameaçadores impressos no peito permite que uma respiração superficial seja instalada, como forma de defesa contra a experiência do sentir. A contração e o enrijecimento dos músculos da inspiração e da expiração criam um anel de tensão ao redor dos pulmões. Assim,

"(...) esta tensão muscular crônica não só serve para ainda diminuir a capacidade respiratória dos pulmões, como também age no sentido de



estimular um estado de ansiedade reduzida e um baixo nível de tensão que muitas vezes acompanham o padrão de respiração superficial. Esta pode agir como defesa pessoal contra a experiência do sentimento e da sensação, pois respirar é sentir; e, por outro lado, limitar a respiração é limitar o sentir”(Dychtwald, 1984, p.147).

A respiração está diretamente vinculada às emoções, pois “*da mesma forma que as emoções agem sobre a respiração, a respiração age sobre as emoções. Controlando nossa respiração, controlamos também nossas emoções*” (Jahara-Pradipto, 1986, p.33). Assim, o estado de nervosismo, excitação, aflição e raiva desencadeia uma respiração rápida, irregular e curta, sendo que, ao contrário, o estado de relaxamento, equilíbrio e calma torna a respiração regular, profunda e lenta. Portanto, uma determinada emoção acarretará um ritmo respiratório, pois a maneira como nós respiramos dita a forma ou o estilo de como atuamos no mundo.

Portanto, o estado de angústia mobiliza uma respiração superficial, provocando a imobilidade do tórax e, sendo assim, as sensações de estar tenso, as sensações de dores musculares acabam sendo decorrências deste processo. Desta forma, percebe-se que outras reações neurovegetativas demonstradas pelos sujeitos dos três grupos entram também dentro deste processo, porque são também conseqüências de um desequilíbrio das funções simpáticas e parassimpáticas, indicando que o organismo encontra-se em um movimento de contração. Pode-se supor, que, a longo prazo, o prejuízo no sentido orgânico, psicológico e da relação entre ambos será muito maior com reflexos mais sérios na produção do indivíduo.



TEMA 4: ESPORTE, GINÁSTICA, *HOBBY*

O presente tema é composto por 03 questões e pretende abordar o tipo de atividade física habitual e *hobby* praticados pelos professores universitários.

TABELA V

Porcentagem de frequência⁽¹⁾ das respostas dos sujeitos às questões referentes ao Tema 4

Respostas dos Sujeitos	QUESTÕES								
	17a			17b			17c		
	L	P	CB	L	P	CB	L	P	CB
Sim	50,0	44,0	66,7						
Não	50,0	56,0	33,3						
Sim				80,0	72,0	83,4			
Não					12,0				
S/R*				20,0	16,0	16,6			
At. Relaxante							62,5	66,7	66,7
Prazer							25,9	16,7	
At. Criativa							12,5	16,6	
Outras							25,0	07,4	

(1) As frequências simples encontram-se no Anexo 8

* SR = Sem resposta

A Tabela acima mostra que na questão 17a, metade dos sujeitos do grupo de L pratica algum tipo de atividade corporal e, a outra metade, não pratica. Dentre os praticantes, uma parcela maior refere-se a *prática ativa*¹, sendo mais frequente a ginástica, seguido da caminhada; e, uma parcela menor que refere-se a prática passiva, como a massagem. Alguns sujeitos deixam de justificar a razão que os leva a realizar estas atividades e, outros, alegam a busca

¹ Vide Anexo 9, as tabelas de frequência dos tipos de prática e das justificativas das respostas dos sujeitos à esta questão.



de equilíbrio entre corpo e mente, a obtenção de relaxamento que os exercícios proporcionam, e, embora a atividade seja desenvolvida, sua importância não é ainda percebida, ou seja, os sujeitos as praticam por simples hábito. É interessante observar que as justificativas baseadas na busca de equilíbrio entre corpo e mente compreendem afirmações de que os exercícios ajudam e favorecem o processo intelectual e, como exemplos, temos “... *auxilia em muito o fluir harmonioso das idéias e do raciocínio...*”, “*é necessário um preparo físico para enfrentar um trabalho intelectual*” e “*preciso dos exercícios porque me ajudam a pensar*”.

Para a outra metade dos sujeitos do grupo de L que não pratica atividade corporal, as justificativas não são fornecidas ou, quando são, é no sentido de demonstrar o pouco interesse que esta atividade desperta. Estas justificativas são do tipo: “*tenho preguiça*”, “*é desleixo*”, “*sou acomodada*”, “*para que isto serve?*”, “*não tenho disponibilidade*”, “*não me interessa por isso*”, “*não valorizo o corpo*” e “*não tenho tempo*”.

Para o grupo de P, uma parcela maior de sujeitos não pratica nenhum tipo de atividade física, sendo que uma parcela menor pratica. Os primeiros dividem-se quanto às justificativas. Ou seja, metade deles deixou de explicar o motivo da não realização de atividade e, a outra metade que justifica, demonstra a pouca importância destas práticas em suas vidas. As respostas mais frequentes estão relacionadas à falta de tempo, falta de organização, preguiça, desleixo e alguns questionamentos sobre a importância das atividades físicas.

A parcela menor dos sujeitos do grupo de P que desenvolve atividades corporais prefere a prática ativa, sendo mais frequente a ginástica, seguida da caminhada. As justificativas se prendem à necessidade de melhorar a produção da mente, manter a forma física, relaxar e aliviar tensões. Estes sujeitos também enfatizam, como os do grupo de L, que a preocupação em desenvolver atividades físicas é o de facilitar a produção mental. Os exemplos seguintes ilustram este



ponto: “*porque relaxa o corpo e a mente produz mais para o trabalho*”, “*penso e raciocínio melhor com a ajuda deles*”, “*melhora o meu rendimento no trabalho*”.

No grupo de CB, a maioria dos sujeitos pratica algum tipo de atividade corporal, sendo que uma parcela menor nada pratica. Os primeiros recorrem à ginástica e, com baixíssima frequência, a algumas técnicas orientais, como a Ioga e Qi-gang. As justificativas se prendem a busca de harmonia entre mente e corpo, visando a produção mental e manutenção da forma física. Os demais deixaram de justificar suas respostas.

A grande maioria dos sujeitos de L, P e CB desenvolve determinadas atividades, tidas como *hobby* (questão 17b)¹⁴. Para o grupo de L, as preferidas são culinária, fotografia e trabalhos manuais. No grupo de P, as preferências são trabalhos manuais e culinária, e no de CB, fotografia e culinária.

Em sua maioria, os sujeitos dos três grupos alegam que a importância de se desenvolver estas atividades centra-se no fato das mesmas propiciarem relaxamento após tensões no trabalho, seguido de prazer e criatividade (questão 17c).

Retomando os resultados da questão 17a referidos anteriormente, poderíamos nos deter em discussões sobre o significado das oscilações verificadas entre os grupos mas, neste momento, isto torna-se secundário, pois a análise do conjunto reflete, na realidade, o uso que os sujeitos fazem de seus corpos. Ou seja, os dados constataam a presença de corpos que se encontram desenvolvidos para as atividades físicas - *corpo ativo*, e, de corpos não desenvolvidos para estas atividades - *corpo sedentário*.

Estes dois corpos representam formas de organização somática que traduzem estilos de vida, pois revelam modos particulares de funcionamento. Portanto, estas reações diferenciadas significam investimentos em corpos, a partir da relação estabelecida com a atividade física. Assim, parece que o *corpo ativo* torna-se capaz de atender a necessidade que o impulsiona para as atividades

14 Vide Anexo 10, a tabela de frequência dos tipos de atividades respondidas pelos sujeitos.



físicas, de perceber seus efeitos benéficos e de obter sensações de bem estar. Por sua vez, o *corpo sedentário* parece não apresentar disponibilidade interna para isto. É um corpo que não se satisfaz, que não tem necessidade ou interesse na prática de exercícios físicos. É um corpo que não reage ou não dá conta diante deste tipo de solicitação.

Dessa forma, observa-se que os sujeitos no uso que fazem de seus corpos representados, tanto pelo *corpo ativo* como pelo *sedentário*, apresentam um funcionamento que depende da motivação, do gosto, do interesse e da necessidade de cada um. Portanto, estas respostas ou estas reações diferenciadas são dadas a partir da organização somática de cada um.

Contudo, estes dois tipos de investimentos corporais nos levam a refletir sobre o envolvimento dos sujeitos com os seus corpos, porque parece que eles convergem em uma direção que comporta, possivelmente, a concepção dualista mente e corpo.

No que se refere aos sujeitos que se enquadram no *corpo ativo*, pode-se considerar, por um lado, que qualquer atividade física está associada à promoção da saúde geral do organismo. Ou seja, há a constatação de que a prática de exercícios corporais proporciona o aumento da resistência do organismo, ativa as funções dos músculos, das articulações, dos ossos, do sistema circulatório e digestivo, e de órgãos, como os pulmões, o coração, etc.

Por outro lado, verificam-se questionamentos e críticas acerca de práticas corporais feitos por vários autores que abordam o movimento humano, pelo fato delas serem reflexos de um sistema portador de uma visão dicotômica entre mente e corpo. Le Boulch (1987, p.11), por exemplo, partindo do pressuposto de que “a concepção ocidental das relações da alma com o corpo é herdeira da formulação platônica de um dualismo axiológico”, acentua que “uma vez que se admita a heterogeneidade entre o corpo e a mente e a superioridade de um sobre o outro é certo que as preocupações educativas devam voltar-se para o essencial, isto é, para a mente(...)”. A partir deste



enfoque o autor expõe que nada mais natural do que a educação física ser um produto derivado da “*concepção intelectualista da educação*”, competindo ao corpo uma parte que se encontra baseada apenas nos cuidados referentes a prevenção e manutenção da saúde. Assim, “*o exercício físico volta-se então essencialmente para o lado biológico, animal do ser; é a concessão mínima feita ao corpo*” (op.cit., p.12).

Na realidade, a preocupação está centrada no gesto mecânico, porque fica relegado a um “*(...) segundo plano o caráter expressivo do movimento e a aprendizagem motora assume, na maior parte da vezes, a forma de uma mecanização que torna o corpo do homem estranho à sua própria pessoa. Esta forma de alienação particularmente grave, porque separa o homem de seu corpo, é a consequência lógica do pensamento dualista (...)*” (Le Boulch, 1987, p.162).

Segundo Gaiarsa (1984, p.73) as automatizações dos exercícios corporais não conseguem alcançar modificações, pois “*(...) qualquer exercício executado automaticamente é apenas um novo hábito SEM NENHUM efeito psicológico. Isto é, ele NÃO TEM possibilidade de modificar estruturas conscientes, posições, atitudes, modos de ser e de estar*”. Continuando a expor o seu pensamento, o autor nos diz ainda que “*nós fazemos ginástica a fim de NÃO MUDAR DE VIDA. Visamos desde o começo o mais alto nível de automatismo, de inconsciência corporal com hipertrofia dos músculos e atrofia do indivíduo (...)*” (op.cit., p.74). Portanto, as repetições, as mecanizações, as padronizações dos movimentos, os adestramentos a que os corpos são submetidos não favorecem em nada a transformação pessoal, pois não contribuem para que o indivíduo alcance a sua integração. É um tipo de relação que favorece o distanciamento do sujeito com o seu próprio corpo, reduzindo as suas possibilidades de expressão.

No caso dos sujeitos que se enquadram no corpo *ativo*, podemos observar algumas justificativas, do tipo: “*é importante trabalhar muito a*



musculatura”, “*faço Cooper, ando 06 km por dia*”, “*para manter os músculos firmes faço 30 minutos de ginástica por dia*” e “*faço ginástica todos os dias para manter a forma*”. Estas frases espelham as críticas de Gaiarsa (1884, p.77) sobre algumas atividades físicas que representam “(...) *esquemas de movimentos que vão cobrando aumento contínuo de rendimento medido contra relógio. Podem ter certa utilidade quanto à saúde, mas correm o risco de se fazerem prejudiciais porque não há relógio que substitua a SENSIBILIDADE orgânica e muscular, cujo desenvolvimento coloco no centro de meu palco*”. Na verdade, como o autor mesmo aponta, as medidas e os modelos são sempre externos, aos quais a pessoa tem que se subordinar, mesmo que não saiba se estes lhes são adequados ou não.

Entretanto, não podemos desprezar o fato de que os sujeitos ao desenvolverem atividades físicas também deixam implícito a busca de relaxamento, descontração, lazer e alívio pelas tensões acumuladas no trabalho que, de certa forma, traduzem atitudes e posturas mais conciliadoras e flexíveis. Só que, ao mesmo tempo, estes sujeitos não deixam de representar a concepção dualista, pois a justificativa mais freqüente sobre o uso de suas práticas corporais encontra-se relacionada à necessidade de melhorar, ajudar e favorecer a produção mental. Portanto, parece que o uso de exercícios físicos tem como função o desenvolvimento do processo mental, evidenciando que o corpo é visto como um instrumento que está subordinado a mente e, assim, deve servi-la. Como exemplo: “*gosto de andar quando não tenho nada para fazer ou quando estou estudando e não compreendo algumas colocações do autor, aí saio e ando e vou pensando sobre as questões que não entendi*”.

Considerando agora o *corpo sedentário*, típico daqueles sujeitos que não apresentam disponibilidade para a prática corporal, deduz-se que, provavelmente, eles se encontram voltados para outras atividades ou investimentos de maiores interesses. Neste caso, as justificativas dadas pelos sujeitos parecem revelar sentimentos de culpa, de dever, de obrigação, de dúvida,



do tipo: “deveria fazer, mas...”, “preciso muito, mas no momento predomina a vida sedentária”, “vou me obrigar”, “tenho desejo mas não consegui ainda”, “vou começar a andar (recomendações médicas)”, “sei que tenho que fazer”. Na realidade são pensamentos que retratam a maneira mecanicista de se pensar o corpo, reduzindo-o simplesmente ao corpo-objeto ou corpo-instrumento, tão bem colocado por Le Boulch (1987).

Estes corpos são habitados efetivamente? Para reconhecer um corpo é preciso obedecer uma ordem médica? Para viver o próprio corpo é necessário obrigá-lo a alguma coisa?

O corpo assim percebido por estes sujeitos, parece ser algo distante de suas preocupações, algo muito estranho, tornando-se difícil dispensar-lhe atenção. É como se este corpo estivesse esquecido, com seu potencial energético reduzido ou, quem sabe, composto de ‘zonas mortas’, como diz Bertherat (1977), indicando, de fato, a dificuldade em habitá-lo.

Bertherat (op.cit., p.13-4) centraliza esta questão, apontando que

“(...) não temos coragem de nos olhar. Aliás não sabemos como fazer. Confundimos o visível com o superficial. Só nos interessamos pelo que não podemos ver. Chegamos a desprezar o corpo e aqueles que se interessam por seus corpos. Sem nos determos sobre nossa forma - nosso corpo - apressamo-nos a interpretar nosso conteúdo, estruturas psicológicas, sociológicas, históricas. Passamos a vida fazendo malabarismos com palavras, para que elas nos revelem as razões de nosso comportamento”.

E assim, perdemos a nossa autonomia, a nossa liberdade, por termos dificuldades em nos apropriarmos de uma casa que é o nosso próprio corpo.

As colocações feitas sobre o *corpo ativo* e o *corpo sedentário* indicam que, possivelmente, a questão fundamental que permeia a relação dos sujeitos com os seus corpos centra-se nas dificuldades de conscientização corporal,



baseadas na dicotomia entre mente e corpo. Esta hipótese ancora-se também nos resultados, já vistos e discutidos, no Tema 2, Corpomente.

Neste contexto, Gaiarsa (1984) ressalta a importância da consciência motora (proprioceptiva), por comportar a sensibilidade necessária para nos informar sobre o movimento de nosso corpo. Além disso, ela espelha a complexidade de funcionamento do aparelho motor e a sua capacidade de criar movimentos contínuos., pois “(...) o aparelho motor é *TAMBÉM* um aparelho sensorial, fonte de uma categoria especial de *SENSAÇÕES*” (op.cit., p.73). Sendo assim, o movimento não é apenas percebido objetivamente pelo observador, mas é também percebido subjetivamente pelo agente.

“A propriocepção - sensação de si mesmo - está sempre presente e atuando JUNTO COM outro sentido. Ela é que dá o ‘mim mesmo’ ENQUANTO atuo, de regra movido pelo objeto (pelo meu interesse, gosto ou necessidade em relação a ele). E o objeto me é dado, de regra, pelos olhos e/ou pelos demais sentidos” (op.cit., p.73).

O valor da consciência corporal reside no fato de que

“nosso corpo somos nós. É nossa única realidade perceptível. Não se opõe à nossa inteligência, sentimentos, alma. Ele os inclui e dá-lhes abrigo. Por isso, tomar consciência do próprio corpo é ter acesso ao ser inteiro, pois corpo e espírito, psíquico e físico, e até a força e fraqueza, representam não a dualidade do ser, mas sua unidade” (Bertherat, 1997, p.14).

Por fim, neste Tema 4, os resultados das questões 17b e 17c, mostraram que as atividades preferenciais dos sujeitos, tidas como *hobby*, estão centradas em culinária, trabalhos manuais e fotografia. As mesmas são buscadas, com maior frequência, como forma de relaxamento, após tensões sofridas no trabalho.



Observa-se que os sujeitos revelam sensações de satisfação consigo próprio que decorrem de dois aspectos considerados por eles como sendo primordiais, e que se encontram embutidos na importância dada para a obtenção de relaxamento. O primeiro é que as atividades desenvolvidas facilitam o afastamento dos trabalhos intelectuais, do pensar, dos desgastes do dia a dia, seja pelas reuniões ou aulas. São atividades que facilitam a descoberta de um mundo interior, portador de outras habilidades, interesse, gostos e vontades, configurando outra forma de se posicionar perante o mundo. Como relata um sujeito: *“a razão principal é o relaxamento agradável que proporciona. Envolvem outras áreas de mim que não o intelecto, equilibrando minhas atividades. Preenchem minhas necessidades de um contato diferente com as outras pessoas e o mundo”*.

O segundo aspecto envolve o ato de criar, tendo como consequência uma produção diferenciada do cotidiano profissional. Parece que o produto final confere o resultado de uma construção que adquiriu forma, textura, beleza, sabor e que sempre é sentido como algo muito bom e, também, realizador.

De modo geral, podemos dizer que estas atividades trazem muita gratificação aos sujeitos, porque eles demonstram que estes momentos vivenciados são provedores do equilíbrio, da tranquilidade e da descontração, refazendo-os para um novo dia. Neste sentido, favoreceriam a integração corpórea.



TEMA 5: ALTERAÇÕES DE COMPORTAMENTO

Este tema é composto por 06 questões, tendo como objetivo verificar possíveis alterações de comportamento que, por ventura, ocorram durante os períodos de produção de trabalhos intelectuais.

TABELA VI

Porcentagem de frequência⁽¹⁾ das respostas dos sujeitos às questões referentes ao Tema 5

Respostas dos Sujeitos	QUESTÕES														
	18a			18b*			18c			18d			18e		
	L	P	CB	L	P	CB	L	P	CB	L	P	CB	L	P	CB
Sim	46,7	32,0													
Não	46,7	64,0	83,3												
S/R**	06,6	04,0	16,7												
Sim				06,3	06,7										
Não				75,0	86,7	83,3									
S/R				18,7	06,6	16,7									
Sim							56,7	56,0	50,0						
Não							33,3	44,0	33,3						
S/R							10,0		16,7						
Sim										20,0	08,0				
Não										70,0	72,0	66,7			
S/R										10,0	20,0	33,3			
Sem Problemas													20,0	24,0	33,3
Desejo de Fuga													03,3		
AI/Alimentação														04,0	
S/R													76,7	72,0	66,7

(1) As frequências simples encontram-se no Anexo 11

* Na questão 18b, os homens foram excluídos, pois a pergunta é pertinente ao sexo feminino.

** S/R = Sem resposta

A Tabela VI indica que a grande maioria de sujeitos do grupo de CB, maioria do grupo de P, assim como uma parcela de L, não apresentam alterações na atividade sexual durante o desenvolvimento de trabalhos intelectuais. A outra parcela de L evidencia alterações nesta área, cujas justificativas baseiam-se na diminuição e na abstinência da atividade sexual. Com baixíssima frequência, encontramos alguns sujeitos de L que apresentam aumento da frequência da mesma, como forma de descarregar a tensão acumulada (questão 18a).

A questão 18b, por ser pertinente ao sexo feminino, registra que a grande maioria das mulheres dos grupos de L, P e CB, não apresenta alterações no ciclo menstrual.

Os três grupos indicam a presença de mudanças no comportamento durante os períodos de produção de trabalhos intelectuais. As justificativas estão relacionadas a intensificação dos estados de ansiedade, angústia, irritabilidade, tensão, depressão e introversão (questão 18c).

A grande maioria do grupo de L, P e CB não apresenta tiques e/ou manipulações (questão 18d).

A última questão deste tema, que refere-se ao aparecimento de outros possíveis tipos de problemas, deixou de ser respondido pela grande maioria dos sujeitos dos três grupos (questão 18e).

Diante destes resultados, observa-se que o desenvolvimento de atividades intelectuais interfere em alguns aspectos da vida destes sujeitos. Verificam-se, então, alterações na atividade sexual, referentes a uma parcela do grupo de L e manifestações de estados emocionais, demonstradas pelos sujeitos dos três grupos.

Estas alterações não deixam de ser decorrência de um processo que envolve alguns fatores. Como já assinalado anteriormente, no tema 1, o ingresso no meio universitário implica na obrigatoriedade de dar início ou continuidade a uma carreira profissional, cujo objetivo é a formação e o aprimoramento



científico. Esta necessidade profissional obriga o professor a ter que enfrentar desafios e, para isto, torna-se prioritário que ocorra uma mobilização interna para que ele consiga lidar com esta nova perspectiva. Isto é, ele tem que se organizar para responder aos novos desafios, que podem ser originários de suas próprias aspirações ou impostos pela instituição à qual pertence.

Assim, a maneira como um indivíduo responde a uma determinada situação vai depender de como a experiência atual é corporificada. É evidente que as respostas também estão associadas às experiências passadas e que, conjuntamente, produzem “(...) *uma mudança na forma, organização e atividade, assim como na percepção e imagem subjetiva (...)*” (Keleman, 1992b, p.10).

Este autor nos diz ainda que “*no desenvolvimento humano, a pessoa organiza um corpo adulto e social enquanto também aprende a enfrentar desafios e ameaças. Qualquer coisa que desafie seu self corporal, quer venha de dentro, quer de fora, afeta diretamente a base de seu funcionamento e muda seus sentimentos, pensamentos, ações e autopercepção*” (op.cit., p.09).

Relembramos que o professor universitário não tem como única atividade o desenvolvimento de pesquisas, mas, paralelamente, ele atende também outros setores como a docência, supervisão de alunos, atividades administrativas e serviços extensivos à comunidade, que representam os vários encontros estabelecidos com o trabalho.

Assim, este professor se depara com vários tipos de solicitações que exigem posturas e atitudes diferenciadas e, possivelmente, esta divisão de tarefas faz com que ele se sinta sobrecarregado pelo ritmo intenso de suas atividades.

Outra particularidade é que, no dia a dia, o seu desempenho é constantemente avaliado, seja pelos alunos, seja pelos seus próprios pares. Ao mesmo tempo, seus trabalhos científicos tornam-se públicos e, portanto, sujeitos a avaliações da comunidade acadêmica. O professor expõe a sua produção intelectual, sendo passível de julgamentos favoráveis ou desfavoráveis.



Consequentemente, esta situação pode se tornar ameaçadora, gerando medos e incertezas.

Neste sentido, as diferentes situações enfrentadas pelos professores exigem o desenvolvimento de várias relações e vários corpos¹⁵ para que eles possam responder somaticamente. Isto implica que determinados encontros provocam uma distorção pulsatória como o que já foi demonstrado na relação com a produção mental. Ou seja, em vários momentos parece que esta relação altera o funcionamento interno, gerando algum tipo de desequilíbrio, expresso pela instabilidade emocional.

Esta situação não é apenas oriunda dos prazos estabelecidos e das pressões externas sentidas, mas principalmente de sensações que emergem e se mesclam, inundando o indivíduo. Provavelmente, são sentimentos ligados ao medo do fracasso, insegurança, dúvida, necessidade de agradar a si próprio e ao outro, de provar que é eficiente e capaz, etc. Enfim, são sentimentos ambivalentes que expressam o desejo de conquista e de reconhecimento, assim como a impotência e o medo de falhar. São fases de altos e baixos, momentos de bem-estar e mal-estar, cujo desafio leva o indivíduo a adentrar em um terreno desconhecido, onde tem que romper com estruturas já organizadas. Assim, sua resposta depende de sua capacidade em reconhecer como a excitação percorre e estimula o seu corpo, e como, a partir da excitação, os sentimentos são expressados.

A conscientização do estado somático-emocional preconizada por Keleman (1994, p.30) é importante porque a sua não ocorrência implica no medo do enfrentamento de determinados tipos de sentimentos, pois

“(...) abominamos o pulsar imprevisível do nosso processo formativo, que alterna sentimentos de impotência e poder, instabilidade e segurança, esvaziamento e plenitude. Queremos poder, mas não

15 A esse respeito, vide Tema 1.



arriscamos sequer uma impotência momentânea em nome de entrar em contato com o poder inerente ao nosso processo formativo”.

O entendimento de que os obstáculos fazem parte do crescimento e da existência humana é de suma importância, porque dá condições ao indivíduo de perceber o quanto tem medo, o quanto sente a irritação, a tensão, a angústia e o quanto e o como seu corpo responde muscularmente a estes sentimentos. É necessário aprender que os gestos, os movimentos corporais, expressam os sentimentos e, assim, esta descoberta facilita a compreensão de que “(...) o conflito não é apenas negativo, mas gerador de mais riqueza. Viver com emoções e sentimentos contraditórios é uma arte, que evidencia nossa complexidade” (Keleman, 1994, p.33).

Neste ponto, é interessante estabelecer um paralelo com os resultados do Tema 2, que evidenciam que os sujeitos, quando desenvolvem trabalhos intelectuais, não se sentem conectados somaticamente. A cabeça e o resto do corpo encontram-se dissociados e a percepção corporal só ocorre por meio da corporificação da dor.

Este modo de reação indica que, embora os sujeitos demonstrem percepção a respeito de alterações emocionais, não significa que haja, necessariamente, a conscientização do estado somático-emocional, porque a sua presença implica em saber vivenciar a excitação da vida emocional. Ou melhor, poder reconhecer a realidade somática e o seu processo de organização e reorganização.

Finalizando, chamamos atenção para o fato de a maioria dos sujeitos dos três grupos ter deixado de responder a questão 18e. Isto pode ser explicado de duas maneiras: ou eles não apresentam outros tipos de problemas ou alterações de comportamento, e, por isso, não se preocuparam em responder o item; ou apresentam e, então, por defesas como resistência e/ou negação, ignorou-o.



TEMA 6: CORPO

Este tema é composto por 04 questões e tem como objetivo analisar as autopercepções de dores e de sintomas, as insatisfações e as satisfações corporais.

Houve, nestas questões, a inclusão de duas figuras humanas, de frente e de costas, para facilitar o registro dos sujeitos. Além das marcas feitas nos desenhos, os participantes tiveram que escrever a respeito da área assinalada e especificar os respectivos sintomas, gostos e desgostos.

As respostas foram agrupadas, de acordo com os sete segmentos da couraça muscular do caráter propostos por Reich (1995b). Além da localização por áreas do corpo, as queixas também foram categorizadas a partir das sensações especificadas pelos sujeitos, sendo elas: dores musculares, contrações musculares, dores internas e viscerais, processos inflamatórios e alérgicos. As respostas relacionadas ao não gostar (insatisfações) de determinadas partes do corpo foram categorizadas em relação ao formato e ao aspecto. O formato é quando o tamanho não é adequado, ou seja, por ser maior ou menor que o desejado, e o aspecto, refere-se a presença de flacidez, estrias, celulites, varizes, cicatriz e acne. Quanto às satisfações corporais as categorias prenderam-se também ao formato, quando o tamanho e a forma são satisfatórios; ao aspecto, isto é, partes do corpo consideradas atraentes e bonitas, e ainda, o funcionamento adequado de certos órgãos.



TABELA VII

Porcentagem de frequência⁽¹⁾ das respostas dos sujeitos às questões referentes ao Tema 6

Respostas dos Sujeitos	QUESTÕES											
	19a			19b			20			21		
	L	P	CB	L	P	CB	L	P	CB	L	P	CB
Com queixas	83,3	88,0	83,3									
Sem queixas	03,3											
S/R*	13,4	12,0	16,7									
Sempre				26,7	24,0	16,7						
Às vezes				50,0	52,0	66,7						
Nunca				10,0	12,0							
S/R				13,3	12,0	16,6						
Com insatisfação							56,7	72,0	66,7			
Sem insatisfação							10,0	04,0				
S/R							33,3	24,0	33,3			
Satisfação Geral										13,3	12,0	
Satisfação Parcial										63,4	68,0	83,3
D. Discriminar											08,0	
S/R										23,3	12,0	16,7

(1) As frequências simples encontram-se no Anexo 12

* S/R = Sem resposta

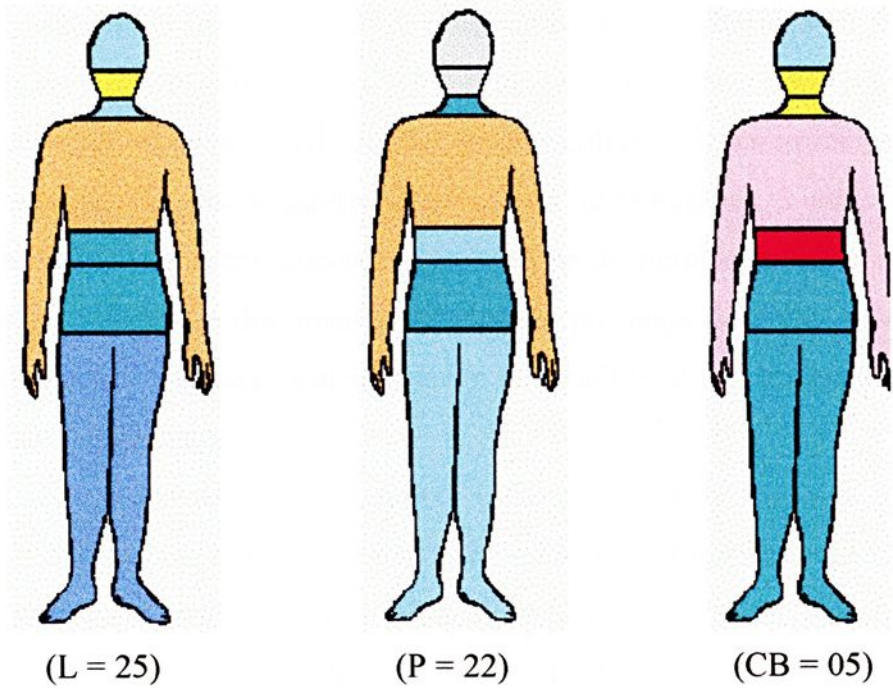
A Tabela VII indica que a grande maioria dos sujeitos do grupo de L, P e CB apresenta queixas que estão relacionadas a dores e sintomas que acometem o corpo físico (questão 19a).

Para facilitar a visualização, as frequências das queixas serão representadas, como se seguem:

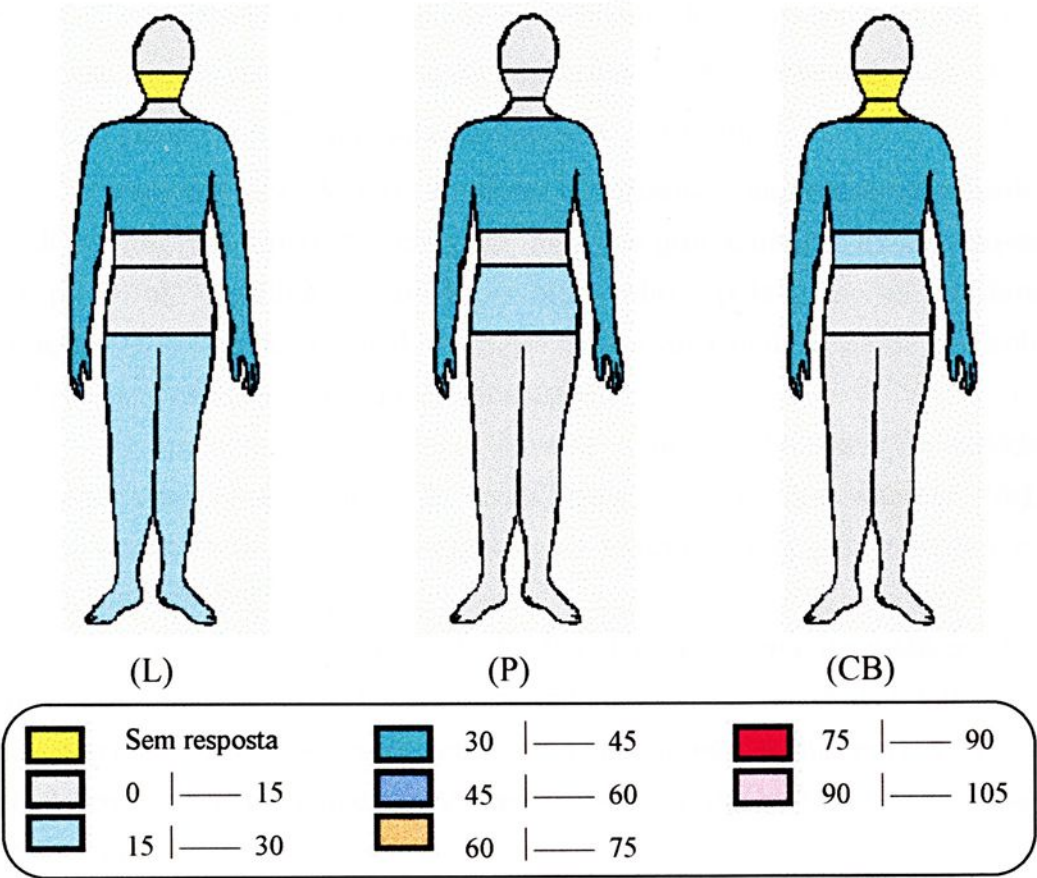


FIGURA 2

Porcentagem de frequência de respondentes por grupo



Porcentagem de frequência das queixas dos sujeitos por grupo



Para o grupo de L, as dores concentram-se nos segmentos *torácico* e no *pélvico*. As queixas relacionadas ao *torácico* referem-se as regiões do tórax posterior, incluindo a coluna, ombros, tórax anterior e com baixíssima frequência os braços, os pulmões e o coração. As sensações de mal-estar estão relacionadas as dores musculares, seguidas de contrações musculares. Há a ocorrência, embora muito pequena, de dores internas, processos inflamatórios e alérgicos. No segmento *pélvico* as áreas queixosas referem-se às pernas, à coluna, aos pés, seguidas das nádegas e dos quadris. Nota-se a presença de dores e contrações musculares, dores internas, principalmente nos joelhos e nos tornozelos, devido aos processos inflamatórios.

No grupo de P, os sintomas estão mais vinculados aos segmentos *torácico* e *abdominal*. No anel *torácico*, as queixas se localizam nas regiões do tórax posterior (superior e médio-inferior), incluindo a coluna, dos ombros e, com frequência menor, do tórax anterior, dos braços e das mãos. Estas regiões são acometidas, principalmente, por dores musculares, sendo seguidas de contrações musculares, dores internas e processos alérgicos. No anel *abdominal*, as queixas concentram-se na região da coluna, pelas sensações de dores e contrações musculares e, com baixa frequência, o intestino.

Para o grupo de CB, as dores localizam-se nos segmentos *torácico*, seguido do *diafragmático*. No *torácico*, as áreas problemáticas encontram-se no tórax posterior, incluindo a coluna, e nos ombros pela presença de dores e contrações musculares. No anel *diafragmático* a área mais atingida é a coluna, cujas queixas centram-se nas dores musculares.

O aparecimento de dores durante o desenvolvimento de atividades intelectuais, recai na alternativa 'às vezes', para os três grupos (questão 19b). As justificativas mais frequentes baseiam-se na tensão gerada pelo trabalho e nas posturas inadequadas.

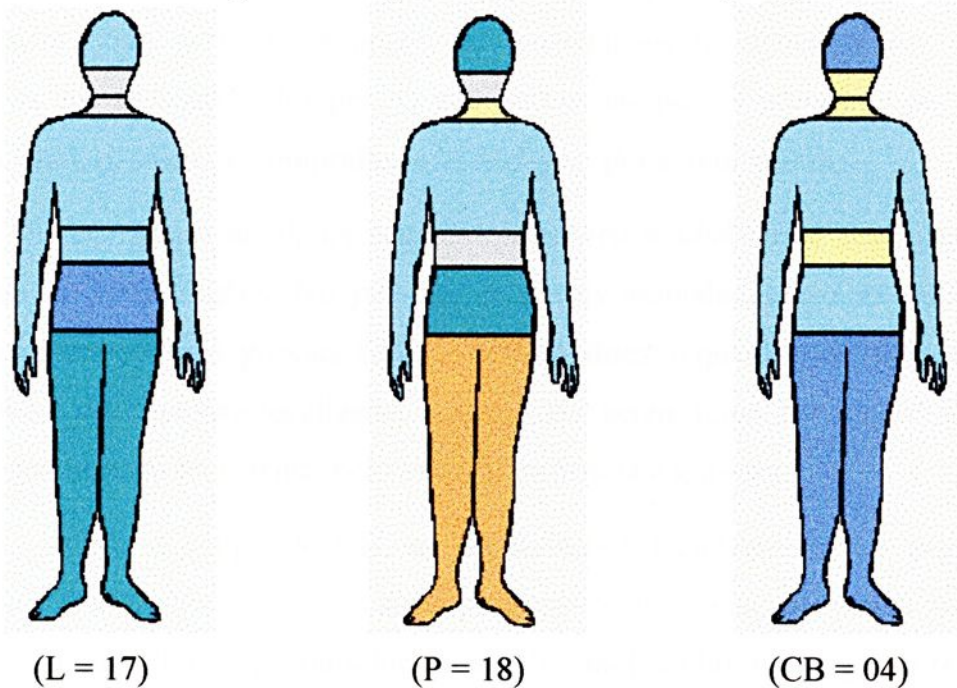
A maioria dos grupos de L, P e CB apresenta insatisfação com o próprio corpo (questão 20). Com menor ênfase uma parcela de L e CB, seguido de P, deixou esta questão sem resposta. Comparando a ausência de resposta ocorrida entre as três questões deste tema, esta foi a que sofreu maior recusa por parte dos sujeitos.



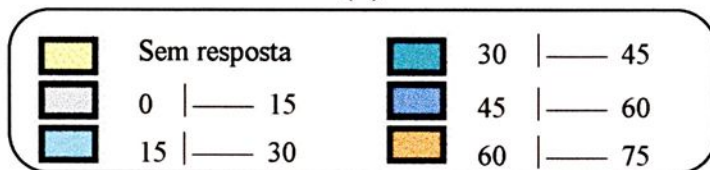
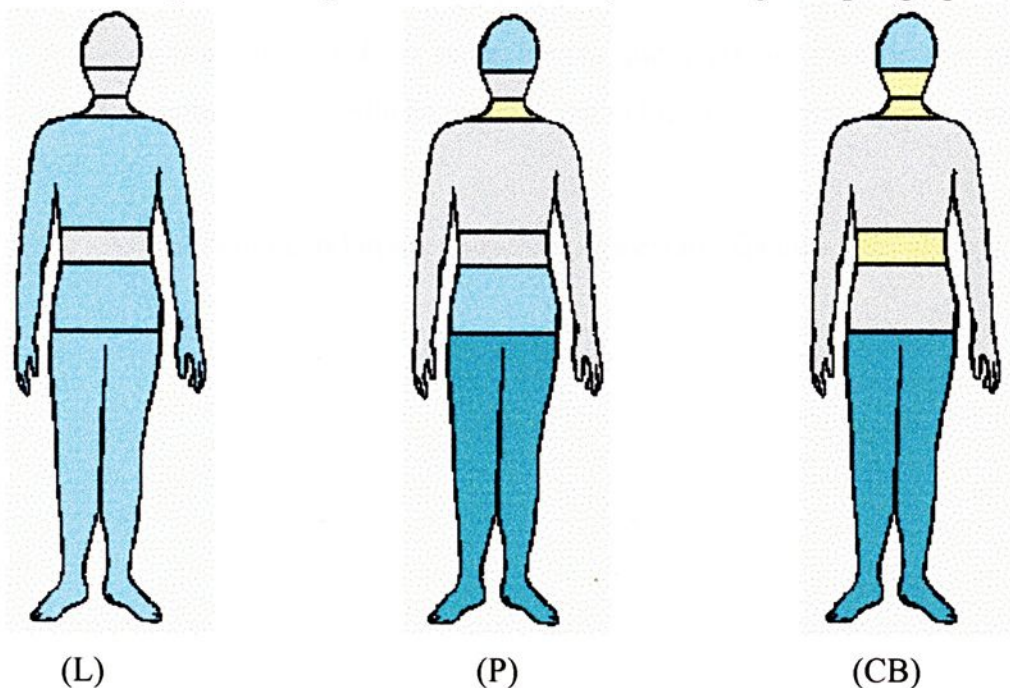
As frequências relativas às insatisfações estão especificadas abaixo:

FIGURA 3

Porcentagem de frequência de respondentes por grupo



Porcentagem de frequência das insatisfações dos sujeitos por grupo



Nota-se que o grupo de L apresenta níveis de insatisfações que se localizam nos anéis *abdominal* e *pélvico*. No segmento *abdominal* a área rejeitada é a da barriga, por encontrar-se volumosa, protuberante e com depósitos de gordura. No *pélvico*, as áreas de insatisfações localizam-se nas pernas, seguidas das nádegas e dos pés. O não gostar das pernas prende-se ao fato de serem finas, grossas ou compridas, e as nádegas, por serem grandes.

No grupo de P, os segmentos *pélvico* e *abdominal* recebem maior número de insatisfações. No *pélvico*, as partes assinaladas são as pernas por apresentarem-se finas, grossas, tortas e com celulites; o quadril e as nádegas, pelo tamanho e pela gordura localizada; e os pés, por serem feios. No anel *abdominal*, o não gostar recai na barriga, pelo volume, saliência e gordura.

Para o grupo de CB, as insatisfações localizam-se nos segmentos *pélvico* e *ocular*. No *pélvico*, as áreas prendem-se as pernas, por serem grossas e finas, e ao quadril, pela gordura localizada. No anel *ocular*, o não gostar refere-se ao nariz, pelo tamanho, e aos cabelos, pela queda.

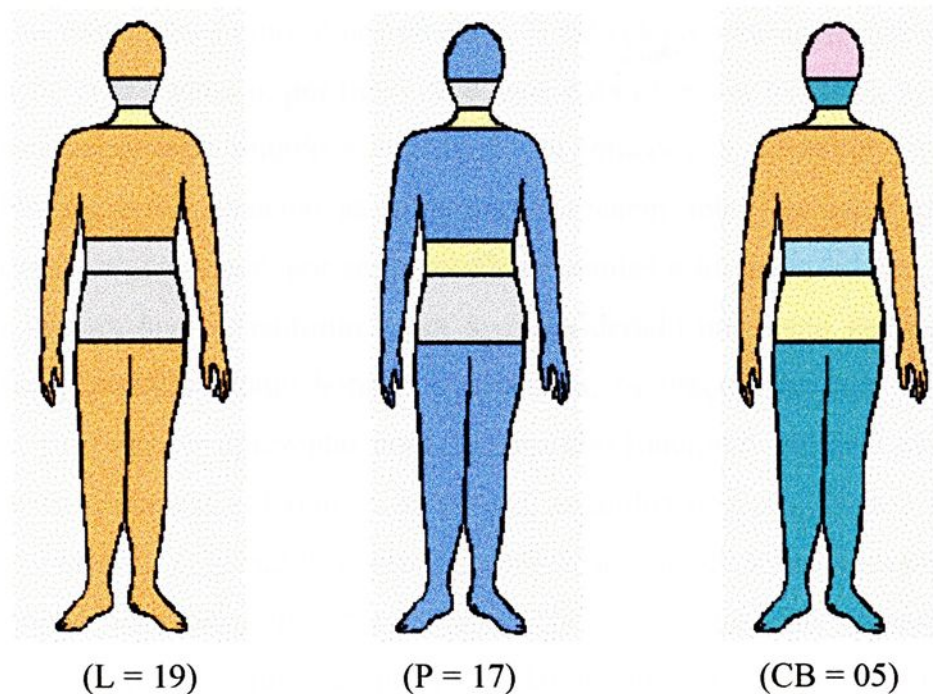
A última questão deste tema, revela que a grande maioria dos grupos de L, P e CB apresenta satisfação parcial em relação aos seus corpos (questão 21).

As frequências relativas às satisfações estão especificadas abaixo:

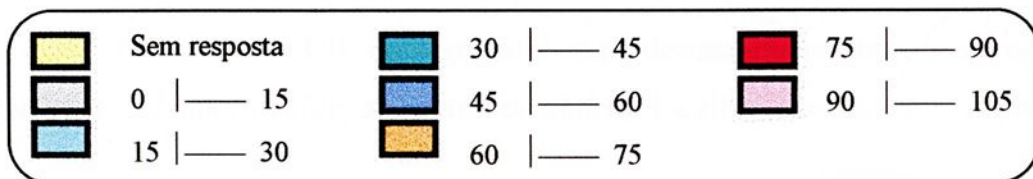
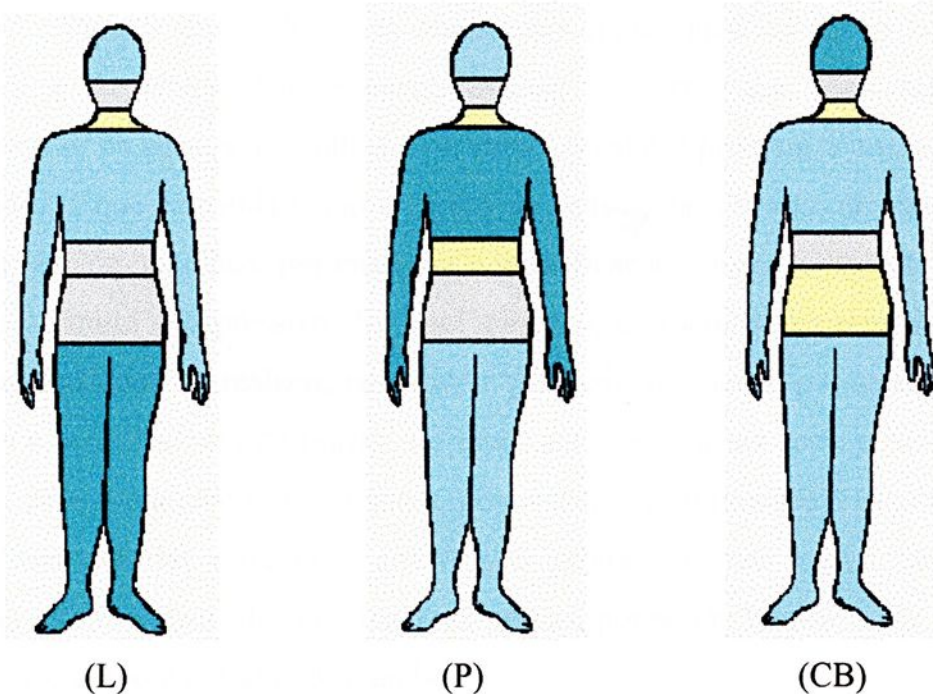


FIGURA 4

Porcentagem de frequência de respondentes por grupo



Porcentagem de frequência das satisfações dos sujeitos por grupo



O grupo de L manifesta maior aceitação de partes do corpo que se encontram nos segmentos *ocular*, *torácico* e *pélvico*. No *ocular*, as escolhas recaem na cabeça, nos olhos e nos ouvidos. A cabeça predomina porque promove a interação com o mundo, por meio do pensar e da reflexão; os olhos, ajudam no reconhecimento deste mundo e expressam as emoções; e o ouvido, por captar sons. No segmento *torácico* as preferências recaem sobre as mãos, pelo que podem realizar, construir, por serem também bonitas e afiladas; o tórax anterior por ser bonito, bem constituído e por ser considerado um ponto energético; os seios são percebidos como bonitos e pequenos; os braços são bem feitos, e o coração, pelo fato de apresentar bom desempenho funcional. No anel *pélvico*, as áreas mais apontadas referem-se as pernas, seguidos dos pés, órgãos genitais, nádegas e quadril. O gostar das pernas prende-se ao fato de serem bem torneadas, com volume adequado, atraentes e fortes. Os pés, porque dão sustentação ao corpo. Os órgãos genitais dão prazer e são bonitos; as nádegas e o quadril apresentam volume adequado e chamam a atenção.

Para o grupo de P, os anéis mais representativos são o *ocular*, o *torácico* e o *pélvico*. No segmento *ocular*, as partes que mais satisfazem localizam-se na cabeça, nos olhos e no nariz. A cabeça propicia a interação com o mundo, já que é sentida como o centro do pensar, da reflexão, da vitalidade e da criatividade; os olhos, por enxergar e identificar as coisas do mundo; o nariz porque é bonito e expressivo. No anel *torácico*, as escolhas recaem nas mãos, pela possibilidade de realizar, construir e produzir; nos seios, por serem firmes, bonitos e propiciadores de prazer; no tórax anterior, por ser forte e bonito; nos braços, pela produção; e nos ombros, por serem bem torneados. No *pélvico*, as partes mencionadas referem-se aos órgãos genitais, pernas e pés. Os órgãos genitais estão relacionados ao prazer, as pernas, por serem bonitas e, os pés, por sustentar o corpo e possibilitar o andar.

No grupo de CB, os segmentos mais destacados referem-se ao *ocular* e *torácico*. No anel *ocular*, as partes escolhidas localizam-se na cabeça, por ser



responsável pela manutenção da vida e do raciocínio rápido; os olhos, por demonstrarem os sentimentos; a face e os cabelos por serem bonitos. No segmento *torácico*, o tórax anterior é ressaltado por conter os pulmões e o coração funcionando adequadamente e, ainda, porque é bonito.

Os resultados iniciais deste tema relativos às dores apresentadas pelos sujeitos dos três grupos, demonstram que elas se distribuem por todos os segmentos corporais mas concentram-se em alguns, como o torácico, pélvico, diafragmático e abdominal. As queixas mais freqüentes estão relacionadas às sensações de dores musculares, seguidas de contrações musculares. Estes dados assinalam que o corpo se comunica por meio de uma linguagem de dores para expressar que algo não vai bem internamente. Estas mensagens são reveladoras de que, possivelmente, o seu estado de funcionamento natural se encontra alterado e que, as respostas somáticas, ocorrem diante de um meio sentido como agressivo. Observa-se que o próprio corpo vai mapeando os seus bloqueios emocionais, indicando os segmentos mais tensionados e comprometidos.

Vale a pena lembrar, que para Reich (1995b), a emoção é o ‘movimento expressivo do protoplasma’, estando implícito o movimento de contração e expansão. Keleman (1992a, p.105), aborda também esta questão assinalando que as emoções “(...) *acompanham o ciclo de expansão-contração. Quando o **continuum** de expressão emocional é flexível, podemos ir da raiva à tristeza, da contração ao inchaço, mas sempre voltamos a um estado homeostático de estímulo equilibrado. Quando a continuidade da agressão distorce a forma somática, perde-se a expressão emocional plena*”.

Nesse sentido, parece que as queixas apresentadas pelos sujeitos são representativas, porque indicam que o equilíbrio vegetativo encontra-se perturbado. Há indícios de que estes corpos desenvolveram defesas, configuradas pelas couraças, como forma de proteção contra o mundo interno e externo, provocando a redução da capacidade da expressão emocional e do sentimento.



Desse modo, tentaremos buscar o embasamento para estas colocações, iniciando a discussão pelo segmento torácico, por ter sido o depositário de um maior número de queixas feito pelos sujeitos dos três grupos.

Este segmento é considerado por Reich (1995b, p.346) como de extrema importância, sendo “(...) *decisiva não só porque representa uma parte importante da couraça do organismo em geral, mas também porque os sintomas biopáticos tem um caráter particularmente perigoso nessa região*”. Esta consideração é atribuída pelo fato do segmento conter as estruturas vitais, como o coração e os pulmões.

Dentre as áreas que compõem este anel abordaremos, em primeira instância, o tórax anterior. Embora haja a constatação de que as queixas dos sujeitos, a ele relacionados, tenham tido uma frequência muito baixa em relação as outras áreas, justificaremos esta opção baseando-nos em dois motivos.

O primeiro baseia-se no fato de que o tórax anterior é também considerado uma área importante porque abriga os sentimentos e as sensações, processando e amplificando as emoções que fluem da barriga. “(...) *Todos os diferentes aspectos do ser humano, como as emoções, os pensamentos, as reações e as expressões se misturam e rodopiam no peito, alterando continuamente sua forma e sua direção, à medida que passam da criação para a expressão (...)*” (Dychtwald, 1984, p.145). A integração destes aspectos e conseqüente harmonia vão depender de como o indivíduo lida com esses elementos, ou seja, “(...) *o modo como o indivíduo relaciona-se com as dimensões passionais, expressivas e interpessoais de si mesmo será fortemente influenciado pela natureza e pela estrutura desta região de seu corpomente*” (op.cit., p.145-6).

Portanto, as experiências emocionais sejam de amor, medo, raiva, prazer, agressão ou decepção fazem o nosso corpo expandir, contrair, enrijecer ou amolecer, porque os bloqueios emocionais existentes provocam alterações no tônus muscular. Eles atingem não só a musculatura antero-posterior torácica, mas



abrange também toda a musculatura que compõe os outros segmentos e os seus órgãos correspondentes. Assim, a maneira como o indivíduo opera os seus afetos no mundo é a maneira como ele modela ou estrutura o seu próprio corpo.

Dessa forma, o comprometimento no segmento torácico implica em algumas características como a contenção da emoção e autocontrole, um fluxo débil de sentimentos e sensações, além de uma carga energética reduzida. A respiração tende a ser inadequada, já que ela se torna superficial para conter sentimentos de raiva, mágoa e afetos. Ou melhor, o bloqueamento da excitação se dá exatamente para reduzir o estado de angústia e as sensações prazerosas. Em decorrência, o tórax tende a apresentar-se rígido e imóvel.

O segundo motivo que justifica a abordagem inicial do tórax anterior é que a descrição deste comprometimento, nos leva a estabelecer comparação com as respostas neurovegetativas (questão 16) dadas pelos sujeitos no Tema 3, cuja frequência maior coube ao ‘sentir-se angustiado’. Verifica-se que as colocações feitas sobre estes dois aspectos incidem sobre um ponto comum que é a vinculação direta da angústia com o tórax e, ambos, com a respiração¹⁶. Os mesmos elementos estão envolvidos neste processo, ou seja, os pulmões inseridos na cavidade torácica, a angústia confundindo-se com a inibição respiratória e a tensão presente nos músculos respiratórios.

Este paralelo nos faz crer que a somatória destes elementos, revela as dificuldades que permeiam os sujeitos em lidar com as suas emoções e, principalmente, em estabelecer diálogos com suas próprias organizações somáticas.

Assim, apoiamos esta hipótese em outra área importante - o tórax posterior, já que o mesmo obteve uma incidência representativa de queixas apresentadas pelos sujeitos dos três grupos. Estas queixas abrangem não só a musculatura, como também, a coluna vertebral.

16 Vide Tema 3, p. 70.



Novamente, com o objetivo de compararmos os resultados, buscamos no Tema 3, duas questões que registram os mesmos tipos de queixas aqui apresentadas. Relembramos que, as respostas à questão 12f, indicam que os sujeitos dos três grupos apresentam dores nas costas devido aos problemas de coluna. As respostas à questão 16, por sua vez, indicam que as reações neurovegetativas mais freqüentes, além do ‘sentir-se angustiado’, foram o ‘estar tenso’ e ‘dores musculares’.

Os resultados destas questões fazem supor que os grupos musculares do segmento torácico, como os intercostais, os torácicos, os deltóides e os que envolvem as escápulas tendem a sofrer contrações, resultando em áreas sensíveis a dores. Parece que a tensão depositada na musculatura é a forma que o organismo encontra para reter a raiva, pois é nas costas que “(...) *acumula-se tudo o que a pessoa reprime/segura* (...)” (Gaiarsa, 1984, p.53).

Estes músculos circundam a coluna vertebral que, por sua vez, é considerada o nosso eixo corporal e, como dito anteriormente, a sua estrutura “(...) *e seu potencial de funcionamento são freqüentemente excelentes indicadores do estado corpomental geral* (...)” (Dychtwald, 1984, p.179), porque o seu funcionamento saudável irá refletir um corpo vital.

Gaiarsa (1984,p.53) aponta que

“(...) a coluna contém 160 pequenas articulações, o que também contribui para fazer dela, na certa, a região proprioceptivamente mais clara do corpo. Mas o paradoxo é completo : apesar destes fatores favoráveis quase ninguém sente ou percebe sua coluna. Enfim : a imensa maioria das pessoas além de NÃO VER, NÃO SENTIR as próprias costas e a coluna - que é a região mais sensível do corpo em relação à propriocepção! É aí que se acumula o inconsciente”.

Pelo fato das emoções se localizarem ao longo da coluna, ela se torna para Dychtwald (1984, p.179) “(...) *uma ‘cesta de lixo’ de sentimentos indesejados e de conflitos por resolver* (...)” À medida que as emoções



acumuladas tornam-se inconscientes, as contrações musculares tendem a cronicidade pela retenção da energia e, dependendo do grau de severidade, provocam certas deformações ósseas atingindo, principalmente, a coluna.

O estudo realizado por Hasse (1990, p.5), sob a ótica junguiana, contém também o enfoque de que o desenvolvimento humano compreende a relação psique-soma e, sendo assim, estabelece a coluna vertebral como um ponto referencial para as suas discussões, por ser compreendida como *“(...) o continente vital e intrigante das energias que habitam o corpo humano e por representar a ‘superioridade’ humana em visão de mundo pela sua postura erecta. Uma estrutura perfeita para se iniciar uma investigação da unidade psique-soma e do auto-desenvolvimento criativo”*.

Em suas considerações, Hasse (op.cit., p.58) destaca a coluna vertebral como sendo um instrumento de individuação na psicoterapia, pois sendo o nosso eixo de equilíbrio, simbolicamente ela representa *“(...) o caminho de nosso reencontro com nós mesmos (...)”*, tornando-se *“(...) o lugar privilegiado em que se inserem todas as nossas libertações, todas as nossas realizações sucessivas, mas também todos os nossos bloqueios, todos os nossos medos, todas as nossas recusas e todas as nossas tensões”*.

Quanto às queixas dos sujeitos relacionadas aos ombros, observa-se que podem ser decorrentes também das contraturas musculares que, como alavancas, provocam modificações em seu posicionamento, retraindo, elevando, curvando ou rotacionando os mesmos e, contribuindo assim, para a instalação de dores. Estas possíveis alterações advêm de mecanismos internos, que refletem a contenção de sentimentos de raiva, afeto, medo, desafio e recuo. São mensagens que mostram a maneira como o indivíduo lida com as pressões, as responsabilidades e as exigências sentidas em sua vida.

Consequentemente, a espasticidade muscular presente na região torácica tende a atingir os braços e as mãos, embora as queixas dos sujeitos tenham sido muito reduzidas, em relação a estas áreas. Mesmo assim,



assinalamos que os braços e as mãos tem como função expressar as emoções e comunicar-se por meio de movimentos e ações. Segundo Dychtwald (1984), a vitalidade dos braços e das mãos está diretamente vinculada à maneira de como o indivíduo se movimenta no mundo, ou melhor, como ele se posiciona com o outro, já que as interações compreendem o dar e o receber. Assim, o comprometimento destes membros depende basicamente de como o indivíduo consegue expressar os seus sentimentos e ações.

Retomando a coluna, verifica-se que as dores apresentadas pelos sujeitos, não estão restritas apenas ao segmento torácico, mas estendem-se também pelos segmentos diafragmático, no caso do grupo CB, e pelo abdominal, do grupo P. O anel diafragmático compreende dois feixes de músculos que abrangem as vértebras torácicas inferiores, sendo muito comum nesta região a manifestação da lordose. O abdominal, por sua vez, compreende os grandes músculos abdominais, o reto e os abdominais transversos, na frente, e os músculos das costas, grande dorsal e sacroespinal.

Lowen (1982, p.205) faz uma discussão interessante sobre o espasmo nesta região, apontando a existência de duas forças contrárias que criam tensão neste local, sendo que,

“(...) uma é a gravidade, ao lado de todas as pressões que agem sobre a pessoa de cima para baixo (exigências das autoridades, culpa, deveres, cargas físicas e psicológicas). A outra é uma força de sentido ascendente que sobe pelas pernas e que sustenta a pessoa em pé na postura ereta, mantendo-a firme em face das exigências e obrigações que lhe são colocadas. Estas duas forças encontram-se na região lombossacral”.

Podemos também estender esta explicação ao grupo de L, cujas queixas centralizam-se no segmento pélvico, pois Lowen (op.cit., p.206), aponta ainda que quando os joelhos são bloqueados e as pernas tensionadas *“(...) para fazer frente à pressão, a rigidez se amplia para cima, incluindo o sacro e a*



pelve. Toda a pressão torna-se localizada na junção lombossacra que se torna vulnerável às lesões". Portanto, a tendência é a de ocorrer uma contração na musculatura da pélvis, fazendo com que ela se retraia e permaneça rígida, havendo também a contração do esfíncter anal e de todo o soalho pélvico, dos glúteos e da musculatura das coxas. Observa-se que as respostas dos sujeitos contém queixas sobre dores e contrações musculares, além de inchaço nas pernas e problemas nas articulações dos joelhos e dos tornozelos. Buscamos ainda no Tema 3, especificamente na questão 12f, as respostas que coincidem com estas queixas, acrescidas das varizes, constipação intestinal e das hemorróidas.

Estes sintomas indicam que, provavelmente, as tensões depositadas neste segmento são a forma encontrada para conter determinados tipos de sentimentos, pois, como salienta Reich (1995b, p.358), "*(...) a couraça pélvica é igual à dos ombros, uma vez que também mantém ligados em si impulsos de raiva e de angústia (...)*", tendo como decorrência a diminuição das sensações e das excitações.

Pelo fato das pernas terem recebido um maior número de queixas, seguido dos pés, gostaríamos de assinalar que estas duas áreas "*(...) constituem as bases e o suporte da estrutura do ego (...)*" (Lowen, 1977, p.101), significando o contato com a realidade, o contato com o chão, a interação energética com o solo. Suas funções são as de nos dar suporte, sustentação e equilíbrio e, assim, a forma como são estruturadas revela a maneira como nos movemos perante a vida. Ou seja, o tipo de mobilidade tem relação com a postura psicológica, podendo refletir fragilidade, insegurança, inconsistência, autocontrole ou auto-afirmações, estabilidade e segurança. Por fim, é importante salientar que a mobilidade das pernas depende basicamente da mobilidade da pélvis devido à função genital, pois uma pélvis móvel ou parcialmente imobilizada determina a abertura ou o fechamento de canais naturais para a descarga da energia sexual.

Quanto às respostas da questão 19b, seriam indicativas do aparecimento de dores durante o desenvolvimento de atividades intelectuais, cuja



freqüência maior recai na alternativa ‘às vezes’. Se as dores aparecem ‘às vezes’, pode ser um sinal de que a relação com a produção intelectual é satisfatória e provedora de realização, contribuindo para que o corpo não sofra tantas tensões e desgastes físicos. Esta hipótese coincide com a discussão feita sobre o corpo realizado no Tema 1, referente às respostas da questão 7.

Verificamos, entretanto, que nos segmentos corporais as dores apresentadas pelos sujeitos são freqüentes, fazendo supor que seus corpos se encontram alterados e tensionados. Nesta questão, os sujeitos afirmam que, quando desenvolvem atividades intelectuais, as dores aparecem ‘às vezes’ e ocorrem em função das tensões geradas pelo trabalho e por posturas inadequadas. Ora, o esperado é que, se o organismo expressa dor e, sob a influência de pressões externas, a tendência seria o aumento em freqüência e intensidade destas dores, porque em situações de tensão os comportamentos automáticos são reativados. Provavelmente, as respostas relativas à alternativa ‘às vezes’ devem ser consequência, mais uma vez, da não conscientização corporal, levando os sujeitos a não ‘perceberem de fato’ as alterações em seus corpos.

Como parâmetro, podemos retomar as questões do Tema 2, cujas respostas dos sujeitos dos três grupos revelam a cisão mente e corpo, durante o desenvolvimento de trabalhos intelectuais. Ao mesmo tempo, no Tema 5, especificamente nas respostas à questão 18c, os sujeitos dos três grupos evidenciam mudanças de comportamento devido às alterações dos estados emocionais, já que os sentimentos de angústia, medo e irritação são intensificados. Se isto ocorre, conforme o já exposto, a tendência do corpo seria a de responder muscularmente a estes sentimentos e, um exemplo desta resposta seria a própria postura inadequada dos sujeitos, pois ela reflete nada mais do que um tônus muscular perturbado. Ou seja, pelo tipo de dores manifestadas pelos sujeitos, podemos imaginar algumas posturas possíveis, como o encurvamento das costas, pescoço estirado, ombros levantados, estômago recuado, barriga estufada, nádegas contraídas, etc., que revelam a presença da contração, da



rigidez ou da flacidez no tônus muscular. São posturas ou expressões que revelam as emoções.

Assim, sob este ângulo, argumentamos : as respostas referentes às alternativas deveriam contemplar mais o 'às vezes' ou o 'sempre'? Parece que neste caso, estariam contemplando mais uma vez uma resposta intelectualizada ou defensiva.

Os resultados relativos às *insatisfações* e às *satisfações* serão abordados conjuntamente porque suas respostas se enquadram nas mesmas categorias, por compreenderem 'o formato' e 'o aspecto'. Para as respostas ligadas às satisfações foi acrescida outra categoria que é o funcionamento adequado de certos órgãos.

As respostas mais freqüentes indicam que não podemos pensar o corpo isolado do seu meio ambiente , pois ele tem que se adaptar e responder a suas estimulações e influências. Parece que o não gostar ou gostar de determinadas partes do corpo decorre de uma visão fragmentada que se baseia na identificação, a partir de modelos oferecidos pelo próprio ambiente, pois, por um lado, a gordura, a celulite, as pernas finas ou grossas e tamanho grande de algumas áreas são rejeitadas porque não correspondem com a imagem ou modelo veiculado pela mídia. Por outro lado, partes do corpo que são pequenas, bem torneadas, firmes, atraentes, com volume adequado e órgãos internos funcionando bem são apreciados e trazem sentimentos de satisfação, porque coincidem com aquilo que a mídia apresenta, isto é, corpos jovens, saudáveis, bem estruturados, músculos firmes, enfim, tudo deve estar no lugar certo em suas devidas proporções.

Assim, a visão fragmentada do corpo supre o objeto do desejo dos outros e não do próprio indivíduo. É como se os sujeitos contemplassem os seus corpos como um objeto externo, coisificando-o. A dificuldade está no estabelecimento da existencialização do próprio corpo, do apropriado do próprio



corpo. Mente e corpo não são separados, pois se parte de um sujeito é perna, antes de tudo, esta perna é parte dele.

Provavelmente, as dificuldades dos sujeitos relativas à conscientização corporal impedem que eles pensem no corpo que não seja dessa maneira como a mídia veicula, assim como, a noção de que a vida emocional é vivida dentro do corpo. E o corpo responde às agressões pelos depósitos de gordura acumulada em algumas áreas, sinalizando a estagnação da energia porque a mobilidade foi inibida. As pernas sendo tortas, finas e com varizes também respondem a sua maneira como cada um lida ou se move perante a vida. Assim, cada área corporal, cada órgão vai responder de uma determinada maneira.

A dificuldade de conscientização corporal pode também contribuir para que ocorram contradições, como no caso de alguns segmentos, que comportaram queixas e insatisfações e, ao mesmo tempo, foram contemplados com respostas ligadas às satisfações. Como exemplo mais representativo, temos o *anel torácico* que recebeu um maior número de queixas dadas pelos sujeitos dos três grupos, mas também foi eleito por conter áreas apreciadas.

Esta contradição pode estar embasada naquilo que Gaiarsa (1984,p.53) aponta “*quanto mais longe um objeto, menos se consegue atuar sobre ele (...)*”, ou seja, a parte da frente existe para os olhos, mas a parte de trás não existe para os olhos. Conseguimos disfarçar o que se encontra a nossa frente e o que os nossos olhos atingem e podemos, desta maneira, atribuir qualidades e satisfações que reconhecemos como tal. As queixas relativas às costas podem significar que “*(...) aí - atrás - nada nos observa nem vigia. Minha frente conheço mal, mas conheço. Minhas costas só posso vê-las bem com espelho. O outro, por sua vez, conhece bem minha frente, mas ele também conhece mal minhas costas. Ninguém observa longamente as costas do outro - ou o outro pelas costas*” (op.cit., p.53). Sendo assim, Gaiarsa atribui que as costas contém o ‘silêncio’ ou a ‘opacidade social’, portanto, é o lugar que depositamos as nossas emoções de raiva e de medo, as nossas dores e todo o peso das pressões ambientais.



Outro ponto contraditório, exposto pelo grupo de L é que, simultaneamente, as queixas de dores e as satisfações recaíram no segmento *pélvico*. O mesmo acontece no grupo de P quanto às áreas depreciadas e aceitas. Observa-se que, ora, os sujeitos relatam a presença de dores, contraturas musculares e acúmulo de gordura, indicando que bloqueios energéticos estão instalados nesta região, ora, valorizam áreas deste anel, porque acham bonito ou pelo prazer proporcionado. Por exemplo, pouquíssimos sujeitos apontam o órgão genital como sendo o representante do prazer só que, ao mesmo tempo, não conseguem estender ou perceber este prazer no restante do corpo. Isto nos leva a reafirmar as dificuldades de conscientização corporal por parte dos sujeitos advindas da percepção fragmentada do próprio corpo. Consequentemente, pode-se deduzir que possíveis, impulsos de raiva e angústia encontram-se contidos neste segmento, restringindo as sensações e excitações, como já dito anteriormente.

Um aspecto importante, ainda a ser ressaltado, refere-se às satisfações, cujo resultado concentra-se no segmento *ocular* para os três grupos. Nas respostas dos sujeitos há o predomínio da cabeça, pelo fato dela promover a interação com o mundo, possibilitar o processo do pensamento, da reflexão, do raciocínio, manter a vida, etc. É interessante que esta escolha está diretamente vinculada com a excitação cortical, que é tudo o que envolve as justificativas dos sujeitos, já que compreende a informação, a imagem, a simbologia. Para Keleman (1992a, p.68), “(...) o córtex representa o cérebro humano, com sua transmissão de cultura, sua capacidade para produzir símbolos e usar ferramentas para incrementar as interações humanas (...)”. Assim, estas respostas refletem com muita exatidão as características do papel do professor universitário, ou seja, o envolvimento com o mundo pensante, possibilitador da reflexão, do raciocínio, da produção, da aprendizagem e das respostas sociais e emocionais.

De maneira geral, os resultados deste tema indicam que os corpos dolorosos, depreciados e parcialmente aceitos, pelos sujeitos deste estudo, são



produtos de corpos que foram sendo construídos ao longo de suas histórias pessoais. São respostas de dores e de satisfações dadas diante de um ambiente sentido, provavelmente, ora como agressor, ora como continente. São expressões anatômicas e emocionais que se processam a partir das relações e dos encontros estabelecidos na vida. São corpos que representam mais tônus muscular e menos tônus muscular, são movimentos de contração e de expansão, movimentos angustiantes e prazerosos, são energias rebaixadas, bloqueios, mobilidades reduzidas, enfim, são linguagens corporais que refletem a maneira como cada um foi constituindo o seu corpo.

A importância conferida à singularidade do ser humano nos impele a ressaltar que, embora as áreas do corpo assinaladas pelos sujeitos tenham sido descritas com seu possível significado, elas não devem ser entendidas de forma estanque, mas sim dinamicamente, pois estes elementos estruturais encontram-se isolados, sendo necessário entender que tudo depende das várias formas, atitudes e posturas que os indivíduos assumem no mundo. Keleman (1992a, p.11) aponta que “(...) *somos seqüências móveis de formas emocionais variadas* (...)”, estando aqui vinculada a idéia de vários corpos, de várias camadas que se sucedem, pertencentes a um mesmo corpo. São corpos inseridos em um contexto e que, portanto, reagem a intensidade das pressões e condições ambientais, buscando sempre uma adaptação.

Assim, os resultados dos sujeitos são amostras de vários corpos, de várias camadas que adquirem formas a partir de experiências individuais variadas. Baseando-se em Keleman (1992a), podemos dizer que estes funcionamentos dependem de uma camada da vida vegetativa, que produz energia e respostas para sustentar o organismo no ambiente. Dependem de uma camada da função imitativa do corpo que é dos papéis feitos por identificação, isto é, o jogo identificatório dos modos de funcionar, dos modos de se pôr, dos modos de operar as suas intensidades e os seus afetos na vida. Na realidade, tudo isto resulta em uma formatação corporal, que é todo o uso muscular, o jeito de



colocar a cabeça, o pescoço, a barriga, o peito, as pernas, as intensidades, os ritmos, que resultam em uma coreografia, ou melhor, em todas as possibilidades coreográficas. Dependem também da camada emocional que mostra preponderância de respostas emocionais, de certas formas que mostram corpos coléricos, contidos, impulsivos, privados e extremamente adaptáveis. E ainda, outra camada de todos os corpos que abrange as adaptações, as imitações, as identificações, as contra-identificações que ocorrem em nível cortical, pois compreende a aprendizagem de papéis necessários para administrar tudo isso, favorecendo os encaixes no ambiente, a produção, a socialização e o funcionamento dentro deste sistema.

Para Keleman (1992a, p.102), todas estas camadas podem refletir o conflito pulsátil e, assim,

“(...) nós nos congelamos, contemos, ficamos à espera com os músculos estriados, enquanto o cérebro se apressa para ver se há perigo ou não. Inibimos os músculos de ação do esqueleto, mas nos tornamos hiperativos nas vísceras, ou vice-versa (...). Em uma camada, nos mantemos amáveis, agimos socialmente, protegemos nossa imagem externa, enquanto em outra nos encolhemos, nos desesperamos, queremos gritar por ajuda. Estamos felizes por fora e chorando por dentro. Ou podemos ser pessoas melancólicas, desesperadas, por fora, e alegres e positivas por dentro”.



TEMA 7: REAÇÃO EMOCIONAL

Este tema é composto por 05 questões introduzidas para verificar os tipos de reações emocionais dos participantes do estudo.

TABELA VIII

Porcentagem de frequência⁽¹⁾ das respostas dos sujeitos às questões referentes ao Tema 7

Respostas dos Sujeitos	QUESTÕES														
	22a			22b			22c ₁			22c ₂			23		
	L	P	CB	L	P	CB	L	P	CB	L	P	CB	L	P	CB
Algumas vezes, sim	16,7	04,0													
Nunca notei isso															
Quase sempre, sim	10,0	24,0	33,3												
Sempre, mesmo...	73,3	72,0	66,7												
Sim				10,0	08,0	16,7									
Não				90,0	88,0	83,3									
S/R*				04,0											
Abertura							51,4	44,8	33,3						
Emocional Positivo							37,8	44,8	66,7						
Moral Positivo							05,4	03,5							
Outras							05,4	06,9							
S/R															
Fechamento							39,4	44,8	16,7						
Emocional Negativo							15,2	37,9	50,0						
Moral Negativo							18,2	06,9	33,3						
Deficiência							09,1								
Outras							09,0								
S/R							09,1	10,4							
Expressa Emoção										50,0	52,0	50,0			
Contém Emoção										16,7	16,0	50,0			
D. Descrever										23,3	24,0				
Expressa inadequação										03,3	04,0				
S/R										06,7	04,0				

(1) As frequências simples encontram-se no Anexo 13

* S/R = Sem resposta



oportunidade de fazerem caminhadas pelas matas e/ou praias, passeios pelos campos, participar de rotas ecológicas, nadar em rio ou mar, pescar, ouvir o vento e a quietude da mata. Pouquíssimos sujeitos mantêm uma relação mais ativa com a natureza, dedicando-se ao cultivo de plantas, pomar, horta e, ainda, na criação de alguns animais, como gatos, cachorros e canários.

Os resultados relativos às relações interpessoais demonstram que os sujeitos dos três grupos, além de possuírem amigos, apresentam facilidade para fazer amigos e procuram manter o vínculo de amizade. Sendo assim, estes dados parecem indicar que a organização somática dos sujeitos encontra-se voltada para a busca e manutenção de contato com o outro.

Este aspecto configura a necessidade presente em cada um de nós, de estabelecer conexão com o outro, pois o homem é gregário por natureza. Por isso, embora seja primordial a busca de autoconhecimento, de intimidade consigo próprio, devemos compreender que “(...) *o enigma da individualidade não está apenas em se afirmar sozinho, mas em comungar com os demais*” (Keleman, 1994, p.79). A nossa ligação com o outro baseia-se não só no fator sobrevivência, mas também na própria satisfação, pois, “(...) *tornar-se adulto, viver a própria vida, não significa tornar-se separado, mas desenvolver os talentos inatos que sirvam a nós e à comunidade de nossos pares humanos*” (op.cit., p.79). Neste sentido, a comunhão com os outros implica na compreensão de que os relacionamentos envolvem sentimentos de solidariedade, cooperação, união, amor, intimidade e troca.

As respostas dos sujeitos, revelam então um movimento natural em direção ao mundo, visando a busca de interação com o outro, tão necessária para cada um de nós. Existem, entretanto, duas afirmações deles que parecem contraditórias : a primeira delas, como já referida, é a facilidade em fazer amigos e, a segunda, a de que possuem poucos amigos.

A facilidade em estabelecer contato com o outro está baseada em uma resposta esperada e socialmente aceita, parecendo que os sujeitos se esquivaram,



Como pode ser observado na Tabela VIII, a maioria dos sujeitos do grupo de L, P e CB considera que o olhar sempre pode transmitir emoções, mesmo que as pessoas não o percebam (questão 22a).

A grande maioria dos sujeitos de L, P e CB prefere não evitar o olhar das pessoas quando estão conversando. Uma parcela do grupo de L deixa de justificar esta questão e, a outra parcela, indica que o olhar é uma forma de buscar o controle sobre o outro. As respostas dos sujeitos de P e CB prendem-se à busca de controle e de equivalência no contato (questão 22b).

Ressalta-se que a busca de controle corresponde à busca de aprovação, pois os sujeitos evidenciam a necessidade de captar a emoção do outro para saber o que o mesmo sente em relação a eles. A busca de equivalência no contato revela a necessidade de interagir com o outro.

Para o grupo de L, o prazer em olhar para uma pessoa ocorre quando ela expressa abertura à comunicação, seguido da presença de um estado emocional positivo. No grupo de P estas duas condições são igualmente ressaltadas. Já no grupo de CB, a resposta mais freqüente foi em relação a expressão de um estado emocional positivo (questão 22c¹).

Torna-se importante esclarecer que o ‘estar aberto ou fechado à comunicação’ compreende respostas que abrangem situações em que a pessoa olha para o outro ou evita olhar, mantém o olhar ou desvia. Quanto ao ‘estado positivo ou negativo’, as respostas correspondem a estar alegre, disposto, bonito, sensível, amável ou triste, agressivo, hostil, desagradável e apático. Também surgiram respostas ligadas a afetividade, do tipo; “quando percebo que a pessoa gosta de mim”, “quando faz coisas para mim”, “quando sinto que a pessoa não gosta de mim”, etc. O ‘moral positivo ou negativo’ expressa os valores morais e sociais, como o respeito, honestidade, competência, educação ou falsidade, desrespeito, falta de educação, displicência e mau-caráter.

Os sujeitos do grupo de L manifestam nervosismo ou inquietação quando, ao olhar para uma pessoa, ela apresenta fechamento à comunicação,



seguido do moral negativo. No grupo de P, as respostas mais freqüentes concentram-se no fechamento à comunicação e na expressão de um estado emocional negativo. Para CB, os sujeitos indicam o estado emocional negativo, seguido do moral negativo (questão 22c²).

As reações mais freqüentes dos sujeitos de L, P e CB, quando se emocionam, são de conseguirem expressar a emoção. Isto se dá, mais freqüentemente, por meio de comportamentos de choro e de riso, assim como, pelo aumento da comunicação verbal. Metade do grupo de CB, contém a emoção. O conter a emoção implica na dificuldade de expressá-la, sentir-se paralisado e sem ação. Exemplificando, temos: *“Fico com os olhos vidrados”, “disfarço” e “não faço nada, agüento e fico muito quieto”*. Ainda, uma parcela menor de L e P apresenta dificuldade em descrever as suas reações, do tipo: *“não dá para responder, mesmo se a emoção é de afeto a reação é tão relativa, é sempre tão circunstancial”, “perco o rebolado” e “às vezes acelerada, às vezes em câmara lenta”*.

Os resultados deste tema revelam que a maioria dos sujeitos possui consciência sobre a expressão emocional do olhar, ou seja, há o reconhecimento de que o olhar sempre transmite a emoção. Consideram a importância de não evitar o olhar das pessoas durante as situações de diálogos, com a finalidade de obter controle no contato, seguido da busca de equivalência no contato.

Os sujeitos que se enquadram na busca de controle mostram que o contato requer, inicialmente, a avaliação da emoção e da reação do outro. Suas respostas são do tipo: *“gosto de observar os olhos para sentir realmente a disposição da pessoa para comigo”, “gosto de tentar saber o que o outro está sentindo, como está reagindo ao que estou falando”, “para poder conversar confiando nas pessoas preciso dos olhares frente a frente”*. Este posicionamento parece refletir uma situação desigual, à medida que o encontro envolve a posição superior de um em relação ao outro.

Gaiarsa (1984, p.56) assinala que



“se me coloco de superior olhando o outro bem de frente e de cima para baixo, tudo aquilo que ele fizer será percebido por mim (...) Se ele fizer ou disser algo CONTRA mim, percebo (recebo) seu atuar como insubordinação, desrespeito ou subversão (...) Se ele disser ou fizer algo a favor, então está tudo certo - não preciso me incomodar - ele sabe qual sua posição”.

Sendo assim, parece que o estabelecimento de um contato, por parte dos sujeitos, deve compreender um movimento inicial de recuo, com o objetivo de favorecer o processo de observação e de análise das atitudes do outro. Ou melhor, busca-se comprovar as verdadeiras intenções do outro, que podem estar associadas a comportamentos de oposição, de confrontos, de concordância ou de compreensão.

Uma tal posição pode significar a existência de sentimentos ameaçadores e persecutórios, incertezas e inseguranças de como agir sobre o espaço em que se encontra, medo da aproximação, necessidade de aceitação, aprovação, etc. Enfim, são formas de defesa que o indivíduo utiliza para se proteger do encontro com o outro.

Ao mesmo tempo, o olhar que busca o controle pode ser decorrente do próprio papel desempenhado pelo professor no contato que estabelece não só com os seus pares, mas também com os alunos. Isto quer dizer que, enquanto ministra uma aula, o professor tende a avaliar as reações de seus alunos, a fim de perceber se os mesmos estão atentos, se demonstram interesse, se o que está sendo transmitido é captado e assimilado. Assim, a necessidade de buscar o controle do outro reside na preocupação constante em avaliar se a comunicação estabelecida favorece o processo de aprendizagem. Este tipo de comportamento, desenvolvido em sala de aula, provavelmente, acaba sendo transposto para outras situações, permeando as suas relações cotidianas. Entretanto, não podemos deixar de salientar, que as organizações somáticas são formadas a partir das nossas



experiências e dos nossos conflitos pessoais e, sendo assim, os comportamentos expressos tendem a refletir a nossa maneira habitual de funcionamento.

Por sua vez, os sujeitos que buscam equivalência no contato deixam claro em suas respostas que o olhar possibilita uma compreensão mais completa do outro, favorecendo o relacionamento entre as pessoas. Citaremos alguns exemplos, como: *“é um veículo e um veículo que une as pessoas”*, *“gosto de olhar, tenho prazer em perceber os traços, as emoções do outro e gosto também de ser olhado. É como uma troca”* e *“os olhos complementam as palavras e sintonizam os sentimentos”*.

Sendo assim, a busca de equivalência no contato, possivelmente, evidencia a compreensão de que o encontro é um processo onde ocorre influências recíprocas, permitindo que o seu significado repouse na troca entre as pessoas. A percepção flui em relação ao outro e o encontro se efetiva, proporcionando um movimento de entrega. Parece que o olhar permite a criação de condições que envolvem aceitação, aproximação e momentos compartilhados que conectam uns aos outros. Assim, a relação flui porque os sujeitos situam-se num mesmo nível em relação ao outro, ou seja, a posição assumida por cada um é de igual para igual.

Outro aspecto interessante que os sujeitos demonstram é que, ao olhar para uma pessoa, o prazer ocorre à medida em que ela expressa abertura à comunicação e estado emocional positivo. O inverso, isto é, o olhar que provoca desprazer, é aquele em que a pessoa apresenta fechamento à comunicação, estado emocional negativo e moral negativo.

Estas situações revelam que o afastamento ou a aproximação em relação ao outro se dá em função do que foi captado, tendo como norteador emoções prazerosas ou desprazerosas. Assim, a aceitação ou rejeição de olhar e estabelecimento de contato com o outro vai depender de como este outro se comporta. Parece, então, não haver muita diferença entre o olhar daquele que busca o controle e o daquele que busca equivalência no contato.



Gaiarsa (1986, p.92) nos aponta que, quando as pessoas se encontram, a tendência é a de se olharem muito e, assim “(...) *a imagem captada atua sobre nós, sobre nossos sentimentos, pensamentos e intenções, da maneira como atua sobre a direção de nossa marcha qualquer objeto, degrau ou esquina situados sobre nosso percurso*”. Desta forma, “(...) *opera a figura do outro em mim, quando nos encontramos*”.

Portanto, atitudes positivas e olhar que corresponde são aspectos combinados que facilitam a troca com o outro, possivelmente, a figura de um opera de maneira satisfatória sobre o outro, fazendo com que a colocação e o enfrentamento diante da situação seja “(...) *da melhor maneira possível, tanto em relação às minhas ações possíveis, como em relação à percepção da cena - que mostra as intenções dos outros - ante as quais tenho que me colocar*” (Gaiarsa, 1984, p.56).

A situação contrária, atitudes negativas e olhar que não corresponde são também somatórias impeditivas para a ocorrência da troca, porque a figura de um opera de maneira insatisfatória sobre a figura do outro.

Por um lado, parece ser óbvio que o estado emocional de um indivíduo funciona como imã, atraindo ou repelindo pessoas. Ou seja, é muito mais prazeroso aproximar-se de uma pessoa que manifesta, aparentemente, bem estar, disposição, alegria e educação, do que de outra, que manifesta apatia, depressão, hostilidade e displicência.

Mas, por outro lado, Gaiarsa (1986) coloca que somos modelados pelas exigências sociais e, quando olhamos para o outro, conseguimos captar os sinais de seus sentimentos e passamos, então, a classificá-lo sobre aquilo que é visível nele. O autor enfatiza que “(...) *o controle social se faz assim por comparações entre o que estamos vendo e a forma - padrão; não é, pois, um ver para ver, mas sim um ver para estimar, comparar, julgar ou ‘medir’*” (op.cit., p.95). Deixamos de perceber a criatura humana, porque é muito diferente “(...) *entre ver algo por fora e estar dentro daquilo que se viu*” (op.cit., p.98).



A esse respeito, Keleman (1992a, p.171) afirma que os relacionamentos humanos não deixam de ser interações somáticas e, sendo assim, as atitudes dos indivíduos dependem, ao mesmo tempo, tanto do que está dentro (mundo interno) como fora (meio ambiente) de cada um. Diz ainda, que *“nós nos relacionamos com os outros por intermédio das formas que construímos. Se nos tornamos rígidos, densos ou inflexíveis, podemos nos descobrir rancorosa ou medrosamente retraídos. Somos incapazes de nos abrir ou empatizar com os outros (...)”*. Então, quando negamos sentimentos e necessidades, passamos a ter uma auto-referência baseada na frustração e resignação. Ao mesmo tempo, situações ambientais podem afetar o que se passa dentro de um indivíduo, pois *“(...) se somos desprezados ou alienados pela sociedade, podemos nos encolher desesperados e nos sentir desprezíveis. Podemos também nos tornar duros de orgulho e indignação ou nos sentirmos superiores aos nossos oponentes, mesmo que a rigidez sirva para encobrir nossas mágoas (...)”* (op.cit., p.172).

O importante para Keleman (op.cit., p.172) é que

“(...) à medida que desestruturamos internamente nossa rigidez e permitimos que nossa pulsação interna se torne novamente peristáltica, nos abrimos para o engajamento com os outros. Isso melhora a auto-imagem e cria sentimentos bons como base na excitação. Se as pessoas nos aceitam e valorizam nossas contribuições, nos juntamos a elas e desorganizamos o orgulho que cria distância. A aceitação do outro nos enriquece, cria esperança e sentimentos de um futuro”.

Finalmente, verificou-se que a metade dos sujeitos dos três grupos consegue expressar as suas emoções. Estas reações podem indicar a facilidade em exteriorizar sentimentos de alegria ou de pesar porque, possivelmente, os sujeitos encontram-se mais atentos e sensíveis para perceberem a suas sensações, no sentido de identificar e reconhecer os próprios sentimentos, deixando-os fluírem.



Neste caso, em determinadas situações, conseguiriam apresentar maior contato consigo mesmo.

Contrariamente, a dificuldade em expressar emoções é observada no restante dos sujeitos do grupo de CB, assim como nos grupos de L e P. Neste sentido, tanto o conter emoções, como a dificuldade em descrevê-las, implicam no distanciamento que os sujeitos apresentam em relação a si mesmos. Provavelmente, a percepção da excitação e a identificação dos sentimentos os leva a buscar mecanismos de controle que impedem a liberação de emoções, porque “(...) *esses sentimentos e suas expressões tornam-se sinais de perigo. Desenvolvemos, então, uma imagem de sentimentos como perigosos e instituímos uma série de padrões corporais que tentam suprimi-los ou canalizá-los em outra direção*” (Keleman, 1994, p.31). Neste sentido, as forças repressoras instalam os bloqueios energéticos, não permitindo que o indivíduo vivencie adequadamente a sua excitação.

A importância, então, está em

“(...) *experienciar como moldamos a excitação e o sentimento nos mostra como podemos cooperar conosco em lugar de nos reprimirmos. Podemos aprender o que é auto-expressão e o que é auto-administrar-se, em vez de nos prendermos a imagens preconcebidas de como nos satisfazer ou daquilo que nos satisfaça. Aprendemos que auto-expressar-se é achar maneiras de agir que construirão nossas vidas e nos proporcionarão significado e prazer*” (op.cit., p.35).



TEMA 8: VIDA SOCIAL E NATUREZA

Este tema é constituído por 06 questões e tem a finalidade de verificar as relações interpessoais, sociais e com a natureza estabelecidos pelo professor universitário.

TABELA IX
Porcentagem de frequência⁽¹⁾ das respostas dos sujeitos às questões referentes ao Tema 8

Respostas dos Sujeitos	QUESTÕES																	
	24a			24b			24c			25a			25b			26		
	L	P	CB	L	P	CB	L	P	CB	L	P	CB	L	P	CB	L	P	CB
Sim	100	100	100															
Não																		
Sim				76,7	56,0	66,7												
Não				23,3	40,0	33,3												
S/R*				04,0														
Sim							83,3	88,0	83,3									
Não							16,7	12,0	16,7									
Sim										66,7	56,0	83,3						
Não										26,7	32,0	16,7						
Às vezes										06,6	12,0							
Com interação**													36,8	42,9	44,4			
Sem interação													50,0	54,3	55,6			
S/R													13,2	02,8				
Sim																83,3	72,0	100
Não																16,7	16,0	
Às vezes																	12,0	

(1) As frequências simples encontram-se no Anexo 14
* S/R = Sem resposta
** = Nesta questão, a porcentagem de frequência foi estabelecida sobre o número de respostas dadas por sujeito

Os dados relativos à questão 24a (Tabela IX) mostram que a totalidade dos sujeitos do grupo de L, P e CB possuem amigos.

A facilidade para fazer amigos também é expressada pela maioria dos sujeitos dos três grupos, sendo que uma parcela do grupo de P, seguida de CB, apresenta dificuldades neste sentido (questão 24b).

A grande maioria do grupo de L, P e CB consegue manter estes contatos. Os sujeitos explicitam, em suas justificativas, o fato de que possuem poucos amigos, havendo a preocupação de cultivar relações de amizade (questão 24c).

Manter uma vida social corresponde à grande maioria de CB e à maioria de L e P (questão 25a). O tipo de divertimento mais freqüentemente procurado pelos três grupos, refere-se a atividades *sem interação*, seguidas das *com interação*. A categoria *sem interação* compreende atividades que não envolvem, geralmente, o contato direto com o outro, estando incluídas freqüências ao teatro, cinema, palestras, shows, galerias de arte, livrarias, assistir filmes em vídeo ou alguns programas de TV, leituras, ouvir músicas e praticar jogos em computador. A categoria *com interação* abrange atividades que englobam o contato direto com o outro pela ocorrência da troca, dos seguintes tipos : reuniões em casa de amigos, freqüência a bares, restaurantes, festas, clubes, lugares de dança, viagens, atividades estas que envolvem sempre a companhia de amigos e/ou familiares.

A totalidade de CB e a grande maioria de L e P afirma manter contato com a natureza (questão 26). O tipo de contato mais freqüente é o passivo, estando implícito o contemplar e o desfrutar das coisas belas e harmoniosas contidas na natureza. A contemplação compreende apreciar e observar o céu, as estrelas, as fases lunares, a vegetação, o desenvolvimento das árvores e das flores, os rios, os lagos, o mar e as montanhas. O desfrutar da natureza refere-se à busca de lugares como o litoral, serras, chácaras, sítios, hotéis fazenda, clubes de campo e estâncias hidrominerais. Estes lugares são usufruídos, pois oferecem a



não conseguindo dar uma resposta mais espontânea e natural. De certa forma, esta hipótese coincide com os dados apresentados pelos sujeitos no Tema 7, quando deixam claro que o contato pelo olhar com o outro, ocorre, com maior frequência, pela busca de controle e pelas características emocionais reveladas por este outro. Quer dizer, os próprios sujeitos estabelecem alguns critérios que facilitam ou não a aproximação em relação a determinadas pessoas. Portanto, parece que somente após prévios julgamentos e avaliações é que as defesas e as armaduras vão se atenuando e possibilitando a criação de espaços para a entrega ao outro. Neste sentido, pode ser que a parcela de sujeitos do grupo de P e de CB, que afirma ter dificuldade para fazer amigos, esteja demonstrando uma atitude mais coerente e coesa consigo próprio.

No entanto, devemos ressaltar que a relação humana torna-se às vezes intrincada, porque envolve as necessidades, os desafios e os conflitos de cada um de nós e que, muitas vezes, buscamos resolver no outro. O importante é o desenvolvimento da consciência do nosso modo de funcionar em relação ao outro que seria, com diz Keleman (1995, p.47), o nosso modo de aproximar-nos ou afastar-nos, fundir-nos ou desgrudar-nos, estender-nos ou recolher-nos.

“(...) Alguns podem ficar imobilizados na tentativa de se relacionar em conformidade com imagens de segurança e adequação. Suas próprias necessidades ficam submersas. Ou, alternativamente, se exteriorizam impulsivamente, incapazes de controlar ou direcionar seus impulsos, a ponto de desgastarem a si e os outros. Podemos inibir, interferir em nossos impulsos até nos transformarmos em puro espasmo de depressão, isolados e solitários. Ou, por falta de inibição, virarmos sonhadores informes, descontrolados (...) Talvez estejamos sempre tentando ser a pessoa correta ou mudar o mundo; nos tornamos um fluxo contínuo de conexão, sem nunca nos definirmos”.

Existe também um outro ponto a ser levantado sobre a facilidade para fazer amigos que pode estar centrado em situações externas que promovem



aproximações com várias pessoas, seja no meio profissional e/ou social. Não podemos nos esquecer que estamos inseridos em um ambiente que favorece este tipo de contato e, ficamos, portanto, sujeitos e expostos a uma rede de relacionamentos que se torna parte integrante de nosso cotidiano. Provavelmente, são contatos estabelecidos com pessoas que são apresentadas, tornam-se conhecidas, que chegam e partem, que se encontram nos esportes, no trabalho, no clube, enfim, em inúmeros locais, cujas experiências individuais acumuladas, propiciam a facilidade para o estabelecimento de interações mais generalizadas e amplas. Só que estes encontros tendem a ser mais esporádicos e as relações mais superficiais. Neste caso, as respostas dadas pelos sujeitos podem estar embasadas nesta visão, impedindo-os de distinguirem o tipo de relacionamento contido na pergunta.

Estas colocações parecem esclarecer o motivo das respostas dos sujeitos quanto ao fato de serem seletivos, já que afirmam possuir poucos amigos. De certa maneira, parece que esta é a tendência natural de cada indivíduo, ou seja, são várias as pessoas conhecidas, mas poucos os amigos. Os contatos são buscados, as relações se formam e tudo pode estar embasado na “(...) *necessidade instintiva, imagem social ou escolha pessoal* (...)” (Keleman, 1995, p.47), critérios estes que provocam a proximidade ou o distanciamento em relação ao outro.

Sendo assim, o ter poucos amigos compreende a idéia de que a conexão com o outro implica em uma relação mais profunda e intensa, a ligação é mais afetiva e mais duradoura, o contato é mais freqüente, existe o compartilhar de confidências, a confiança e a ocorrência da troca na relação, pois a entrega é mútua. Outro aspecto possível é que a experiência de vida acumulada tende a nos tornar mais seletivos, havendo o predomínio de relações mais sólidas, de busca de qualidade, de coisas mais agradáveis e amenas, não só nas interações pessoais, mas também em outras atividades que o próprio ambiente proporciona. Portanto, a configuração deste tipo de relação implica em laços de amizades que se



distinguem de outros, levando-nos a crer que os sujeitos, ao contrário do que se supunha, não apresentam contradições em suas afirmações - eles apenas constataam uma realidade, ou seja, existem pessoas que se escolhem mutuamente, passam a pertencer a um círculo mais exclusivo, pois criam relacionamentos que trazem muita gratificação emocional.

Keleman (1994, p.82) aponta a importância de desenvolvermos

“(...) uma ética social biológica, construída com base no processo de autoformação, que aprendamos como construir relacionamentos que aprofundem continuamente tanto nossa trama individual quanto o tecido social e que desenvolvamos um modo de viver nossos impulsos vitais de comunhão com os outros que não seja autoritário, narcisista ou explorador (...)”.

Outro aspecto a ser ressaltado sobre os resultados é que os sujeitos afirmam manter uma vida social, indicando, desta forma, uma organização somática voltada para o social. Ao mesmo tempo, as diversões mais procuradas se enquadram em atividades *sem interação*, seguidas das *com interação*. Embora haja o predomínio da primeira, observa-se que muitos sujeitos contemplam as duas categorias, levando-nos a refletir que estes corpos voltados para o social evidenciam reações diferenciadas, pelo fato de que não existe apenas uma realidade corporal, mas sim várias realidades corporais. Ou melhor, não podemos pensar em um corpo como um bloco apenas, porque o corpo que vai para lugares diferentes, reage também de maneira diferente em função das relações que estabelece. São determinados blocos que funcionam em determinados lugares e em determinados momentos. O enfrentamento de situações está alicerçado na capacidade de cada um em perceber que, neste momento, ‘isto bate com a minha maneira de ser, gosto, enfrento, desenvolvo e tenho prazer’, ou, em outro momento, ‘isto não bate, não gosto, não enfrento, não quero, não tenho prazer’.

Este funcionamento depende muito das circunstâncias, daquilo que mais satisfaz, que mais se encaixa com a necessidade e com o fluxo existencial



de cada um. Assim, um indivíduo pode estar em um movimento que lhe garante o 'ter corpo para' e, inversamente, 'não ter corpo para', revelando que certos momentos nos dão corpo para a sedução, corpo para a sexualidade, corpo para o social, corpo para o trabalho, corpo para o descanso, corpo para a atividade física, etc., respostas estas que evidenciam os vários investimentos corporais e a organização somática de cada ser ao longo de sua existência.

Entretanto, não podemos deixar de assinalar que os sujeitos preferem atividades *sem interação* que, em geral, não proporcionam o contato direto com o outro. Esta tendência parece refletir uma característica básica do professor universitário que é o investimento prioritariamente no intelectual, pois as atividades buscadas estão direcionadas para a área cultural, que promove, além do lazer, informações, conhecimentos e possíveis reflexões. Podemos relacionar este dado com a questão 21, do Tema 6, cujas respostas de satisfações corporais, estão vinculadas ao segmento ocular, pelo fato do mesmo conter a cabeça que, por sua vez, possibilita a interação com o mundo.

Neste ponto, convém ressaltar que algumas diversões citadas pelos sujeitos referem-se a leituras, jogos no computador, assistir TV e ouvir músicas que, de certa forma, representam atividades essencialmente solitárias, porque o contato pessoal direto é substituído por determinados objetos. Parece que muitas vezes há um movimento de recuo e de recolhimento por parte dos sujeitos, sugerindo que o fluxo energético encontra-se direcionado para o mundo interno, evidenciando a necessidade e a preferência em desenvolver algo solitariamente. Ou, dependendo da intensidade, estas diversões também podem significar o afastamento em relação ao outro pelo fato da interação comportar o medo de aproximação.

Gostaríamos ainda de esclarecer que esta pergunta sobre as diversões é um desmembramento da pergunta anterior, relativa a vida social. Como as respostas dadas pelos sujeitos abrangem atividades isoladas, podemos supor que



esta ocorrência seja resultado do fato de que eles não perceberam a relação entre as duas perguntas.

As respostas à última questão deste tema demonstram que os sujeitos apresentam, com maior frequência, um contato de ordem passiva com a natureza, pois a relação estabelecida ocorre por meio da contemplação de sua beleza e do desfrutar daquilo que a mesma oferece. Estes dados indicam um corpo mais inserido na natureza, que expressa a necessidade de buscar algo, de se misturar e se integrar nela, visto ser sentida como fonte de prazer, de relaxamento, de tranquilidade e de paz.

Reich (1991, p.227) ressalta a importância da relação homem-natureza, quando afirma que o desenvolvimento do mesmo compreende um movimento de expansão, onde várias conexões são formadas e vivenciadas. Assim, crescer implica em estabelecer contato consigo próprio, estender-se ao outro na busca de relação e de interação e, conforme a consciência se amplia, os sentimentos de pertença a Terra afloram, havendo identificação e integração com o mundo animal e vegetal. A energia orgone cósmica é universal e representa “(...) a profundidade cósmica do homem (...)”, porque ela faz parte do processo de criação da vida, é sua mantenedora e, suas leis regem não só o funcionamento biológico do ser humano, mas também cada partícula viva do universo.

A compreensão de que as raízes do homem estão profundamente fixadas no reino animal, leva Lowen (1979, p.263) a afirmar a necessidade de relacionar “(...) o seu presente com o seu passado, o seu ego com o seu corpo, e o seu corpo com a sua natureza animal (...)”. A negação destes aspectos por uma cultura que enfatiza os valores do ego pode colocar em risco a própria sanidade do homem, pois “(...) se ele perde de vista a sua natureza animal, torna-se um autômato. Se ele nega a sua natureza animal, torna-se um espírito sem corpo. Se ele subverte a sua natureza animal, torna-se um demônio”.

Quanto aos resultados dos sujeitos, verifica-se que eles fazem questão de demonstrar em suas respostas a necessidade de integração com a natureza e a



satisfação proporcionada por este encontro, sentido como algo fundamental para o restabelecimento de suas forças. Ao mesmo tempo indicam que, neste contato, os sentidos tornam-se mais aguçados, fazendo com que o corpo seja percebido de forma mais completa. Assim, tanto o contato de ordem passiva como o de ordem ativa com a natureza, parece compreender um movimento que engloba a noção consciente de estar e fazer parte do mundo, evidenciando que os sujeitos buscam aproximação física com a mesma para obter equilíbrio e harmonia.

Neste sentido, Reich enfatiza que a grande responsabilidade do homem é assumir a si próprio, é estar consigo, é procurar o próprio EU para encontrar a sua própria verdade

*“(...) qual seja: aprender a ouvir pacientemente em ti mesmo, dar a ti mesmo uma chance de encontrar o teu próprio caminho, que é teu e de ninguém mais. Isto não leva ao caos e ao anarquismo selvagem mas, em última instância, ao reino onde a **verdade comum** a todos está enraizada. Os caminhos de acesso são múltiplos e nenhum é igual a outro. A fonte de onde a seiva da verdade está fluindo é comum a todos os seres vivos, muito além do animal homem. Isto tem que ser assim, porque toda verdade é uma função da Vida viva, e a Vida viva é basicamente a mesma em tudo que se move por meio da pulsação. Portanto, as verdades básicas em todos os ensinamentos da humanidade se assemelham e levam somente uma coisa comum: encontrar teu caminho para a coisa que sentes quando amas carinhosamente, ou quando crias, ou quando constróis tua casa, ou quando dás à luz os teus filhos ou quando olhas para as estrelas à noite”(1991, p.201).*



Em resumo, tentaremos integrar os resultados analisados com o objetivo de ressaltar os aspectos mais representativos que caracterizam a amostra em estudo.

De modo geral, as respostas dadas pelos professores evidenciam um modo de funcionamento que se encontra baseado na concepção dicotômica mente e corpo. A priorização da mente é destacada por possibilitar a entrada em um mundo que compreende a reflexão, o raciocínio e a aprendizagem, cujo produto gerado é sentido como algo muito gratificante. Tanto a mente é valorizada que a cabeça é uma das áreas corporais mais citadas, dentre aquelas que são apreciadas e trazem satisfação.

Por sua vez, o corpo tende a ocupar um lugar secundário e a cumprir um papel de coadjuvante na vida diária. O distanciamento em relação ao corpo fica evidente à medida que os professores demonstram dificuldades em senti-lo e, quando isto ocorre, as sensações são parciais porque encontram-se baseadas nas autopercepções de dores. Há indicações de que a vivência somática acontece de maneira fragmentada, sugerindo o empobrecimento e a redução das percepções o que dificulta, em muito, o processo de identificação corporal e, em decorrência, a conscientização corporal.

Este modo de reação do professor tende a afastá-lo da possibilidade de estabelecer uma conexão somática, principalmente quando encontra-se imerso em um trabalho intelectual. Esta situação pode ser demonstrada à medida que ele consegue ter consciência das alterações de seu estado emocional mas, ao mesmo tempo, não consegue perceber que os sentimentos se alojam em seu corpo que, por sua vez, passa a expressar uma linguagem de dor.

Observa-se que as dores sentidas indicam comprometimentos em várias partes do corpo, cuja frequência maior refere-se as contraturas musculares e alterações posturais, evidenciando o lado somático da repressão das emoções. Neste caso, o segmento torácico é o mais representativo por comportar dores nas costas, incluso a coluna, e nos ombros. Este segmento recebe uma carga maior de



tensões, provavelmente, para conter determinados tipos de sentimentos face as exigências, as responsabilidades e as pressões sentidas que advém de situações pessoais, profissionais e sociais.

Paralelamente, os professores também manifestam reações neurovegetativas tanto no dia a dia, bem como na produção de trabalhos intelectuais, indicando um movimento de contração do organismo. As reações mais freqüentes apresentam pontos coincidentes com alguns sintomas do segmento torácico, como a angústia, a tensão e as dores musculares.

Ao mesmo tempo, o segmento ocular concentra maior número de problemas, já que os olhos aparecem como o órgão mais afetado por comportar distúrbios visuais.

Retomando a dificuldade de conscientização corporal, constata-se que a tendência do professor é a de perceber o seu corpo como um objeto externo o que o leva, em função do tamanho e do aspecto, a apontar algumas áreas que são apreciadas e, outras, rejeitadas. Parece que estas escolhas se baseiam em identificações que partem de modelos ou imagens oferecidos pelo próprio ambiente, à medida que a mídia impõe formas corporais que passam a ser assimiladas como adequadas ou inadequadas e, portanto, desejadas ou não.

Esta postura também colabora para que a relação do professor com a atividade física seja configurada por dois tipos de investimentos corporais que, mais uma vez, explicitam a cisão. Nesse sentido, o corpo ativo busca esta prática para melhorar a produção mental e a forma física, e, o corpo sedentário, que não consegue investir nesta atividade, pois o próprio corpo é percebido como algo distante e que não demanda, pelo menos no momento, maiores interesses.

Quanto ao encontro com a Universidade, verifica-se que o professor se organiza somaticamente para 'corpar' as relações com a mesma. Esta organização diferencia-se mediante situações que realizam e/ou que frustram a ação. Assim, a relação com a pesquisa e a docência propicia um movimento de expansão e prazer, cujas respostas somáticas são indicativas de um corpo realizado. A



relação estabelecida com outros setores da instituição propicia um movimento de contração e desprazer, desencadeando respostas somáticas indicativas de um corpo frustrado.

No encontro com o outro o professor salienta a importância do olhar e reconhece que ele sempre transmite a emoção. Em situações que envolvem a comunicação a tendência maior é a de buscar o controle no sentido de, inicialmente, avaliar a emoção e a reação do outro. Além disso, uma parcela dos professores consegue expressar as suas emoções e, outra, apresenta dificuldade nesse sentido.

No que se refere as relações interpessoais, observa-se que o professor possui amigos e se preocupa em manter o vínculo de amizade. A vida social é buscada, sendo que o tipo de divertimento mais freqüentemente procurado envolve atividades sem interação, seguidas das com interação.

Por último, o professor demonstra a necessidade de se integrar com a natureza pelo fato da mesma ser sentida como algo fundamental para o restabelecimento de suas forças e por proporcionar mais equilíbrio e harmonia.



IV - CONCLUSÕES

Após a apresentação e discussão dos resultados, podemos estabelecer algumas conclusões em função dos objetivos propostos neste estudo.

Quanto ao primeiro objetivo, constata-se que o professor universitário ao desenvolver trabalhos intelectuais estabelece uma relação cindida com o seu próprio corpo, porque há o predomínio e a valorização da mente em detrimento do corpo.

No segundo objetivo, verifica-se que quando o corpo do professor é submetido à imobilidade, à indiferença ou a 'esquecimentos', ou seja, quando sob a influência do mental, a sua reação é a de corporificar a dor.

Estes dois modos de reação encontram-se vinculados e retratam o uso que o docente faz de seu corpo diante de trabalhos intelectuais. Isto significa que, nesta relação, o corpo não é sentido, pois a percepção corporal só se torna consciente por intermédio da somatização. Ao mesmo tempo, o professor apresenta consciência da mudança de seus estados emocionais, mas não consegue perceber que o corpo responde muscularmente a estes sentimentos, evidenciando a dificuldade de conscientização do estado somático-emocional.

Estas conclusões nos direcionam a estabelecer que a compreensão da unidade psique e soma faz parte de um pensamento holístico muito recente e, portanto, a visão dualista posta pelo professor, nos leva a ressaltar que este conceito reflete um pensamento mais conservador, centrado na eterna divisão mente/corpo, corpo/emoção. Pelo fato da educação acadêmica ter sido marcada profundamente por esta concepção, visto que suas preocupações educativas, tradicionalmente, sempre estiveram voltadas para a mente torna-se mais fácil compreender que, dentro deste sistema, os professores não poderiam responder

ou abordar os seus corpos de outra maneira. Na realidade, a falta de educação corporal implica na dificuldade em desenvolver consciência corporal para poder pensar o corpo de forma diferente, ou seja, ter a noção de que a vida emocional é vivida dentro do corpo.

Ao mesmo tempo, as respostas dadas pelos professores evidenciam corpos que se expressam por meio de uma linguagem anatômica e emocional que indica a presença de bloqueios energéticos, estases e tensões, configurados pelos padrões automáticos de comportamento. As respostas demonstram a maneira como os professores lidam com as intensidades das pressões internas e externas, sentidas em suas vidas, tendo como resultado sinais de um estilo de vida. Os estilos ou modos de vida significam investimentos em corpos, formas de organização somática que compõem com estilo afetivo, com estilo emocional, com estilo de produção, com relações econômicas, com pertinências e com inserções. Tudo isso são corpos, tudo isso são histórias corporais. São histórias de corpos vivendo situações no mundo que foram sendo moldados por uma história emocional, por uma história social e afetiva, por um imaginário, por expectativas e por um futuro.



V - CONSIDERAÇÕES FINAIS

As respostas fornecidas pelos professores universitários possibilitaram a leitura de suas dificuldades, nos permitindo afirmar que a análise e as conclusões são restritas à amostra investigada, não sendo possível estabelecer maiores generalizações.

O agrupamento dos sujeitos por curso foi mantido com o objetivo de se conseguir estabelecer parâmetros de comparação entre os resultados, ou seja, se haveria entre os três grupos alguma diferença relevante de resultados quanto a alguns aspectos estudados. Como não foi constatado nada neste sentido, considerou-se desnecessária a aplicação de outras técnicas estatísticas para verificar, por exemplo, hipóteses de diferenças significativas inter-grupos.

Algumas considerações também devem ser feitas sobre o instrumento de coleta de dados, pois o nosso propósito de colher o maior número de informações possíveis, contribuiu para que o questionário se tornasse extenso. Dessa forma, pode-se supor que a recusa em respondê-lo por mais da metade dos professores, pode ser devido ao grande número de itens e ao tempo que teriam que dispor para isso. Outra hipótese é que as perguntas, por exigirem atenção sobre a auto-observação, podem ter desencadeado a resistência, a negação e a persecutoriedade, pois há tantos malefícios e benefícios condensados nesta vida que as pessoas, muitas vezes, não querem tocar em alguns pontos mais sensíveis, resolvidos ou conflitivos de seu mundo interno.

Outro registro a ser feito quanto ao questionário é que ele, por conter perguntas abertas, permitiu ao professor responder de forma ampla e extensa. No entanto, talvez por isto, é que as colocações de muitos sujeitos foram formais, fazendo supor que procuraram, nas respostas, corresponder a expectativa do que seria mais aceito ou correto das perspectivas social, profissional e/ou política,

principalmente quando alguns saem em defesa própria, tentando mostrar que o desenvolvimento de seu trabalho é sério e responsável. Neste sentido, as respostas relativas à questão da opção pela carreira universitária, suscitou-nos dúvidas. Será que a opção declarada de cada professor está mesmo baseada, exclusivamente, no interesse pela pesquisa e pela docência ou será que os sujeitos, pressionados por situações externas, não acabaram enveredando por esse caminho? Ou o fator segurança foi que levou-os a optar por essa carreira? A vida universitária é uma ilha de felicidade e bem estar ou uma ilha à parte, da loucura do mercado de trabalho?

Outro fator importante a ser registrado é que a análise quantitativa possibilitou e garantiu a organização dos dados coletados, nos dando maior respaldo, segurança e confiabilidade quanto a representatividade das respostas e subsequente interpretação. Entretanto, ao transformar em números as respostas dos sujeitos, houve uma perda qualitativa pelo fato de que alguns conteúdos tiveram que ser desprezados na categorização, porque só teriam significado se analisados individualmente. Assim, houve sujeitos que fizeram perguntas ou teceram alguns comentários que antecederam a resposta propriamente dita, com conteúdos irônicos, agressivos, questionadores e resistentes. Colocações deste tipo acabaram espelhando diversas reações emocionais individuais como raiva, dúvida, vaidade, confusão, poder e onipotência. Parece que estes sentimentos foram desencadeados por determinadas perguntas por tocarem, de forma mais profunda, alguns sujeitos e não outros, provavelmente, indo ao encontro de suas dificuldades e problemáticas particulares.

Uma outra particularidade é que o enunciado de várias respostas deixaram transparecer outro tipo de conteúdo ligado ao enfrentamento de situações no trabalho. Ou seja, são respostas indicativas de que alguns professores demonstram pouca agressividade para fazer valer as suas opiniões, tendem a estar mais voltados para si e para os seus trabalhos, a sofrer mais calado por causa das pressões acadêmicas e por não conseguir sustentar uma luta de



poder dentro da Universidade. Contrariamente, outros apresentam mais agressividade para fazer valer as suas opiniões, tendem a ser mais políticos e mais compulsivos seja no trabalho, na briga ou na luta pelo poder. Na realidade são variações que refletem o caráter singular de cada indivíduo e, nesse sentido, não foram aprofundados pela dificuldade em categorizá-las.

Por fim, o desenvolvimento deste estudo suscitou reflexões, levando-nos a estabelecer algumas considerações :

- Em razão da escassez de estudos sobre o fenômeno em questão, necessidade de desenvolver mais pesquisas desta natureza para promover o aprofundamento e o enriquecimento da compreensão do universo humano, enquanto um processo unitário.
- Os resultados encontrados neste trabalho, devido à metodologia (descritivo-exploratória) e características da amostra estudada, permitem generalizações limitada à mesma. Porém, estes resultados apontam para hipóteses que poderão ser testadas em outros estudos com uma amostra representativa da população de professores universitários e com metodologia experimental.
- Utilização de questionário como instrumento de coleta de dados requer uma limitação no número de itens, sem que se percam dados importantes, os quais devem ser testados mais amplamente.
- Emprego de entrevista juntamente com o questionário, objetivando diversificação e aprofundamento no processo de coleta de dados.
- Aprofundamento da análise dos conteúdos pessoais, levando-se em conta a história corporal individual.
- Levantamento de dados por meio de observação que possibilitem análise de alguns aspectos do contexto de trabalho do professor, tais como, entre outros, exigências do meio acadêmico, atitudes corporativistas e características das relações interpessoais.



Tendo como base a investigação sobre a relação mente e corpo do professor universitário, esperamos ter contribuído para uma melhor compreensão de que o comportamento tem uma natureza somática-emocional e que podemos estabelecer conexão entre músculos, emoções, pensamentos e palavras. A percepção das conexões possibilita a abertura para um contato mais profundo com o mundo interno, ativa o processo de transformação, permitindo que o indivíduo incorpore o seu próprio corpo e se integre com o outro e a natureza.

Portanto, pensamos que este enfoque possa colaborar para ativar a consciência e o sentir do professor, levando-o a reexperimentar as suas sensações e a reaprender a linguagem somática-emocional. Aprofundar a investigação de si mesmo é possibilitar maior compreensão sobre as respostas de doenças e de conflitos, e, principalmente, descobrir que o corpo que o acompanha quando produz intelectualmente não pode mais estar anestesiado e esquecido, mas sim, vivo e pulsante, fluindo na mesma intensidade e com a mesma sabedoria que a mente, pois ambos configuram a unidade e a essência da energia biológica.

“O prazer e a alegria da vida são inconcebíveis sem luta, sem experiências dolorosas e desagradáveis auto-avaliações. A saúde psíquica se caracteriza não pela teoria do Nirvana dos iogues e budistas, nem pelo hedonismo dos epicuristas ou pela renúncia do monasticismo; caracteriza-se pela alternância entre a luta desagradável e a felicidade, entre o erro e a verdade, entre a derivação e a volta ao rumo, entre o ódio racional e o amor racional; em suma, pelo fato de se estar plenamente vivo em todas as situações da vida”

(Reich)



BIBLIOGRAFIA

ALBERTINI, P. *Reich: história das idéias e formulações para a educação*. São Paulo: Ágora, 1994.

_____. *Uma Contribuição para o Conhecimento do Pensamento de Reich : desenvolvimento histórico e formulações para a educação*. São Paulo, 1992. Tese (Doutorado) - Instituto de Psicologia, Universidade de São Paulo.

_____. Publicações na Área do Pensamento Reichiano. *Revista Reichiana* (São Paulo), n.4, p.64-93, 1995.

BAKER, E.F. *O labirinto humano*. Trad. M. S. M. Netto. São Paulo: Summus, 1980.

BELLINI, L.M. *Afetividade e Cognição: o conceito de auto-regulação como mediador da atividade humana em Wilhelm Reich e Jean Piaget*. São Paulo, 1993. Tese (Doutorado) - Instituto de Psicologia, Universidade de São Paulo.

BERGE, Y. *Viver o seu corpo - para uma pedagogia do movimento*. Trad. R. Alecrim. Lisboa: Socicultur, 1976.

BERTHERAT, T.e BERNSTEIN C. (Colab.). *O Corpo tem suas Razões : antiginástica e consciência de si*. Trad. E. dos S. Abreu. São Paulo : Martins Fontes, 1997.

BOADELLA, D.. *Nos caminhos de Reich*. Trad. E. R. B. Rebelo et alli. São Paulo: Summus, 1985.

BOYESEN, G. *Entre Psique e Soma: introdução à Psicologia Biodinâmica*. Trad. B. Sidou. São Paulo: Summus, 1986.



CRESPO, L. *A História do Corpo*. Lisboa: Difel, 1990.

DADOUN, R. A partir de Reich. In: NAVARRO, F. *Terapia Reichiana: fundamentos médicos somatopsicodinâmica*. Trad. A. Bedane et alli. São Paulo: Summus, 1987. v.I.

_____. *Cem Flores para Wilhelm Reich*. Trad. R. E. F. Frias. São Paulo: Ed. Moraes, 1991.

DAOLIO, J. *Representação do Trabalho do Professor de Educação Física na Escola: do corpo matéria-prima ao corpo cidadão*. São Paulo, 1992. Dissertação (Mestrado) - Escola de Educação Física, Universidade de São Paulo.

DEJOURS, C. Uma Nova Visão do Sofrimento Humano nas Organizações. In: CHANLAT, Jean-François (Coord.). *O Indivíduo na Organização: dimensões esquecidas*. 2.ed. Trad. e adap. A. M. Rodrigues et alli. São Paulo: Atlas, 1993.

DYCHTWALD, K. *Corpomente*. Trad. M. S. Mourão Netto. São Paulo: Summus, 1984.

FARAH, R. M. *Integração Psicofísica : o trabalho corporal e a Psicologia de C. Jung*. São Paulo: Robe, 1995.

FERNÁNDEZ, A. *A inteligência aprisionada*. Trad. I. Rodrigues. Porto Alegre: Artes Médicas, 1990.

FIGUR, L. Z. *O Professor Universitário de um Novo Tempo: valores e expectativas*. Porto Alegre, 1989. Dissertação (Mestrado) - Educação, Pontifícia Universidade Católica do Rio Grande do Sul.

GAIARSA, J.A. *Respiração e Angústia*. São Paulo: Ed. Informática, 1971.

_____. *Couraça Muscular do Caráter - Wilhelm Reich*. São Paulo: Ágora, 1984.



_____. *A Engrenagem e a Flor*. 3.ed. São Paulo: Icone, 1986.

GRÜNSPUN, H. *Distúrbios Neuróticos da Criança*. 2.ed. Rio de Janeiro: Atheneu, 1966.

GUYTON, A.C. *Tratado de Fisiologia Médica*. 4.ed. Trad. A. Kraemer. Rio de Janeiro: Koogan, 1973.

HASSE, R. de C. C. *A Importância da Coluna Vertebral como Instrumento de Individuação na Psicoterapia*. São Paulo, 1990. Dissertação (Mestrado) - Psicologia Clínica, Pontifícia Universidade Católica de São Paulo.

JAHARA-PRADIPTO, M. *Zen Shiatsu: equilíbrio energético e consciência do corpo*. São Paulo: Summus, 1986.

KELEMAN, S. *Anatomia Emocional : a estrutura da experiência*. 2.ed. Trad. M. S. Vieira. São Paulo: Summus, 1992a.

_____. *Padrões de Distresse : agressões emocionais e forma humana*. Trad. M. S. Vieira. São Paulo: Summus, 1992b.

_____. *Realidade Somática: experiência corporal e verdade emocional*. Trad. M. S. Vieira et alli. São Paulo: Summus, 1994.

_____. *Corporificando a Experiência: construindo uma vida pessoal*. Trad. R. Favre e R. Sawaya. São Paulo: Summus, 1995.

KUSNETZOFF, J. C. Falando do corpo e sobre o corpo. *Revista do corpo e da linguagem*. Rio de Janeiro: Icobé. v. IV, n.10, p.49-51, jul. 1985.

LAPLANCHE e PONTALIS. *Vocabulário da Psicanálise*. Trad. P. Tamen. São Paulo: Martins Fontes, 1992.

LE BOULCH, J. *Rumo a uma Ciência do Movimento Humano*. Trad. J. Wolff. Porto Alegre: Artes Médicas, 1987.



LOWEN, Alexander. *Amor e orgasmo*. Trad. Maria S.M. Netto. São Paulo: Summus, 1988.

_____. *Bioenergética*. Trad. Maria S. M. Netto. São Paulo: Summus, 1982.

_____. *O Corpo em Depressão: as bases biológicas da fé e da realidade*. Trad. I. de Carvalho Filho. São Paulo: Summus, 1983.

_____. *Prazer: uma abordagem criativa da vida*. Trad. I. de Carvalho Filho. São Paulo: Círculo do Livro, s.d.

_____. *O Corpo Traído*. Trad. G. Schlesinger. São Paulo: Summus, 1979.

_____. *O Corpo em Terapia: a abordagem bioenergética*. 4.ed. Trad. M. S. Mourão Netto. São Paulo: Summus, 1977.

MAFFEI, E. F. *Ansiedade de Professores Universitários: um estudo exploratório*. São Paulo, 1992. Dissertação (Mestrado) - Instituto de Psicologia, Universidade de São Paulo.

MAGNANI, I. *O Trabalho do Professor no Ensino Superior Particular: limites e possibilidades*. São Paulo, 1987. Dissertação (Mestrado) - Instituto de Psicologia, Universidade de São Paulo.

MARINO JÚNIOR, R. *Fisiologia das Emoções: introdução a neurologia do comportamento, anatomia e funções do sistema límbico*. São Paulo: Sarvier, 1975.

MATTOS, M. G. de. *Vida no Trabalho e Sofrimento Mental do Professor de Educação Física da Escola Municipal: implicações em seu desempenho e na sua vida pessoal*. São Paulo, 1994. Tese (Doutorado) - Faculdade de Educação, Universidade de São Paulo.

MEDEIROS, M. F. de. *Conformismo e Socialização do Professor Universitário: um estudo do compromisso social da universidade brasileira*. Porto Alegre,



1984. Tese (Doutorado) - Faculdade de Educação, Universidade Federal do Rio Grande do Sul.

NAVARRO, F. *Terapia Reichiana I: fundamentos médicos somatopsicodinâmica*. Trad. A. Bedani e B. Sidou. São Paulo: Summus, 1987a.

_____. *Terapia Reichiana II: fundamentos médicos somatopsicodinâmica*. Trad. M. H. N. Liberalli. São Paulo: Summus, 1987b.

_____. *Somatopsicodinâmica das Biopatias: interpretação reichiana das doenças com etiologia 'desconhecida'*. Trad. M. E. Araújo. Rio de Janeiro: Relume-Dumará, 1991.

NICACIO, M. C. *A Saúde Dimensionada por uma Concepção de Mundo: um estudo das representações do professor*. São Carlos, 1983. Dissertação (Mestrado) - Faculdade de Educação, Universidade Federal de São Carlos.

NOVO, H. A. *O Professor Universitário e a sua Representação da Universidade em Crise - o caso da UFES: questões para o estudo da identidade do professor*. São Paulo, 1989. Dissertação (Mestrado) - Psicologia, Pontifícia Universidade Católica de São Paulo.

PENNA, Lucy. *Corpo sofrido e mal-amado*. São Paulo: Summus, 1989.

_____. *O corpo na individuação feminina*. São Paulo, 1986. Tese (Doutorado) - Instituto de Psicologia, Universidade de São Paulo.

PIERRAKOS, J. Dor: a dor que criamos nos outros e a dor que criamos para nós mesmos. In: BOYESEN, G. e col. *Cadernos de Psicologia Biodinâmica*. Trad. G. Schlesinger et alli. São Paulo: Summus, 1983. v.3. p. 15-45.

PORTER, R. História do corpo. In: BURKE, P. (org.). *A escrita da história - novas perspectivas*. Trad. M. Lopes. São Paulo: UNESP, 1992.



RAKNES, O. *Wilhelm Reich e a Orgonomia*. Trad. A. Negrini. São Paulo: Summus, 1988.

REICH, W. *A função do orgasmo*. 19.ed. Trad. M. da G. Novak. São Paulo: Brasiliense, 1995a.

_____. *Análise do caráter*. Trad. M. L. Branco e M. M. Pecegueiro. 2.ed. São Paulo: Martins Fontes, 1995b.

_____. *O assassinato de Cristo*. Trad. C. R. L. Viana. São Paulo: Martins Fontes, 1991.

_____. *A Revolução Sexual*. Trad. A. Blaustein. Lisboa: Centro do Livro Brasileiro, 1975.

_____. *Psicopatologia e Sociologia da Vida Sexual*. Trad. M. S. P. São Paulo: Global, s.d. (Coleção Bases, n.8).

_____. *Irrupção da Moral Sexual Repressiva*. Trad. S. Montarroyos e J. S. Dias. São Paulo: Martins Fontes, s.d.

_____. *O Combate Sexual da Juventude*. Trad. de J. Silvano. Porto : Dinalivro, 1975.

_____. *Escuta, Zé Ninguém!* 3.ed. Trad. M. de F. Bivar. São Paulo: Martins Fontes, 1974.

REICH, E. Prevenção da Neurose: auto-regulação, a partir do nascimento. In: BOYESEN, G. e col. *Cadernos de Psicologia Biodinâmica*. Trad. G. Schlesinger et alli. São Paulo: Summus, 1983. v.1. p.26-65.

SANTOS, M. T. C. dos. *Atitude Face a Profissão de Professor: um estudo sobre a satisfação no trabalho*. Rio de Janeiro, 1978. Dissertação (Mestrado) - Psicologia, Rio de Janeiro.



SCHMIDT, I. T. *Stress Ocupacional no Ambiente Acadêmico Universitário*. São Paulo, 1990. Tese (Doutorado) - Instituto de Psicologia, Universidade de São Paulo.

SOUZA, A. N. de. *Sou Professor, Sim Senhor!:* representações sobre o trabalho docente, tecidas na politização do espaço escolar. Campinas, 1993. Dissertação (Mestrado) - Faculdade de Educação, Universidade Estadual de Campinas.

TULKU, T. *Gestos de Equilíbrio*. Trad. O. M. Cajado. São Paulo: Ed. Pensamento, 1977.

WAGNER, C. M. *A Psicanálise de Sigmund Freud e a Vegetoterapia Caráter-Analítica de Wilhelm Reich: continuidade ou ruptura?* São Paulo, 1994. Dissertação (Mestrado) - Pontifícia Universidade Católica de São Paulo.

WENZEL, R. L. *O Professor e o Trabalho Abstrato: uma análise da (des)qualificação do professor*. Florianópolis, 1991. Dissertação (Mestrado) - Educação, Universidade Federal de Santa Catarina.



ANEXO 1

Caro(a) Colega,

Estou lhe encaminhando o questionário em anexo e solicito a sua colaboração em respondê-lo.

Este questionário faz parte de uma pesquisa que tem como objetivo analisar a relação que o professor universitário estabelece com o seu corpo, nos períodos em que ele está em plena produção de trabalhos acadêmicos (dissertação, teses, ensaio, artigo, etc...). Por isso, é de extrema importância que você expresse suas idéias, pensamentos ou sentimentos conforme ocorrerem no momento da resposta. É essencial que você seja sincero e espontâneo. Não há respostas certas ou erradas. Elas variam de acordo com a maneira de pensar e sentir de cada um.

Ressalte-se que, além do questionário não conter identificação do respondente, a pesquisadora será a única a ter acesso às colocações nele contidas, estando garantido, portanto, sigilo absoluto sobre o conteúdo do mesmo.

Caso o espaço reservado para as explicitações não seja suficiente por favor complete-as no verso da página onde a questão está colocada, especificando o seu número.

Contando com a sua contribuição agradecemos antecipadamente.

MARCIA ELIZABETH TORRESI
Profª do Depto. de Psicologia Clínica



1 - Idade :

2 - Sexo :

3 - Curso :

4 - Titulação :

5 - Tempo de serviço na Universidade:

6 - Por que a opção pela carreira universitária ?

7 - Que tipo de realização você buscava ?

8 - Esta realização teve êxito ? Sim () Não ()

Explique.

9 - a) Houve algum tipo de frustração no caminho percorrido para a realização profissional ? Sim () Não ()

Explique :

b) Como você conseguiu resolver a situação ?

10 - A atividade profissional lhe proporciona prazer ? Explique.

11 - a) O que você pensa acerca da relação mente e corpo durante a execução de um trabalho acadêmico ? Justifique.

b) Nos períodos em que você está totalmente envolvido(a) na execução de um trabalho mental, como você sente o seu corpo?

c) Nesses momentos você consegue propiciar condições adequadas ao seu corpo para que o trabalho desenvolva-se com mais tranquilidade ? Sim () Não ()

Quais:



d) Existem momentos, no trabalho, em que, sem perceber, você propicia ao seu corpo condições inadequadas. Explique.

12 - a) Como está a sua saúde atualmente ?

Boa () Razoável () Ruim ()

b) Faz algum tratamento médico atualmente ? Sim () Não ()

Caso positivo, qual o tratamento ?

c) Toma alguma medicação sob receita atualmente ? Sim () Não ()

Qual ?

d) Quanto à Psicoterapia, você (assinale apenas uma alternativa) :

() Nunca fez () Já fez () Está fazendo () Gostaria de fazer

e) O que o(a) impede de fazer uma Psicoterapia ?

f) Você apresenta atualmente algum problema de saúde em uma dessas áreas ?

	<u>Não</u>	<u>Sim</u>	<u>Qual</u>
-boca	()	()	
-dentes	()	()	
-olhos	()	()	
-nariz	()	()	
-ouvidos	()	()	
-cabelos	()	()	
-pele do rosto	()	()	
-pele do corpo	()	()	
-garganta	()	()	
-braços	()	()	
-mãos	()	()	

	<u>Não</u>	<u>Sim</u>	<u>Qual</u>
-tórax	()	()	
-costas	()	()	
-coração	()	()	
-pulmões	()	()	
-estômago	()	()	
-fígado	()	()	
-visícula biliar	()	()	
-intestinos	()	()	
-rins	()	()	
-ovários	()	()	
-órgãos genitais	()	()	
-pernas	()	()	
-joelhos	()	()	
-tornozelos	()	()	
-outra_área	()	()	

13 - Com relação ao seu ritmo de sono:

a) levanta-se frequentemente

() maldisposto (a) () bem-disposto (a)

b) você apresenta (pode assinalar mais de uma alternativa):

	<u>Às vezes</u>	<u>Sempre</u>	<u>Nunca</u>
sono agitado	()	()	()
pesadelos	()	()	()
sonambulismo	()	()	()
ranger de dentes	()	()	()
insônia no meio da noite	()	()	()
dificuldades para adormecer	()	()	()

c) estes sintomas tornam-se mais acentuados nos períodos em que são desenvolvidos os trabalhos acadêmicos ? Sim () Não () Explique.

14 - a) Com relação à alimentação você (pode assinalar mais de uma alternativa):

- () come exageradamente nas refeições
- () come muito pouco nas refeições
- () seleciona certos tipos de alimentos
- () tem perda periódica de apetite
- () tem enjôo provocado por alimentos
- () tem vômito provocado por alimentos

b) Mediante um trabalho acadêmico estes sintomas intensificam-se ?

Sim () Não () Explique.

15 - a) Você faz uso de bebidas alcoólicas ? Sim () Não ()

De que tipo ?

Frequência :

b) Você fuma ? Sim () Não () Quanto ?

O local de trabalho estimula o consumo de cigarros ? Sim () Não ()

Caso positivo, explique o porque.

c) Está usando atualmente algum destes produtos:

	Às vezes	Sempre	Nunca
anticoncepcionais	()	()	()
estimulantes	()	()	()
barbitúricos *	()	()	()
tranquilizantes **	()	()	()
maconha	()	()	()
cocaína	()	()	()
heroína	()	()	()
morfina	()	()	()

Alguns nomes comerciais estes produtos

* = Luminal, Gardenal, Nembutal, Fenobarbital, Noctal, Ruipnol, Dormonid.

** = Valium, Diazepan, Milton, Lexotan, Olcadil, Calmociteno.



	Às vezes	Sempre	Nunca
crack	()	()	()
L S D	()	()	()
remédios para emagrecer	()	()	()

d) O uso destes produtos ajuda ou alivia você em que ?

e) Mediante um trabalho acadêmico o uso destes produtos torna-se mais frequente?

Sim () Não () Quais ? Por que ?

16 - a) Apresentamos a seguir algumas reações que são frequentemente encontradas entre as pessoas. Responda, na 1ª coluna, aquilo que costuma acontecer com você. Responda, na 2ª coluna, aquilo que costuma acontecer quando você está produzindo um trabalho acadêmico (pode assinalar mais de uma alternativa):

1ª 2ª

- () () tem dores de cabeça frequentemente
- () () sente dormência nos pés e/ou mãos
- () () cora com facilidade
- () () tem ataques de riso ou choro sem motivo aparente
- () () sente muitas vezes dores musculares
- () () tem reações alérgicas a picadas de insetos
- () () tem rinite alérgica ou espirra muito
- () () fica resfriado (a) com frequência
- () () as mãos e/ou pés estão habitualmente úmidos
- () () as mãos e/ou pés estão habitualmente frios
- () () transpira muito sem ter realizado esforço físico
- () () tem enxaqueca
- () () sente náusea ou enjôo de vez em quando
- () () habitualmente tem azia no estômago
- () () costuma comer mais quando fica nervoso(a)
- () () apresenta necessidade de arrotar diariamente
- () () fica habitualmente com prisão de ventre
- () () tem diarreia com facilidade
- () () seu coração dispara sem motivo, batendo irregularmente
- () () costuma ver manchas pretas ao levantar rapidamente



- () () fica facilmente com tonturas
- () () sente falta de ar quando está nervoso(a)
- () () tem às vezes a impressão de que há uma bola na garganta
- () () sente um aperto sufocando o peito
- () () tem tremedeira quando está nervoso(a)
- () () suas mãos costumam tremer levemente
- () () sente-se de vez em quando angustiado
- () () nota que está habitualmente tenso (a)
- () () rói as unhas
- () () gagueja quando está nervoso(a)
- () () tem alguma área de insensibilidade na pele

17 - a) Atualmente está praticando esportes, faz ginástica ou outra forma de exercício corporal? Sim () Não () Qual ? Justifique.

b) Você pratica (ou já praticou recentemente):

- () fotografia
- () desenho ou pintura
- () escultura ou cerâmica
- () teatro ou cinema
- () dança
- () música
- () trabalhos manuais
- () culinária
- () outros Quais:

c) Qual a importância que tem para você a(s) atividade(s) mencionada(s) na questão anterior?

18 - Durante os períodos de produção de trabalhos acadêmicos, você percebe que ocorre com frequência :

a) alteração em sua atividade sexual ? Sim () Não ()

De que tipo ?

b) alteração no ciclo menstrual ? Sim () Não ()



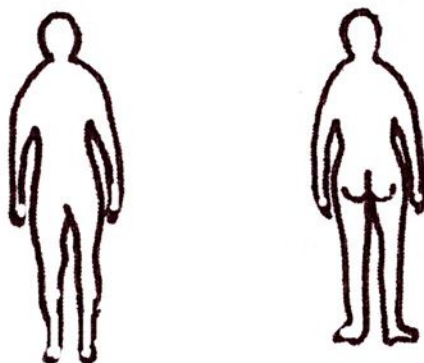
c) mudança de comportamento ? Sim () Não () Exemplifique:

d) aparecimento de tiques e/ou manipulações? Sim () Não () Quais?

e) outros problemas ?

19 - a) Desenhe as suas QUEIXAS :

- Frequentemente, as pessoas se queixam de dores que reaparecem nas mesmas regiões. Mostre, nas figuras adiante, onde você costuma ter dores ou outros sintomas desagradáveis, caso os tenha, sombreando a área correspondente do desenho abaixo:



- Nas linhas seguintes, dê o nome das áreas sombreadas e escreva o que você costuma sentir em cada uma delas.

Nesta parte (ou órgão)

Costuma sentir

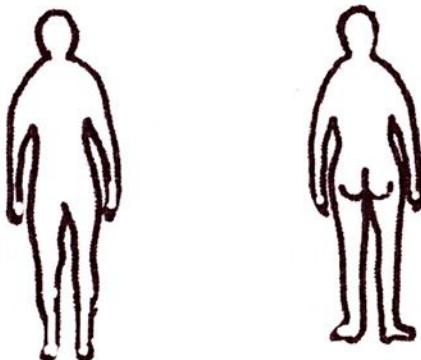
1 - _____	1 - _____
2 - _____	2 - _____
3 - _____	3 - _____
4 - _____	4 - _____
5 - _____	5 - _____

b) Essas dores costumam aparecer quando você está produzindo um trabalho acadêmico?

() sempre () às vezes () nunca - Explique

20 - Desenhe as suas INSATISFAÇÕES:

- Avalie as áreas do seu corpo das quais você não gosta ou gosta menos do que as outras, fazendo um sombreado nas áreas dos desenhos abaixo que correspondem às partes que você menos aprecia.

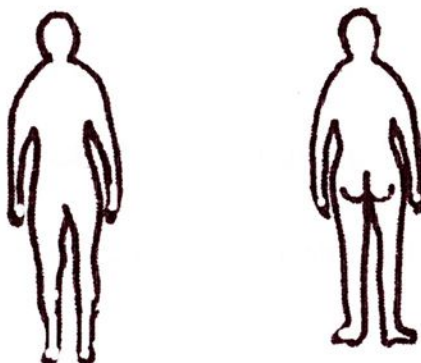


- Nas linhas seguintes, escreva qual o motivo pelo qual você gosta menos ou não gosta de tais partes.

<u>Desta parte do corpo (cite)</u>	<u>Não gosto porque</u>
1 - _____	1 - _____
2 - _____	2 - _____
3 - _____	3 - _____
4 - _____	4 - _____
5 - _____	5 - _____

21 - Desenhe as suas SATISFAÇÕES:

-Avalie as áreas do seu corpo das quais você mais gosta e/ou que sente como sendo as mais saudáveis e vitalizadas, fazendo um sombreado nas áreas das figuras abaixo que correspondem às partes que você mais aprecia.



- Nas linhas seguintes, escreva qual o motivo pelo qual você mais gosta de tais partes.

<u>Desta parte do corpo (cite)</u>	<u>Gosto porque</u>
1 _____	1 _____
2 _____	2 _____
3 _____	3 _____
4 _____	4 _____
5 _____	5 _____

22 - a) Você pensa que o olhar pode transmitir a emoção ?

- () algumas vezes, acho que sim () nunca notei isso
() quase sempre, sim () sempre, mesmo que as pessoas não o percebam

b) Geralmente você prefere evitar o olhar das pessoas com quem está conversando?

- () Sim () Não Porquê?

c) Complete as frases abaixo :

- sinto prazer em olhar para uma outra pessoa quando ela _____

- fico nervosa ou inquieta ao olhar para uma outra pessoa quando ela _____

23 - Como você reage quando está emocionado(a) ?

24 - a) Você tem amigos ? () Sim () Não

b) Você tem facilidade para fazer amigos? () Sim () Não Porquê?

c) Consegue manter esses contatos ? () Sim () Não Porquê?

25 - a) Você mantém uma vida social ? () Sim () Não

b) Que tipo de diversões você procura normalmente ?

c) Você tem contato com a natureza ? () Sim () Não De que tipo?

DATA ____/____/____.



ANEXO 2

Frequência das respostas dos sujeitos às questões referentes ao Tema 1

Respostas dos Sujeitos	QUESTÕES																	
	6			7			8			9a			9b			10		
	L	P	CB	L	P	CB	L	P	CB	L	P	CB	L	P	CB	L	P	CB
Pesquisa	17	17	05															
Docência	14	15	01															
Interesse	06																	
Condições		04																
Outras	11	04																
S/R*	01																	
Intelectual / Pessoal				22	23	04												
Profissional				17	09	04												
Outras				05	07													
S/R				01	01													
Sim							19	14	03									
Não							10	11	03									
S/R							01											
Sim										22	19	05						
Não										07	06	01						
S/R										01								
Solução Parcial													13	04	03			
Solução Total													02	05	01			
Sem Resolução													07	12	02			
S/R													08	04				
Sim																29	21	06
Não																01	04	

* S/R = Sem resposta



ANEXO 3

Frequência das respostas dos sujeitos às questões referentes ao Tema 2

Respostas dos Sujeitos	QUESTÕES											
	11a			11b			11c			11d		
	L	P	CB	L	P	CB	L	P	CB	L	P	CB
CM*: Unidade	12	06	03									
CM: Cindido	09	09	01									
C*: Somatizado	05	06	02									
Outras	01	02										
S/R*	03	02										
C: Não sentido				15	15	03						
C: Somatizado				12	06	02						
C: Sentido				02	02	01						
S/R				01	02							
Sim							18	13	04			
Não							11	11	02			
S/R							01	01				
C: Descuidado										22	19	04
C: Cuidado										02	02	
C: Indiscriminado										02		
Ambiente Físico										01		01
S/R										03	04	01

* CM = Corpomente / C = Corpo / S/R = Sem resposta

ANEXO 4

Frequência das respostas dos sujeitos às questões referentes ao Tema 3

Respostas dos Sujeitos	QUESTÕES																							
	12 a			12 b			12 c			12 d			12 e			12 f			13 a			13 b		
	L	P	CB	L	P	CB	L	P	CB	L	P	CB	L	P	CB	L	P	CB	L	P	CB	L	P	CB
Boa	20	18	06																					
Razoável	09	07																						
Ruim	01																							
Sim				10	08	01																		
Não				20	17	05																		
Sim							12	07																
Não							18	18	06															
Nunca fez										17	04	04												
Já fez										07	18	02												
Está fazendo										03	02													
Gostaria de fazer										03	01													
Resistência													12	04	04									
Sem necessidade													07	04	01									
Financeiro													05	10	01									
Confiança														02										
S/R*													03	06										
Com problemas																25	22	05						
Sem problemas																05	02	01						
S/R																	01							
Mal-disposto																			03	04				
Bem-disposto																			27	21	06			
Com sintoma																					28	21	06	
Sem sintoma																					02	04		
Sim																								
Não																								
S/R																								
Com sintoma																								
Sem sintoma																								
Sim																								
Não																								
S/R																								
Sempre																								
Às vezes																								
Nunca																								
Sim																								
Não																								
Faz uso																								
Não faz uso																								
S/R																								
DNV* - Frequente																								
DNV - Trabalho																								
DNV - ambos																								
Sem DNV																								

* S/R = Sem resposta / DNV = Distúrbio neurovegetativo



13 c			14 a			14 b			15 a			15 b			15 c			16		
L	P	CB	L	P	CB	L	P	CB	L	P	CB	L	P	CB	L	P	CB	L	P	CB

18 12 03
10 09 03
02 04

26 22 06
04 03

08 10 01
19 11 05
03 04

01 01
22 19 05
07 05 01

10 09 01
20 16 05

09 07 01
08 09 01
13 09 04

06 06 03
01
23 16 03
01 02

ANEXO 5

Frequência das respostas dos sujeitos à questão 13b: Sono

Respostas dos Sujeitos	ALTERNATIVAS					
	L		P		CB	
	sempre	às vezes	sempre	às vezes	sempre	às vezes
Sono agitado		17		11		04
Pesadelos	01	05		02		02
Sonambulismo		01				01
Ranger de dentes		05	01	03		02
Insônia no meio da noite	01	18		14		04
Dificuldades para adormecer		17	03	10	02	04

Frequência das respostas dos sujeitos à questão 14a: Alimentação

Respostas dos Sujeitos	L	P	CB
Come exageradamente	04	04	01
Come muito pouco	04	04	02
Seleciona alimentos	20	19	06
Perda periódica apetite	01	03	01
Enjôo por alimentos	03		
Vômito por alimentos	01		
Come normalmente	03	02	
Nenhuma alternativa	01	01	



ANEXO 6

Frequência das respostas dos sujeitos à questão 15c: Uso de Produtos

Respostas dos Sujeitos	L	P	CB
Anticoncepcionais	01	01	
Estimulantes		01	
Barbitúricos			
Tranquilizantes	06	06	
Maconha		01	
Cocaína			
Heroína			
Morfina			
Crack			
LSD			
Remédios p/ emagrecer	01		01

Frequência das respostas dos sujeitos à questão 15d

Respostas dos Sujeitos	L	P	CB
Estado emocional	05	04	
Induzir o sono	02	03	
Diminuir peso			01
S/R*	02		

*SR = Sem resposta

Frequência de respostas dos sujeitos à questão 15e

Respostas dos Sujeitos	L	P	CB
Sim	02	02	
Não	04	04	
Às vezes	01		01
S/R*	02	01	



ANEXO 7

Frequência das respostas dos sujeitos à questão 16

Respostas dos Sujeitos	L		P		CB	
	1ª Col.	2ª Col.	1ª Col.	2ª Col.	1ª Col.	2ª Col.
Dores de cabeça	05	06	05	01		01
Dormência pés/mãos	04	04	02	01	01	
Cora / facilidade	07	01			01	
Riso ou choro		02	01	01		
Dores musculares	11	14	09	13	04	04
Reação alérgica / picadas	07	01	01	01		
Rinite / espirra	08	01	03	04	01	
Resfriado frequente	02	01	03	01		
Mãos / pés úmidos	04	04	02	02		
Mãos / pés frios	05	01	04	01		
Transpiração	01	01	03			
Enxaqueca	03	01	03	02		
Náusea / enjôo	06	03	01	01		
Azia / estômago	03	05	04	03		
Comer / nervoso	05	07	05	03	02	01
Arrotar diariamente	04	03	04	02	01	
Prisão de ventre	07	03	04	03	02	
Diarréia	01		02	02		
Coração dispara	04	03	01	01		
Manchas pretas / levantar	04	02	03	01	02	
Tonturas	01	02	01	01		
Falta de ar	02	01	01			
Bola na garganta	01	01	01	01		
Aperto / peito	06	05	05	05	02	02
Tremedeira / nervoso	05	03	02	01	01	
Mãos / tremer	02	02	04	04	02	
Angustiado	14	17	13	13	04	04
Tenso	09	14	10	13	01	04
Rói as unhas	02	02	01	02	01	
Gagueja / nervoso	04	01	02			
Insensibilidade / pele	01		01			



ANEXO 8

Frequência das respostas dos sujeitos às questões referentes ao Tema 4

Respostas dos Sujeitos	QUESTÕES								
	17a			17b			17c		
	L	P	CB	L	P	CB	L	P	CB
Sim	15	11	04						
Não	15	14	02						
Sim				24	18	05			
Não					03				
S/R*				06	04	01			
Ativ. Relaxante							15	18	04
Prazer								07	01
Ativ. Criativa							03		01
Outras							06	02	

*SR = Sem resposta



ANEXO 9

Frequência das respostas justificadas (qual, sim, não) dos sujeitos à questão 17a

Respostas dos Sujeitos	QUAL			SIM			NÃO		
	L	P	CB	L	P	CB	L	P	CB
Prática ativa	12	11	03						
Prática passiva	03		01						
Sem justificativa				05	01				
CM*: equilíbrio				05	01	03			
Sem importância				02					
Relaxar				04	03				
Produção mental				05	06	03			
Forma física					03	03			
Aliviar tensão					02				
C*: desvalorizado							07	07	01
Sem justificativa							07	07	01
Prefere sexo							01		

*CM = Corpo-mente / C = Corpo



ANEXO 10

Frequência das respostas dos sujeitos à questão 17b: Hobby

Respostas dos Sujeitos	ALTERNATIVAS		
	L	P	CB
Fotografia	08	02	04
Desenho / Pintura	03	02	02
Escultura / Cerâmica	01		01
Teatro / Cinema	04		
Dança	01		01
Música	05	04	01
Trabalhos manuais	08	09	02
Culinária	10	06	03
Outras	09	05	01
Não pratica		03	
S/R	06	04	01

* S/R = Sem resposta



ANEXO 11

Frequência das respostas dos sujeitos às questões referentes ao Tema 5

Respostas dos Sujeitos	QUESTÕES														
	18a			18b*			18c			18d			18e		
	L	P	CB	L	P	CB	L	P	CB	L	P	CB	L	P	CB
Sim	14	08													
Não	14	16	05												
S/R**	02	01	01												
Sim				01	01										
Não				12	13	02									
S/R				03	01	01									
Sim							17	14	03						
Não							10	11	02						
S/R							03		01						
Sim										06	02				
Não										21	18	04			
S/R										03	05	02			
Sem Problemas													06	06	02
Desejo de Fuga													01		
AI/Alimentação														01	
S/R													23	18	04

* Na questão 18b, os homens foram excluídos, pois a pergunta é pertinente ao sexo feminino.

** S/R = Sem resposta



ANEXO 12

Frequência das respostas dos sujeitos às questões referentes ao Tema 6

Respostas dos Sujeitos	QUESTÕES											
	19a			19b			20			21		
	L	P	CB	L	P	CB	L	P	CB	L	P	CB
Com queixas	25	22	05									
Sem queixas	01											
S/R*	04	03	01									
Sempre				08	06	01						
Às vezes				15	13	04						
Nunca				03	03							
S/R				04	03	01						
Com insatisfação							17	18	04			
Sem insatisfação							03	01				
S/R							10	06	02			
Satisfação Geral										04	03	
Satisfação Parcial										19	17	05
D. Discriminar											02	
S/R										07	03	01

* S/R = Sem resposta



ANEXO 13

Frequência das respostas dos sujeitos às questões referentes ao Tema 7

Respostas dos Sujeitos	QUESTÕES														
	22a			22b			22c ¹			22c ²			23		
	L	P	CB	L	P	CB	L	P	CB	L	P	CB	L	P	CB
Algumas vezes, sim	05	01													
Nunca notei isso															
Quase sempre, sim	03	06	02												
Sempre, mesmo...	22	18	04												
Sim				03	02	01									
Não				27	22	05									
S/R*				01											
Abertura							19	13	02						
Emocional Positivo							14	13	04						
Moral Positivo							02	01							
Outras							02								
S/R								02							
Fechamento							13	13	01						
Emocional Negativo							05	11	03						
Moral Negativo							06	02	02						
Deficiência							03								
Outras							03								
S/R							03	03							
Expressa Emoção										15	13	03			
Contém Emoção										05	04	03			
D. Descrever										07	06				
Expressa inadequação										01	01				
S/R										02	01				

* S/R = Sem resposta



ANEXO 14

Frequência das respostas dos sujeitos às questões referentes ao Tema 8

Respostas dos Sujeitos	QUESTÕES																	
	24a			24b			24c			25a			25b			26		
	L	P	CB	L	P	CB	L	P	CB	L	P	CB	L	P	CB	L	P	CB
Sim	30	25	06															
Não																		
Sim				23	14	04												
Não				07	10	02												
S/R*						01												
Sim							25	22	05									
Não							05	03	01									
Sim										20	14	05						
Não										08	08	01						
Às vezes										02	03							
Com interação													14	15	04			
Sem interação													19	19	05			
S/R													05	01				
Sim																25	18	06
Não																05	04	
Às vezes																	03	

* S/R = Sem resposta



