

# SUBJETIVIDADE E OBJETIVIDADE: DIÁLOGOS ENTRE O CONCEITO DE JOGO DE FORÇAS NO MCI E AS ABORDAGENS DE BARRETT E PORGES

Denise de Castro<sup>1</sup>

## RESUMO

Este artigo aborda a oposição entre subjetividade e objetividade no contexto das teorias de Barrett e Porges. Os pesquisadores compartilham o interesse nos estudos sobre emoção humana, mas suas perspectivas sobre a compreensão das emoções diferem. Por meio do conceito de Jogo de Forças proposto pelo Método Corpo Intenção, exploramos a tensão entre essas teorias e destacamos sua relevância na compreensão das emoções, das saúdes física e mental e do tratamento de psicopatologias. O estudo tem como objetivo analisar e comparar as teorias de Barrett e Porges sob a lente do Método Corpo Intenção (MCI), identificando áreas de convergência e divergência. A divergência é vista não como uma impossibilidade de diálogo, mas como uma oportunidade de reflexão e avanço do conhecimento. O estudo indica que a relação entre diferentes perspectivas da emoção pode favorecer o desenvolvimento de melhores condições para manejar ideias e ações que promovam saúde e alívio de sofrimentos.

**Palavras-chave:** Subjetividade. Saúde Mental. Emoções. Método Corpo Intenção. Barrett e Porges.

---

<sup>1</sup>Mestre em Psicologia Clínica pela PUC-SP, Diretora, Orientadora Educacional e Professora no Instituto Corpo Intenção® – SP, docente na Pós-Graduação em Saúde Mental pela FisioCampos, Campinas – SP. Fisioterapeuta pelo Centro Universitário de Lins. Endereço eletrônico: denisedecastrogermano@gmail.com / metodocorpointencao@gmail.com

# **SUBJECTIVITY AND OBJECTIVITY: DIALOGUES BETWEEN THE PLAY OF FORCES CONCEPT IN THE MCI AND THE APPROACHES OF BARRETT AND PORGES**

## **ABSTRACT**

This article addresses the opposition between subjectivity and objectivity in the context of the theories of Barrett and Porges. While both researchers share an interest in the study of human emotion, their perspectives on understanding emotions differ. Through the concept of Play of Forces proposed by the Body Intention Method (MCI), we explore the tension between these theories and highlight their relevance in understanding emotions, physical and mental health and the treatment of psychopathologies. The study aims to analyze and compare the theories of Barrett and Porges through the lens of the Body Intention Method (MCI), identifying areas of convergence and divergence. Divergence is viewed not as an impossibility of dialogue but as an opportunity for reflection and the advancement of knowledge. The study suggests that the relationship between different perspectives on emotion can promote the development of better conditions for managing ideas and actions that enhance health and alleviate suffering.

**Keywords:** Subjectivity. Mental Health. Emotions. Body Intention Method. Barrett and Porges

## **SUBJETIVIDAD Y OBJETIVIDAD: DIÁLOGOS ENTRE EL CONCEPTO DE JUEGO DE FUERZAS EN EL MCI Y LAS APROXIMACIONES DE BARRETT Y PORGES**

## **RESUMEN**

Este artículo aborda la oposición entre subjetividad y objetividad en el contexto de las teorías de Barrett y Porges. Los investigadores comparten un interés en el estudio de las emociones humanas, pero difieren en sus perspectivas sobre la comprensión de las emociones. A través del concepto de Juego de Fuerzas propuesto por el Método Cuerpo Intención, exploramos la tensión entre estas teorías y destacamos su relevancia en la comprensión de las emociones, la salud física y mental y el tratamiento de las psicopatologías. El estudio tiene como objetivo analizar y comparar las teorías de Barrett y Porges desde la perspectiva del Método Cuerpo Intención (MIC), identificando áreas de convergencia y divergencia. La divergencia se ve no como una imposibilidad de diálogo, sino como una oportunidad de reflexión y avance del conocimiento. El estudio indica que la relación entre diferentes perspectivas de la emoción puede favorecer el desarrollo de mejores condiciones para gestionar ideas y acciones que promuevan la salud y alivien el sufrimiento.

**Palabras-clave:** Subjetividad. Salud Mental. Emociones. Método Cuerpo Intención. Barrett y Porges

# SUBJETIVIDADE E OBJETIVIDADE: DIÁLOGOS ENTRE O CONCEITO DE JOGO DE FORÇAS NO MCI E AS ABORDAGENS DE BARRETT E PORGES

## INTRODUÇÃO

As emoções, inegavelmente centrais na experiência humana, são um fenômeno multifacetado e intrincado que tem impulsionado diversos pesquisadores por décadas. Ao longo da história da psicologia, inúmeras teorias emergiram na tentativa de decifrar a complexa interação entre o corpo e a mente que dá origem às nossas experiências emocionais. Estudiosos como Reich (1989), Lowen (1977), Boyesen (1986), Raknes (1988), Keleman (1987) e Boadella (1992) forneceram *insights* valiosos sobre como as emoções são compreendidas e experimentadas. Todos esses autores citados compartilham um interesse comum na integração do corpo na psicoterapia e desenvolveram abordagens terapêuticas que reconhecem a importância das experiências corporais na compreensão e tratamento de questões emocionais e psicológicas.

No entanto, à medida que avançamos no século XXI, novas perspectivas sobre a natureza das emoções surgiram, desafiando e expandindo as teorias anteriores. Entre essas teorias, encontramos a Teoria da Emoção Construída, de Barrett e a Teoria Polivagal, de Porges.

Este artigo instala um diálogo entre dois pesquisadores contemporâneos – Lisa Feldman Barrett e Stephen Porges, cujas perspectivas sobre a compreensão das emoções humanas se destacam no cenário atual.

No contexto deste artigo, o objetivo central é analisar e comparar as teorias de Barrett e Porges sob a lente do Método Corpo Intenção (MCI). Propomos que a diferença entre as abordagens de ambos os autores seja encarada, não como um obstáculo mas, ao contrário, como uma tensão fecunda, na qual o conceito de Jogo de Forças<sup>2</sup>, tal como o considera o MCI, pode estimular um diálogo enriquecedor.

Ao adotar o Método Corpo Intenção (MCI) como base, este estudo busca explorar as divergências entre as teorias de Barrett e Porges, reconhecendo a tensão existente entre elas como uma oportunidade para impulsionar o avanço do conhecimento sobre as emoções. A análise crítica dessas perspectivas permite aprofundar o entendimento do fenômeno emocional e suas implicações para a saúde mental e o tratamento das psicopatologias.

Nesse sentido, o objetivo é não apenas explorar as diferenças entre as abordagens dos pesquisadores, mas também reconhecer a tensão existente entre suas pesquisas como uma forma de estimular um diálogo formativo<sup>3</sup> e incluir os estados corporais singulares despertados na dinâmica viva dos acontecimentos.

Ao abordar essas teorias a partir de um *jogo de forças*, em vez de assumir uma perspectiva exclusivamente favorável a uma delas, acreditamos ser possível apontar benefícios que apoiam a complexidade humana, a qual não acomoda verdades isoladas e

<sup>2</sup> “Jogo de Forças”, neste trabalho, é entendido como um conceito sistematizado no MCI e é aprofundado na seção O Método Corpo Intenção (MCI).

<sup>3</sup> “Formativo” é entendido, com Stanley Keleman (1992), em Anatomia Emocional, [que sugere] uma realidade corporal imersa em múltiplas camadas e em constante interação, desafiando a visão reducionista da anatomia estática dos livros. No contexto deste trabalho, “formativo” significa integrar corpo e mente ao reconhecer o corpo e seus estados impermanentes nos acontecimentos vivos.

estáticas. A perspectiva corporal interage com a dinâmica da vida e não admite, de modo absoluto, a estática de ideias e conhecimentos prévios à experiência.

Em resumo, abordar as teorias de Barrett e Porges a partir de um jogo de forças oferece a oportunidade de explorar diferentes perspectivas, identificar áreas de convergência, estimular a pesquisa empírica e promover o desenvolvimento de modelos teóricos mais abrangentes. Essa abordagem pode impulsionar o avanço do conhecimento na compreensão das emoções, ampliando o entendimento da complexidade desse fenômeno e, acima de tudo, ampliar as condições de acompanhamento de profissionais que atendem pessoas imersas nas suas dinâmicas vivas.

Neste artigo, empreendemos uma exploração das teorias de Lisa Feldman Barrett e Stephen Porges sobre a emoção humana sob a lente do Método Corpo Intenção (MCI). Começaremos apresentando o MCI e sua abordagem única para compreender as emoções, destacando como ele abraça a complexidade da dinâmica da vida. Aprofundamos o conceito de “Jogo de Forças”, sistematizado no MCI, que desempenha um papel fundamental na análise das teorias dos pesquisadores supracitados. Em seguida, adentramos nas perspectivas de Barrett e Porges, delineando suas teorias e identificando as principais divergências e convergências. Por fim, concluímos o artigo com reflexões sobre como essas perspectivas, aparentemente distintas, podem ser integradas de maneira significativa ao discutirmos o impacto dessa integração na compreensão das emoções humanas e na promoção da saúde mental. Desse modo, este estudo busca proporcionar uma visão abrangente e enriquecedora das complexidades das emoções humanas e do potencial do jogo de forças para avançar nosso entendimento nessa área vital da experiência humana.

## **1 O MÉTODO CORPO INTENÇÃO (MCI)**

Nesta seção, apresentamos o Método Corpo Intenção (MCI) e, crucialmente, esclarecemos como ele se relaciona diretamente com o objetivo central deste artigo, que é analisar e comparar as teorias de Lisa Feldman Barrett e Stephen Porges sob a lente do MCI. O MCI não é apenas uma plataforma para essa análise, mas desempenha um papel fundamental no enfoque da compreensão das emoções humanas.

Para alcançar nosso objetivo de explorar as divergências e convergências entre as teorias de Barrett e Porges, é fundamental compreender o MCI e, em particular, o conceito de “Jogo de Forças”. Estes elementos fornecem a base sólida para a análise crítica das perspectivas desses pesquisadores. Nesta parte do artigo, destacamos, portanto, os princípios fundamentais do MCI e como eles se alinham com a missão de analisar as teorias de Barrett e Porges. Essa conexão entre o MCI e nosso objetivo de pesquisa é essencial para manter a clareza e a relevância de nossa análise nas seções seguintes.

Para melhor compreensão da proposição em sustentar a tensão entre as pesquisas em foco, é necessário desenvolver o que se entende por “Jogo de Forças”. Para explicar o conceito, é relevante entender como chegamos a ele.

Castro (2016; 2022), uma pesquisadora brasileira, sistematizou o MCI durante quase quatro décadas de experiência clínica e educacional, acompanhando pessoas que sofriam em

seus corpos físicos, comportamentais, emocionais e/ou cognitivos. Durante seus atendimentos fisioterápicos, ela se deparou com conflitos entre seus conhecimentos e o que emergia das experiências clínicas. O tratamento para pessoas com dores e sofrimentos, inicialmente baseado na biomecânica e na ciência biomédica, revelou contradições, mostrando a presença de verdades distintas e coexistentes em cada indivíduo. Essa experiência clínica despertou a importância de integrar a tensão inerente à dinâmica da vida, à forma do corpo e às experiências humanas.

Foi nessa busca incessante por conhecimento e inquietação que surgiu o nome do trabalho em seus estágios iniciais: Corpo Intenção. Era uma brincadeira que ela fazia com seus pacientes, ressaltando as diferenças entre a presença de um corpo e suas intenções, e a presença desse mesmo corpo com suas intenções.

Diante das diferenças entre intenção e intensão, voluntário e involuntário, o MCI é um método vivo que acompanha processos em que o corpo está presente. Ele é fundamentado na premissa básica de que a vida humana acontece entre tensões permanentes e inconstantes e, diante dessa realidade, as pessoas precisam despertar para os gradientes de intensões e intenções durante os acontecimentos. Para garantir o exercício dessas tensões, o MCI fornece conceitos teóricos e práticos, tanto para acompanhar quanto para disparar processos que levam as pessoas às melhores condições para lidar com a dinâmica da vida.

O “Jogo de Forças” é um conceito sistematizado nesse ambiente, o qual é fundamentado na perspectiva corporal do MCI, no pensamento complexo de Morin (2003), na biologia da cognição de Maturana e Varela (2001) e na abordagem transdisciplinar de Nicolescu (2008). A composição entre o corpo a corpo, a complexidade, a autopoiese e a transdisciplinaridade encaminha a compreensão da emoção humana ao desafio de não simplificar um fenômeno complexo. No MCI, as emoções não são vistas como entidades isoladas ou reações automáticas, mas como parte integrante de um sistema mais amplo que envolve interações contínuas entre mente, corpo e ambiente. Essa abordagem reconhece que as emoções não podem ser reduzidas a estados mentais ou processos puramente biológicos, mas surgem na interseção dinâmica desses aspectos. Portanto, o jogo de forças, no MCI, acontece em ambientes que se baseiam em uma visão mais holística e integrativa das emoções, alinhando-se com o objetivo deste estudo de explorar as teorias de Barrett e Porges a partir de uma perspectiva que valoriza a complexidade e a interdependência das experiências emocionais.

A premissa básica do MCI encaminha cada conceito sistematizado para realidades que não se encaixam absolutamente em ideias isoladas. Ao exercer o *jogo de forças*, oferecem-se campos de prática para desenvolver os gradientes de tensões que fortalecem as novas condições para lidar com a vida, afastando-se de idealizações estáticas.

Os estados corporais despertados durante dinâmicas vivas de discordâncias e conflitos de interesses não respondem à lógica do pensamento isolado e cada pessoa é conduzida para experiências contemporâneas ao acontecimento, disparando processos múltiplos. Nesse cenário, o jogo de forças precisa se intensificar e evitar que os jogos de poder se instalem, conduzindo os participantes a ideias e ações de dominação e submissão, tanto em relação a si mesmos quanto aos outros.

Em resumo, o “Jogo de Forças” pode ser entendido como um processo dinâmico de afastamento e aproximação simultâneos de ideias e ações interconectadas de alguma forma. Essa abordagem reconhece a complexidade e a interdependência das diferentes perspectivas desenvolvidas por Barrett e Porges, permitindo que uma pessoa se aproxime de uma ideia enquanto se afasta de outra, sem fundir ou romper completamente com qualquer uma delas. Isso cria gradientes de compreensão que não excluem completamente uma informação em favor de outra.

## **2 O CONCEITO DE “JOGO DE FORÇAS” PARA O DIÁLOGO COM AS ABORDAGENS DE BARRET E PORGES**

Ao considerar o conceito de “Jogo de Forças” proposto pelo MCI e refletir sobre sua aplicação no contexto das teorias dos autores mencionados, podemos nos afastar da clássica oposição de ideias que permeia o desenvolvimento do conhecimento.

A partir daqui, é relevante destacar as semelhanças e as principais diferenças entre os pesquisadores em foco neste estudo:

Lisa Feldman Barrett, nascida em 1963, é psicóloga e neurocientista canadense conhecida por propor a Teoria da Emoção Construída. Essa teoria sustenta que as emoções não são criações espontâneas que se originam exclusivamente da mente ou do cérebro, mas sim em construções conscientes e subconscientes que atribuem significado às sensações físicas, aos contextos e às experiências sociais.

Stephen Porges, nascido em 1945, é psicólogo e neurocientista americano renomado por desenvolver a Teoria Polivagal. Sua principal tese é que o sistema nervoso central é composto por três níveis hierárquicos que ajudam a regular nossas respostas comportamentais e emocionais a estímulos externos, como ameaças, por exemplo. Por meio da Teoria Polivagal, Porges busca explicar como alterações no funcionamento do sistema nervoso podem contribuir para distúrbios emocionais e comportamentais, como ansiedade e transtorno de estresse pós-traumático (PTSD).

Ambos são contemporâneos, com as mesmas formações profissionais e com pesquisas norteadas pelo fenômeno da emoção humana. O principal ponto de divergência entre as pesquisas de Barrett e Porges reside, de modo simplificado, na ênfase dada à experiência subjetiva *versus* a ênfase dada às respostas fisiológicas do corpo durante um estado emocional específico. Essa diferença fundamental em suas abordagens dificulta o diálogo, uma vez que cada um explora uma dimensão diferente do fenômeno emocional. Além disso, suas teorias possuem pressupostos e métodos distintos, o que pode dificultar a integração de suas pesquisas.

Pressupostos:

- Barrett (2017) parte da ideia de que as emoções são construções mentais complexas, resultantes de processos cognitivos e neurais. Ela enfatiza que as emoções não são simples reações automáticas aos estímulos do ambiente, mas sim interpretações da mente individual.

- Porges (2011), de sua parte, acredita que as emoções são inatas e evolutivamente adaptativas, com base na atividade dos sistemas biológicos do corpo. Ele argumenta que as emoções são produzidas automaticamente como resposta a diferentes estímulos do ambiente, ocorrendo sem necessidade de interpretação consciente.
- Métodos:
- Barrett (2017) utiliza métodos cognitivos e neurocientíficos para estudar as emoções, como a ressonância magnética funcional, que permite examinar a atividade cerebral em resposta a diferentes estímulos emocionais. Ela também faz uso de questionários e entrevistas para avaliar como as pessoas percebem e interpretam suas próprias emoções.
- Porges (2011) enfatiza o uso de métodos fisiológicos para estudar as emoções, como a eletrocardiografia e a análise da variabilidade da frequência cardíaca, que permitem medir a atividade dos sistemas nervosos simpático e parassimpático na regulação emocional. Além disso, ele utiliza a observação comportamental e a análise da linguagem corporal para avaliar as expressões emocionais dos indivíduos.

Essas diferenças nas abordagens teóricas e metodológicas de Barrett e Porges nos permitem explorar a complexidade da emoção humana sob diferentes perspectivas. O jogo de forças entre suas teorias proporciona uma oportunidade de aprofundar nosso entendimento das emoções e seu impacto na terapia e na educação.

A análise das teses dos pesquisadores, a seguir, é acompanhada da tensão permanente e inconstante proposta como premissa básica do MCI. Como? Com a ativação de uma leitura que aproxima e afasta, simultaneamente, as teses dos autores das experiências clínicas vividas por cada leitor. Com a sustentação das dúvidas e reflexões provenientes da interação entre as teorias, a prática clínica e o estado corporal atual disparado ao encarnar as próprias tensões.

### **3 TESE DE LISA FELDMAN BARRETT**

A tese principal de Barrett (2017) é a Teoria da Emoção Construída. Nessa teoria, a pesquisadora argumenta que as emoções são construídas a partir da interpretação cognitiva e emocional de sensações corporais, juntamente com fatores sociais e culturais. Em outras palavras, a perspectiva de Barrett desafia a visão tradicional de emoções como sendo universais, inatas e automáticas. Essa visão remonta a filósofos como Aristóteles e Platão e foi popularizada pelos psicólogos darwinianos e funcionalistas do fim do século XIX e início do século XX como, por exemplo, Granville Stanley Hall (1844-1924), James McKeen Cattell (1860-1944), James Mark Baldwin (1831-1934) e William James (1842-1910) (Ferreira e Gutman, 2018).

Barrett (2017) argumenta que as emoções são construções complexas que envolvem uma interação entre fatores biológicos, sociais e culturais e defende que, embora haja

elementos universais nas emoções, como as expressões faciais básicas, a forma como as emoções são interpretadas, expressadas e reguladas pode variar significativamente entre pessoas e culturas. A interação entre a pessoa e seu ambiente social e cultural desempenha um papel importante na formação das emoções. Ao mesmo tempo, as experiências individuais, crenças e valores também influenciam a construção emocional de cada pessoa de maneira única.

### **3.1 Críticas e apoio à teoria de Barrett**

A tese de Barrett recebeu críticas, como a de LeDoux (2014), que argumentou que ela subestima o papel da biologia nas emoções e levantou preocupações sobre afirmações prescritivas e não descritivas em sua teoria. No entanto, existem pesquisadores que, de maneira direta ou indireta, apoiam a tese de Barrett por meio de estudos cujas conclusões se aproximam das dela. Por exemplo, Amso e Scerif (2015) reconhecem a importância do desenvolvimento humano e das experiências individuais na formação de nossas respostas emocionais e cognitivas; enquanto Anderson e Finlay (2014) exploram a natureza altamente adaptativa do cérebro e da mente. A relação entre os autores citados e Barrett reside na ênfase compartilhada na importância das experiências individuais, da plasticidade cerebral e do desenvolvimento humano na formação de nossas respostas emocionais e cognitivas.

Além disso, a teoria de Barrett tem implicações importantes para a saúde mental, para a compreensão das diferenças emocionais entre as culturas e para a pesquisa sobre emoções em um sentido mais amplo.

#### **3.1.1 Importância da compreensão do funcionamento cerebral e da plasticidade**

Para entender melhor a tese de Barrett (2017), é necessário compreender como o cérebro funciona e como as emoções são processadas. O cérebro humano é um órgão complexo e dinâmico que constantemente interage com o ambiente, interpretando sinais sensoriais e construindo representações do mundo interno e externo.

As emoções são processadas em diferentes áreas do cérebro, como a amígdala, o córtex pré-frontal e o hipotálamo, mas essas áreas não são especializadas apenas na emoção. Em vez disso, fazem parte de um sistema maior que inclui percepção, memória e tomada de decisão.

Barrett (2017) argumenta que as emoções são construídas a partir das percepções de sensações corporais, como batimentos cardíacos, respiração, tensão muscular e expressões faciais, que são processadas pelo cérebro e interpretadas como emoções com base em experiências passadas. Por exemplo, se uma pessoa experimenta um aumento dos batimentos cardíacos, esse sinal sensorial pode ser interpretado como medo se a pessoa tiver tido experiências passadas associadas ao medo. No entanto, se a mesma pessoa tiver tido experiências positivas associadas a esse sinal sensorial, como a emoção de “excitação”, então o sinal será interpretado dessa forma.

A ênfase na plasticidade do cérebro tem implicações significativas para a compreensão da natureza humana, aprendizagem, memória e comportamento. Se o cérebro é altamente maleável e capaz de mudar em resposta às experiências, então é possível alterar padrões cognitivos e comportamentais de maneira positiva por meio da exposição a novos estímulos e ambientes.

Barrett (2017) compreende que cada pessoa possui um conjunto único de experiências, memórias, crenças e valores que influenciam sua construção emocional. Simultaneamente a essa construção emocional, a plasticidade cerebral permite que as emoções sejam flexíveis e adaptativas, variando de acordo com o contexto e a interpretação do indivíduo. Nesse sentido, a terapia pode se concentrar em fornecer experiências desafiadoras e enriquecedoras que estimulem essa plasticidade e promovam o desenvolvimento de habilidades emocionais e cognitivas.

Essa abordagem tem implicações importantes para a educação e a terapia, nas quais a exposição a experiências novas e desafiadoras pode ajudar a moldar a mente e o comportamento de forma positiva. Em vez de buscar soluções rápidas por meio de medicamentos ou manter um processo terapêutico distante da realidade viva, a abordagem da plasticidade cerebral enfatiza a importância de mudanças de estilo de vida e do ambiente para a melhoria cognitiva e comportamental.

Em suma, a importância da plasticidade cerebral na tese de Barrett destaca a natureza flexível e construtiva das emoções. Essa abordagem enfatiza a influência das experiências, do ambiente e do contexto na formação emocional e desafia a visão tradicional de emoções como entidades fixas e universais. A compreensão da plasticidade cerebral tem implicações práticas tanto na educação quanto na terapia, fornecendo caminhos para promover o desenvolvimento emocional e cognitivo de forma adaptativa e personalizada.

#### **4 TESE DE STEPHEN PORGES**

A tese principal de Stephen Porges (2011) é a Teoria Polivagal, que apresenta uma visão complexa do sistema nervoso autônomo humano, composto por duas vias distintas do sistema parassimpático, além do sistema simpático. O primeiro estágio é representado pelo sistema vago dorsal, que existe há aproximadamente 500 milhões de anos e é responsável por estratégias de imobilização e invisibilidade em resposta a ameaças ambientais. Em seguida, com o nascimento do sistema simpático, mais próximo na linha evolutiva, o movimento se tornou uma estratégia de sobrevivência e acrescentou respostas de “fuga ou luta” para enfrentar situações de perigo. Por fim, o sistema mais recente, o vago ventral, é responsável por estados de segurança, promovendo conexão e engajamento social. A Teoria Polivagal é uma contribuição significativa para a compreensão dos processos autonômicos e suas implicações nas respostas emocionais e comportamentais dos indivíduos.

A hierarquia autonômica proposta por Porges (2011) envolve, portanto, dois ramos distintos do sistema nervoso autônomo com três vias de atividades neurobiológicas que respondem de forma específica a situações que o ambiente nos apresenta: perigo; ameaça

à vida e segurança. Cada um desses sistemas responde de maneira distinta aos desafios ambientais, refletindo uma complexa interação entre o organismo e seu entorno.

Porges (2011) argumenta que o sistema nervoso autônomo social evoluiu especificamente para ajudar os seres humanos a formarem relações sociais seguras e confiáveis. Isso se manifesta em uma série de respostas fisiológicas ativadas quando os seres humanos interagem de maneira segura e de apoio, como a liberação de ocitocina, a redução do hormônio do estresse cortisol e a ativação do nervo vago.

#### 4.1 Críticas e apoio à teoria de Porges

A teoria de Porges fornece uma estrutura complexa e intrigante para a compreensão do sistema nervoso autônomo humano e suas respostas às diferentes situações ambientais. No entanto, como é comum em pesquisas científicas, esta teoria não está isenta de críticas e questionamentos por parte de outros pesquisadores. Alguns críticos, como Grossman e Taylor (2007), levantaram preocupações sobre a interpretação simplista da Respiratory Sinus Arrhythmia (RSA) como um indicador direto do tônus vagal, argumentando que outros fatores, como atividade física momentânea, podem influenciar as medições. Por outro lado, pesquisadores, como Lewis *et al.* (2012), discordam dessas críticas e destacam que a RSA pode fornecer uma reflexão razoável do tônus vagal quando se consideram as complexidades envolvidas. Essas tensões entre críticos e apoiadores da Teoria Polivagal destacam a importância de uma abordagem crítica e cuidadosa ao avaliar seu impacto na compreensão do sistema nervoso autônomo e das respostas emocionais e comportamentais humanas.

O artigo de Barrett (2017), *The Theory of Constructed Emotion: an Active Inference Account of Interoception and Categorization*, lança luz sobre uma perspectiva intrigante e desafiadora em relação à teoria tradicional das emoções, incluindo a Teoria Polivagal de Stephen Porges, colocando em questão a ideia de que as emoções são respostas automáticas e predefinidas do corpo, sugerindo que elas são construções cerebrais moldadas pela interpretação de estímulos internos e externos. Isso levanta questionamentos sobre como as emoções realmente funcionam, desafiando a concepção tradicional de Porges e abrindo espaço para uma compreensão mais ampla e complexa da natureza das emoções e de como são processadas no cérebro.

Existem, no entanto, muitos pesquisadores que apoiam a teoria Polivagal, argumentando que ela fornece *insights* valiosos sobre como o sistema nervoso autônomo humano responde a diferentes tipos de interações sociais. Dana (2018), no livro *Clinical Applications of the Polyvagal Theory*, explora como a Teoria Polivagal pode ser uma ferramenta valiosa para terapeutas e profissionais de saúde na melhoria do bem-estar emocional e no tratamento de uma variedade de questões clínicas. Ela demonstra como a compreensão das respostas autonômicas do corpo pode informar e aprimorar as práticas terapêuticas, tornando-as mais eficazes e centradas no paciente.

## 4.2 Importância da compreensão da neurocepção

De acordo com a teoria de Porges (2011), a neurocepção ocorre de forma automática e inconsciente, baseada na ideia de que os seres humanos têm uma predisposição biológica para avaliar continuamente a segurança e a ameaça em seu ambiente social. Essa avaliação é realizada por meio de sinais sensoriais e de comportamentos que são detectados e interpretados pelo sistema nervoso autônomo, permitindo que nosso organismo detecte e interprete os sinais sociais de segurança e perigo. Por exemplo, quando estamos em um ambiente seguro e acolhedor, nosso sistema nervoso autônomo social é ativado, promovendo respostas fisiológicas associadas a uma sensação de calma, confiança e conexão. Por outro lado, em situações de ameaça ou perigo, o sistema nervoso autônomo simpático pode ser ativado, preparando-nos para reagir de forma defensiva.

Desse modo, a neurocepção desempenha um papel crucial em nossa capacidade de interagir e formar relacionamentos sociais saudáveis. Ela nos permite detectar sinais de segurança e ameaça nos outros, bem como transmitir nossos próprios sinais de segurança para criar um ambiente de confiança e conexão.

A compreensão dos mecanismos subjacentes ao sistema nervoso autônomo, notadamente o nervo vago, tem contribuído para uma melhor compreensão de transtornos tanto de natureza psicológica quanto médica. Isso tem levado à exploração das implicações da Teoria Polivagal no tratamento de condições como transtornos de ansiedade, transtorno do espectro autista e doenças inflamatórias.

No caso dos transtornos de ansiedade, a teoria destaca a importância do equilíbrio entre os sistemas nervosos simpático e parassimpático na regulação emocional. Desregulações nesse equilíbrio podem levar a respostas de ansiedade exacerbadas e dificuldades na regulação emocional. Com base nessa compreensão, intervenções terapêuticas que visam a restaurar o equilíbrio do sistema nervoso autônomo têm sido exploradas como estratégias eficazes no tratamento desses transtornos.

No transtorno do espectro autista, a teoria oferece *insights* sobre as dificuldades de processamento social presentes nessa condição. A compreensão dos mecanismos neurais subjacentes às respostas sociais pode auxiliar no desenvolvimento de intervenções terapêuticas direcionadas a melhorar as habilidades sociais e a regulação emocional em indivíduos no espectro autista.

Além disso, a Teoria Polivagal também tem implicações relevantes no contexto de doenças inflamatórias. Estudos, como de Tang *et al.* (2018), têm investigado as interações entre o sistema nervoso autônomo e o sistema imunológico, explorando como a regulação do nervo vago pode afetar a resposta inflamatória do organismo. Uma compreensão mais aprofundada dos mecanismos envolvidos nessa regulação pode abrir caminho para abordagens terapêuticas inovadoras que visam a modular a resposta inflamatória por meio da regulação do sistema nervoso autônomo.

As teses de Barrett e Porges, ao serem analisadas por meio do jogo de forças proposto pelo MCI, trazem contribuições para a compreensão de fenômenos reunidos numa topografia

dos acontecimentos, que vão além das ideias, propondo uma abordagem complexa, que leve em conta não apenas as perspectivas teóricas, mas também os elementos vivos e dinâmicos presentes nos acontecimentos. Essa perspectiva ampliada coopera com uma compreensão mais abrangente e rica dos fenômenos estudados.

Além disso, é relevante mencionar que ambas as abordagens podem ter suas próprias vantagens e limitações e a compreensão da complexidade da emoção humana pode ser enriquecida considerando essas diferentes perspectivas.

## REFLEXÕES E CONCLUSÕES

Como parte do propósito deste trabalho, buscamos explorar e analisar as ideias de Barrett e Porges através do conceito de “Jogo de Forças”, conceito sistematizado no Método Corpo Intenção (MCI). Reconhecemos que o *jogo de forças* desempenha um papel fundamental na análise das teorias de Lisa Feldman Barrett e Stephen Porges sobre a emoção humana, pois trata-se de uma abordagem profundamente enraizada na premissa de que as contradições e as diferenças de ideias são inerentes à complexidade da realidade.

A proposição central foi a de identificar convergências e divergências entre essas perspectivas aparentemente distintas e, ao fazê-lo, investigar como elas podem ser integradas de maneira significativa. Nesse contexto, não buscamos eliminar essas divergências, mas sim abraçá-las como oportunidades para um diálogo construtivo.

Em vez de buscar uma síntese ou eliminar as divergências, propomos o exercício de aproximação e afastamento simultâneos entre as divergências e convergências, de acordo com o contexto atual. A proposta de exercer essas diferenças sem buscar uma síntese imediata permite uma abordagem mais aberta e flexível, que reconhece a existência de elementos distintos e interconectados, estabelecendo conexões que vão além das ideias isoladas.

Portanto, esta seção visa não apenas a sintetizar as descobertas, mas também a realçar a importância do conceito de jogo de forças como uma lente crítica para a compreensão das teorias de Barrett e Porges.

### **Divergências, pontos de articulação e direções futuras**

Diante da proposição em sustentar alguma tensão disparada pelas diferenças entre as pesquisas sobre o fenômeno emocional de Barrett e Porges de uma perspectiva do conceito de “Jogo de Forças” (MCI), é crucial aprofundar nossa análise sobre como essas divergências podem ser compreendidas e, ao mesmo tempo, como podemos encontrar pontos de articulação que favoreçam o desenvolvimento humano.

Uma das divergências fundamentais entre essas duas perspectivas é a ênfase dada a diferentes aspectos das emoções. Barrett, por exemplo, enfatiza a construção social e cognitiva das emoções, argumentando que nossas experiências emocionais são amplamente moldadas pelas interpretações culturais e cognitivas que atribuímos a elas. Ela sustenta que a emoção não é um conjunto fixo de respostas, mas sim uma construção complexa baseada em nossas experiências e aprendizados.

Por outro lado, Porges concentra-se nas respostas fisiológicas do corpo, especialmente no que ele chama de Teoria Polivagal. Ele argumenta que nosso sistema nervoso autônomo desempenha um papel central na regulação das emoções e que as diferentes respostas do corpo estão intimamente ligadas aos estados emocionais.

Para ilustrar essa divergência, considere um cenário comum: uma pessoa se encontra em uma situação social desconfortável, como uma festa em que não conhece muitas pessoas. De acordo com a perspectiva de Barrett (2017), as emoções dessa pessoa serão fortemente influenciadas por suas interpretações cognitivas da situação, como pensamentos sobre ser julgada pelos outros. Ela argumentaria que as emoções dessa pessoa são construções sociais, moldadas por sua percepção do evento.

Porges, por sua vez, argumentaria que as respostas fisiológicas dessa pessoa, como aumento da frequência cardíaca e sudorese, desempenham um papel importante na geração de suas emoções. Ele sustenta que as respostas do sistema nervoso autônomo estão relacionadas aos estados emocionais, de modo que as sensações físicas de ansiedade desempenham um papel crucial em suas emoções.

Embora essas perspectivas pareçam divergentes, podemos identificar pontos de articulação interessantes. Assim, por exemplo, ao considerar ambas as perspectivas, podemos obter uma visão mais abrangente das emoções. Podemos reconhecer que as interpretações cognitivas de uma situação influenciam nossas respostas fisiológicas e *vice-versa*. Isso sugere uma interconexão profunda entre mente e corpo no contexto das emoções humanas.

Além disso, a tensão entre as teorias de Barrett e Porges pode estimular a busca por evidências e experimentação para apoiar ou refutar suas premissas. Por exemplo, pesquisas futuras podem explorar como as interpretações cognitivas influenciam diretamente as respostas fisiológicas em situações emocionais.

Outra direção futura promissora é o desenvolvimento de novos modelos teóricos que integrem e transcendam as perspectivas existentes. Podemos imaginar um modelo que leve em consideração tanto a construção cognitiva quanto as respostas fisiológicas, oferecendo uma visão mais completa das emoções humanas.

Em suma, enquanto as divergências entre as teorias de Barrett e Porges são evidentes, também é claro que há espaço para a complementaridade e o diálogo entre elas. O “Jogo de Forças” (MCI) como lente para observar essas perspectivas desafia os processos que favorecem o desenvolvimento humano, incentivando-nos a explorar a complexidade das emoções sob uma luz diferente. Essa abordagem pode enriquecer nossa compreensão do complexo fenômeno das emoções humanas e abrir novos caminhos para pesquisas futuras e práticas clínicas mais eficazes.

Para concluir, estas reflexões à luz das perspectivas de Castro (2022) lançam uma visão valiosa sobre a prática clínica. Elas nos conduzem a um território onde o foco recai sobre a interação íntima entre o ambiente atual, a interconexão entre o cérebro e os receptores sensoriais dispersos por todo o corpo, as variadas interpretações, regulações e manifestações emocionais que indivíduos e culturas revelam e as experiências compartilhadas entre seres vivos. Esse cenário, muitas vezes pouco explorado, revela-se como o elo capaz de unir

respostas e estados corporais que, por vezes, ainda carecem de nome, em experiências compartilhadas. Surgem, assim, questões fascinantes sobre a natureza desse corpo em análise e como essa compreensão se conecta ao intrigante e promissor conceito do “corpo que se desdobra”. Essas questões abrem um caminho estimulante para investigações futuras que merecem uma exploração mais profunda.

## REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- AMSO, D. e SCERIF, G. The Attentive Brain: Insights from Developmental Cognitive Neuroscience. **Nat Rev Neurosci**. 2015, Oct. Doi: doi.org/10.1038/nrn4025.
- ANDERSON, M. L. e FINLAY, B. L. Allocating Structure to Function: the Strong Links between Neuroplasticity and Natural Selection. **Front Hum Neurosci**. 2014, Jan, 7. Doi: doi.org/10.3389/fnhum.2013.
- BARRETT, L. F. **How Emotions Are Made: the Secret Life of the Brain**. Boston: Houghton MifflinHarcourt, 2017.
- BARRETT, L. F. The Theory of Constructed Emotion: an Active Inference Account of Interoception and Categorization. **Soc Cogn Affect Neurosci**. 2017, Jan, 1. Doi: doi.org/10.1093/scan/nsw154. Erratum in: **Soc Cogn Affect Neurosci**. 2017, Nov, 1.
- BOADELLA, D. **Correntes da vida: uma introdução à biossíntese**. São Paulo: Summus, 1992.
- BOYESEN, G. **Entre Psiquê e Soma: introdução à psicologia biodinâmica**. São Paulo: Summus, 1986.
- CASTRO, D. **O Método Corpo Intenção: uma terapia corporal da prática à teoria**. São Paulo: Summus, 2016.
- CASTRO, D. **O ambiente de cuidado e o jogo de forças: para uma clínica do desdobramento**. 2022. Dissertação (Mestrado em Psicologia: Psicologia Clínica) - Programa de Estudos Pós-Graduados em Psicologia: Psicologia Clínica da Pontifícia Universidade Católica de São Paulo, São Paulo, 2022. Disponível em: <https://repositorio.pucsp.br/jspui/handle/handle/26122>
- DANA, D. **Clinical Applications of the Polyvagal Theory: the Emergence of Polyvagal-Informed Therapies (Norton Series on Interpersonal Neurobiology)**. New York: W. W. Norton & Company, 2018.
- FERREIRA, A. A. L. e GUTMAN, G. O funcionalismo em seus primórdios: a psicologia a serviço da adaptação In: JACÓ-VILELA, A. M. e TEIXEIRA, F. (Orgs.) **História da Psicologia: rumos e percursos**. 3. ed. Rio de Janeiro: Nau, 2018. p. 121 - 140.

- GROSSMAN, P. e TAYLOR E. W. Toward understanding respiratory sinus arrhythmia: relations to cardiac vagal tone, evolution and biobehavioral functions. **Biol Psychol.** 2007, Feb. Doi: doi.org/10.1016/j.biopsycho.2005.11.014.
- KELEMAN, S. **Corporificando a experiência**: construindo uma vida pessoal. São Paulo: Summus, 1987.
- KELEMAN, S. **Anatomia emocional**. São Paulo: Summus, 1992.
- LEDOUX, J. Rethinking the Emotional Brain. In: BROZEK, B., DEBIEC, J. e HELLER, M.; LEDOUX, J. (Orgs.). **The Emotional Brain Revisited**. Copernicus Center Press, 2014. p. 13-83.
- LEWIS, G. F. *et al.* Statistical Strategies to Quantify Respiratory Sinus Arrhythmia: Are Commonly Used Metrics Equivalent? **Biol Psychol.** 2012, Feb. Doi: doi.org/10.1016/j.biopsycho.2011.11.009.
- LOWEN, A. **Exercícios de bioenergética**: o caminho para uma saúde vibrante. São Paulo: Ágora, 1977.
- MATURANA, H. e VARELA, F. **A árvore do conhecimento**: as bases biológicas da compreensão humana. São Paulo: Palas Athena, 2001.
- MORIN, E. **O método 1**: A natureza da natureza. Porto Alegre: Sulina, 2003.
- NICOLESCU, B. **O manifesto da transdisciplinaridade**. São Paulo: Trion, 2008.
- PORGES, S. W. **The Polyvagal Theory**: Neurophysiological Foundations of Emotions, Attachment, Communication and Self-Regulation. New York: WW Norton & Company, 2011.
- RAKNES, O. **Wilhelm Reich e a orgonomia**. São Paulo: Summus, 1988.
- REICH, W. **Análise do caráter**. São Paulo: Martins Fontes, 1989.
- TANG, M.W. *et al.* Single Vagus Nerve Stimulation Reduces Early Postprandial C-peptide Levels but not Other Hormones or Postprandial Metabolism. **Clin Rheumatol.** 37, 505-514. 2018. Doi: doi.org/10.1007/s10067-017-3618-5