



UNIVERSIDADE FEDERAL RURAL DE PERNAMBUCO
DEPARTAMENTO DE CIÊNCIAS SOCIAIS
BACHARELADO EM CIÊNCIAS SOCIAIS

DIOGO DA SILVA CODICEIRA

PSICOPOLÍTICA DOS COACHES: a estrutura de poder na sociedade do
desempenho

Recife
2025

DIOGO DA SILVA CODICEIRA

PSICOPOLÍTICA DOS COACHES: a estrutura de poder na sociedade do
desempenho

Trabalho de Conclusão de Curso
apresentado ao Curso de Bacharelado em
Ciências Sociais da Universidade Federal
Rural de Pernambuco, como requisito
parcial para obtenção do título de bacharel
em Ciências Sociais sob Orientação da
Profa. Dra **Alessandra Uchôa Sisnando**

Recife

2025

Dados Internacionais de Catalogação na Publicação
Sistema Integrado de Bibliotecas da UFRPE
Bibliotecário(a): Suely Manzi – CRB-4 809

C669p Codiceira, Diogo da Silva.
Psicopolítica dos coaches: a estrutura de poder na sociedade do desempenho / Diogo da Silva Codiceira.
– Recife, 2025.
55 f.

Orientador(a): Alessandra Uchôa Sisnando.
Co-orientador(a): José Carlos Gomes Marçal. Co-orientador(a): Maurício Sardá de Faria.

Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação) – Universidade Federal Rural de Pernambuco, Bacharelado em Ciências Sociais, Recife, BR-PE, 2026.

Inclui referências.

1. Ideologia política . 2. Neoliberalismo. 3. Assessoria pessoal. 4. Subjetividade 5. Poder (Ciências sociais). I. Sisnando, Alessandra Uchôa, orient. II. Marçal, José Carlos Gomes, coorient. III. Faria, Maurício Sardá de, coorient. IV. Título

CDD 300

DIOGO DA SILVA CODICEIRA

PSICOPOLÍTICA DOS COACHES: a estrutura de poder na sociedade do
desempenho

Trabalho de Conclusão de Curso
apresentado ao Curso Ciências Sociais da
Universidade Federal Rural de
Pernambuco, como requisito parcial para
obtenção do título de Bacharel em
Ciências Sociais

Aprovado em: 23/12/2025

BANCA EXAMINADORA

Profª. Dra. Alessandra Uchôa Sisnando (Orientadora)
Universidade Federal Rural de Pernambuco

Prof. Dr. José Carlos Gomes Marçal (Examinador Interno)
Universidade Federal Rural de Pernambuco

Prof. Dr. Maurício Sardá de Faria (Examinador Interno)
Universidade Federal Rural de Pernambuco

Dedico este trabalho à minha Maggie e ao meu Bob, meus companheiros de tantos dias, que estão nos céus dos animais. Pelos silêncios que confortavam, pela presença que nunca exigia palavras e pelo carinho que nunca faltou. Mesmo ausentes, continuam comigo nas lembranças, na saudade e na leveza que me ensinaram sobre o amor incondicional.

AGRADECIMENTOS

Agradeço, primeiramente, a mim mesmo por ter coragem, mesmo com tantos medos, de ingressar em uma nova graduação após doze anos da primeira e ainda conseguir conciliar uma terceira (Filosofia). Enfrentei muitos “para que isso ou aquilo?” vindos de conhecidos, mas hoje eu responderia: *por que não?* A vida é curta demais para não fazermos o que desejamos e melhor ainda quando o que queremos está ao nosso alcance. Por isso, é com sincero orgulho e gratidão que deixo registrado o meu agradecimento a todos que, de algum modo, fizeram parte dessa trajetória.

Em primeiro lugar, agradeço ao corpo docente da UFRPE pela sorte que tive em ser aluno de professores tão dedicados e humanos. São eles que mantêm viva a reputação da universidade como um espaço acolhedor e de aprendizado. De modo especial, agradeço à professora Alessandra, minha orientadora, que acreditou nas minhas ideias e contribuiu imensamente com suas orientações. Sua dedicação foi essencial em todo o processo — do TCC 1 ao TCC 2.

Também registro meu reconhecimento ao professor Marçal, com quem cursei Epistemologia das Ciências Sociais. Foi sob sua orientação que despertei, de fato, para o rigor e o prazer da escrita acadêmica. Agradeço, igualmente, ao professor Maurício Sarda, cuja simplicidade e humildade o tornam um gigante. Tive o privilégio de tê-lo em várias disciplinas: Teoria do Estado, Instituições Políticas Brasileiras, Cooperativismo, TCC 1 e TCC 2, e em todas elas aprendi mais do que os conteúdos: aprendi sobre postura, ética e humanidade. Não posso deixar de agradecer também às sempre solícitas Cris e Amélia, da secretaria do curso, que tantas vezes nos auxiliaram com paciência e bom humor.

Aos meus companheiros de jornada acadêmica, André (Ciro) e Hugo, deixo minha sincera gratidão. Mesmo diante do cansaço e do tédio que por vezes tomam conta da vida universitária, foram eles quem me sustentaram entre risadas, trocas sinceras e momentos de descontração.

Por fim, estendo meus agradecimentos além dos portões da Universidade. Aos bares Conterrâneo e Deleon, que tantas vezes abrigaram nossas conversas e reflexões regadas a cerveja. Afinal, o que seria da vida acadêmica sem uma boa prosa? E aos vendedores ao redor do campus, que foram muitas vezes nosso jantar improvisado, mas cheio de sabor e afeto.

A todos, o meu muito obrigado.

“Disciplina é liberdade,
Compaixão é fortaleza,
Ter bondade é ter coragem.”
— *Legião Urbana, “Há Tempos” (1989)*

RESUMO

A presente pesquisa desenvolve uma análise crítica dos discursos dos coaches motivacionais brasileiros, situando-os no interior da racionalidade neoliberal e das novas formas de governo da subjetividade características da psicopolítica contemporânea. Partindo das contribuições teóricas de Byung-Chul Han, Michel Foucault e Pierre Bourdieu, examina-se como tais discursos atuam como dispositivos de poder que modelam condutas, percepções e afetos, produzindo sujeitos orientados pela alta performance, pela autogestão psíquica e pela responsabilização individual frente às adversidades sociais. Argumenta-se que o fenômeno coach opera uma transmutação do poder: desloca-se da coerção externa para mecanismos de interiorização, nos quais a liberdade é convertida em instrumento de dominação, e o fracasso, reinterpretado como falha moral do próprio indivíduo. Nesse processo, elementos emocionais, espirituais e motivacionais são mobilizados para legitimar a lógica neoliberal, que reconfigura problemas estruturais como desafios de mindset, meritocracia ou fé pessoal. Assim, demonstra-se que os discursos dos coaches representam uma expressão sofisticada do poder contemporâneo, ao naturalizar desigualdades e reforçar práticas de autoexploração sob a aparência de empoderamento e autonomia.

Palavras-chave: psicopolítica; neoliberalismo; coaches; subjetividade; poder.

ABSTRACT

This research develops a critical analysis of the discourses of Brazilian motivational coaches, situating them within the neoliberal rationality and the new forms of governing subjectivity characteristic of contemporary psychopolitics. Drawing on the theoretical contributions of Byung-Chul Han, Michel Foucault, and Pierre Bourdieu, it examines how such discourses operate as devices of power that shape behaviors, perceptions, and affects, producing subjects oriented toward high performance, psychic self-management, and individual responsibility in the face of social adversities. The study argues that the coach phenomenon enacts a transmutation of power: it shifts from external coercion to mechanisms of interiorization, in which freedom is converted into an instrument of domination and failure is reinterpreted as a moral deficiency of the individual. In this process, emotional, spiritual, and motivational elements are mobilized to legitimize neoliberal logic, which reframes structural problems as issues of mindset, merit, or personal faith. Thus, the research demonstrates that coaching discourses constitute a sophisticated expression of contemporary power, naturalizing inequalities and reinforcing practices of self-exploitation under the appearance of empowerment and autonomy.

Keywords: psychopolitics; neoliberalism; coaches; subjectivity; power.

SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO	14
2 REVISÃO DA LITERATURA	18
3 METODOLOGIA.....	22
4 Capítulo 1- Antimedo de Pablo Marçal	24
4.1 Antimedo sob a ótica de Byung-Chul Han	25
4.2 Antimedo sob a ótica de Michel Foucault.....	29
4.3 Antimedo sob a ótica de Pierre Bourdieu	32
5 CAPÍTULO 2- O poder da ação de Paulo Vieira	34
5.1 O poder da ação sob a ótica de Byung-Chul Han	35
5.2 O poder da ação sob a ótica de Foucault	40
5.3 O poder da ação sob a ótica de Bourdieu	43
6 CAPÍTULO 3- Padrões de alta performance de Jota Joel	46
6.1 Padrões de alta performance sob a ótica de Byung-Chul Han	47
6.2 Padrões de alta performance sob a ótica de Foucault	49
6.3 Padrões de alta performance sob a ótica de Bourdieu	52
7. CONCLUSÃO.....	55
REFERÊNCIAS.....	57

1 INTRODUÇÃO

Vivemos em uma sociedade marcada pela indispensabilidade da produção, da motivação e da autossuperação. Nesse contexto, observa-se a propagação de discursos que, sob a aparência de empoderamento individual, funcionam como verdadeiros mecanismos de sujeição subjetiva. A figura do *coach* — o profissional que busca a maximização do desempenho — surge, assim, como um agente expressivo da racionalidade neoliberal em sua forma mais sofisticada: a psicopolítica.

Os discursos produzidos pelos coaches não são neutros, ainda que se apresentem como técnicos ou motivacionais. Eles reproduzem valores e estruturas da racionalidade neoliberal, promovendo um tipo de subjetivação empresarial do sujeito, que passa a se perceber como um projeto de investimento contínuo. A imagem do indivíduo autônomo e livre adquire um novo significado, pois esse sujeito torna-se inteiramente responsável por seu sucesso ou fracasso em uma sociedade cada vez mais competitiva e precarizada. O sofrimento psíquico, antes compreendido a partir de dimensões sociais, históricas ou filosóficas, passa a ser interpretado como falha pessoal ou moral.

Diante desse cenário, emerge a questão central que orienta este trabalho: de que modo os discursos dos coaches motivacionais atuam como instrumentos de poder psicopolítico na sociedade do desempenho, colaborando para a produção de subjetividades moldadas pela lógica neoliberal? Parte-se da hipótese de que tais discursos não apenas promovem a autogestão e a responsabilização individual, mas também operam como tecnologias de poder que incidem sobre dimensões simbólicas e afetivas da vida social, consolidando um regime de controle sustentado em liberdades aparentes.

Nesse sentido, busca-se compreender como esses discursos reciclam formas de biopoder, deslocando o modelo disciplinar tradicional para uma forma de regulação subjetiva da conduta; reforçam estruturas de violência simbólica, ao converter desigualdades sociais em falhas individuais; e se inscrevem nas dinâmicas da psicopolítica, ao mobilizar afetos e emoções sob a promessa de liberdade e autorrealização.

Assim, esta pesquisa propõe uma análise crítica dos discursos dos coaches motivacionais brasileiros à luz de três abordagens teóricas complementares: a psicopolítica de *Byung-Chul Han*, o biopoder de *Michel Foucault* e a violência simbólica de *Pierre*

Bourdieu. O objetivo é compreender como essas narrativas funcionam como dispositivos de poder na sociedade do desempenho, modelando subjetividades e naturalizando desigualdades.

A investigação adota uma abordagem teórico-bibliográfica e qualitativa, com análise de obras e materiais produzidos por alguns dos principais coaches motivacionais brasileiros. Busca-se identificar os componentes discursivos e as estratégias simbólicas que reforçam a lógica do desempenho e a autorresponsabilização, sustentando o imaginário neoliberal contemporâneo.

O crescimento expressivo do fenômeno *coach*, especialmente nas redes sociais e no ambiente corporativo, evidencia a difusão massiva desses discursos, que se apresentam sob a forma de incentivo técnico, autoconhecimento e empoderamento pessoal. No entanto, ao atingir o campo subjetivo dos indivíduos, tais práticas contribuem para uma forma sutil de dominação psicopolítica. Como aponta Oliveira (2015), o *coach* é um profissional amplamente difundido nos contextos corporativos e de autoajuda, representando um novo modelo de orientação e aperfeiçoamento pessoal ajustado às exigências de desempenho e eficiência típicas do neoliberalismo.

Atualmente, vivencia-se um crescimento exponencial no número de coaches em escala global. O número de profissionais certificados, que em 2019 era de aproximadamente 71 mil, saltou para 109 mil em 2022, com expectativa de atingir 167 mil em 2025 (ICF, 2023). No mesmo ritmo, observa-se a ampliação do mercado editorial vinculado ao desenvolvimento pessoal e à autoajuda, categorias que abrigam boa parte das publicações desses profissionais. Segundo o *Painel de Varejo de Livros no Brasil* (2024), o setor de não ficção movimentou cerca de 39,2 milhões de exemplares no país, correspondendo a 27,2% das vendas totais e gerando um faturamento de 6,6 bilhões de reais. Entre 2019 e 2023, o formato digital (*e-books*) apresentou um crescimento de 95% (SNEL, 2024), o que amplia significativamente o alcance e a influência dos discursos produzidos pelos coaches.

Assim, a figura do coach passa a ser determinante, pois trata de um importante agente na dominação neoliberal. Harvey (2008, p.2) realiza um importante conceito sobre o neoliberalismo:

O neoliberalismo é, em essência, uma teoria de práticas de política econômica que propõe que o bem-estar humano pode ser melhor alcançado pela liberação das liberdades e habilidades empreendedoras dos indivíduos, dentro de uma

estrutura institucional caracterizada por fortes direitos de propriedade privada, mercados livres e livre comércio.

No entanto, mais do que um conjunto de políticas econômicas, o neoliberalismo constitui-se como uma racionalidade social total, que reorganiza as relações humanas e redefine o sujeito a partir da lógica do mercado.

Sob essa ótica, o indivíduo passa a ser compreendido como uma empresa de si mesmo, responsável por gerir, aprimorar e otimizar suas próprias capacidades. Essa racionalidade, que atua de forma difusa sobre o campo subjetivo, cria as condições ideais para o surgimento de dispositivos de poder e controle — travestidos de liberdade e motivação — que reforçam a competitividade e a autorresponsabilização, marcas centrais do discurso dos coaches.

Byung-Chul Han (2015) observa que o neoliberalismo opera por meio da liberdade, manipulando afetos e vontades sem recorrer à coerção explícita, o que caracteriza a psicopolítica. Michel Foucault, ao desenvolver o conceito de biopoder, contribui para compreender como as práticas discursivas estabelecem condutas e moldam subjetividades, atuando sobre a vida de forma capilar. Já Pierre Bourdieu, com a noção de violência simbólica, evidencia os mecanismos pelos quais as desigualdades são naturalizadas e internalizadas, apresentando-se como mérito ou incapacidade individual.

A relevância desta pesquisa, portanto, reside em analisar criticamente o papel dos discursos dos coaches como dispositivos de subjetivação e agentes de reprodução simbólica da racionalidade neoliberal. O estudo não se limita ao mapeamento de suas estratégias discursivas, mas busca refletir sobre seus efeitos éticos, políticos e subjetivos na contemporaneidade — especialmente quanto à autonomia, à liberdade e ao esvaziamento do sujeito.

Além disso, o trabalho contribui com o debate sociológico e filosófico ao articular as perspectivas de Han, Foucault e Bourdieu, demonstrando como as práticas discursivas dos coaches se inscrevem nas dinâmicas da sociedade do desempenho. Ao analisar obras e discursos de coaches motivacionais brasileiros, evidencia-se como a retórica da autossuperação e do empreendedorismo de si atua como forma sutil de controle psicopolítico, alinhada à lógica neoliberal de eficiência e produtividade.

Dessa forma, a pesquisa justifica-se por abordar um recorte teórico e empírico ainda pouco explorado na literatura brasileira, ao associar a análise crítica dos discursos motivacionais à teoria social contemporânea. Tal reflexão busca contribuir para a compreensão

dos modos pelos quais o poder se reconfigura nas sociedades neoliberais, especialmente ao transformar a liberdade em um instrumento de dominação.

Assim, este trabalho tem como objetivo geral analisar criticamente os discursos dos coaches motivacionais brasileiros como dispositivos de subjetivação diante da lógica neoliberal, buscando compreender de que modo essas narrativas impulsionam mecanismos de psicopolítica, biopoder e violência simbólica na formação de sujeitos voltados ao desempenho, à naturalização das desigualdades sociais e à autorresponsabilização.

Para alcançar esse propósito, a pesquisa buscou, em um primeiro momento, compreender os conceitos de psicopolítica em Byung-Chul Han, biopoder em Michel Foucault e violência simbólica em Pierre Bourdieu, identificando suas implicações na crítica ao neoliberalismo e suas formas de poder. Em seguida, analisaram-se obras de coaches motivacionais brasileiros, com o intuito de identificar os principais elementos discursivos que reforçam a lógica do desempenho e a ideologia da autorresponsabilização. Por fim, procurou-se relacionar esses discursos aos mecanismos contemporâneos de construção da subjetividade, discutindo como atuam os dispositivos de poder que naturalizam as desigualdades e reproduzem a racionalidade neoliberal no imaginário social.

2 REVISÃO DA LITERATURA

A presente pesquisa tem como base, sobretudo, a obra do filósofo Byung-Chul Han, na qual a reflexão crítica sobre a sociedade contemporânea oferece as categorias essenciais para a análise das práticas discursivas dos coaches motivacionais. Na obra *Sociedade do cansaço* (2015), Han descreve que, após a Guerra Fria, houve uma transição de um modo de dominação disciplinar para uma forma de controle mais sutil que opera não mais apenas com a repressão, mas pela sedução, chamada de Sociedade do desempenho. Nessa conjuntura, o indivíduo é exposto à sua autonomia, sendo o único responsável por sua autorrealização e excelência.

Assim, Han (2023), em *Sociedade do Cansaço*, argumenta que a sociedade disciplinar foucaultiana era estruturada pela negatividade, marcada pela lógica da proibição, da defesa e da rejeição do outro enquanto potencial ameaça. Nessa dinâmica, aquilo que é estranho ou divergente deve ser afastado, ainda que não represente necessariamente um perigo real, porque sua alteridade é percebida como algo a ser negado. No entanto, para Han, essa negatividade típica da sociedade disciplinar é substituída, no neoliberalismo, por uma lógica de excesso de positividade, na qual já não se trata de negar o outro, mas de voltar essa pressão para si mesmo. Assim, a violência externa da coerção dá lugar à autoexploração, pois o sujeito passa a exigir de si desempenho ilimitado, transformando-se simultaneamente em explorador e explorado.

A sociedade do século XXI não é mais a sociedade disciplinar, mas uma sociedade do desempenho. Também seus habitantes não se chamam mais “sujeitos de obediência”, mas sujeitos de desempenho e produção (HAN 2023, p. 23).

Sendo assim, por que houve essa alteração de paradigma? Han (2023) argumenta que tal mudança foi necessária para ocorrer a maximização da produção. “Para elevar a produtividade, o paradigma da disciplina é substituído pelo paradigma do desempenho ou pelo esquema positivo do poder” (HAN 2023, p. 25). Em outras palavras, enquanto os moldes disciplinares prevaleciam na sociedade, se atingiu um nível de maximização da produção por meio de suas técnicas e do modelo de negação do outro que encontrou, nesse sentido, um determinado limite. Ao passo que a negatividade tem na proibição uma consequência, o impedimento do crescimento, a positividade existente na sociedade do desempenho oferece uma produção mais efetiva, pois os indivíduos estão mais disciplinados ao se explorarem. Han detecta, portanto, não uma ruptura, mas uma continuidade.

Na sua obra *Psicopolítica: o neoliberalismo e as novas técnicas de poder* (2014), Han aprofunda sua crítica ao demonstrar que, enquanto a sociedade disciplinar, descrita por Foucault, utilizava o biopoder como técnica da dominação, a sociedade do desempenho passa a usar a psicopolítica, que passa a dominar a esfera imaterial/invisível. Assim, o neoliberalismo não precisa apenas de uma dominação corporal e biológica da biopolítica descrita por Foucault, e sim da psicopolítica proposta por Han. Com a mudança de paradigma de poder da sociedade disciplinar para a sociedade do desempenho, foi necessário otimizar os processos psíquicos com o intuito de aumentar a produtividade. “O disciplinamento corporal dá lugar à otimização mental” (HAN, 2023, p. 40).

Mas afinal, como a psicopolítica ocorre na sociedade do desempenho? Utilizando-se de uma forma de exploração mais refinada e velada, aparecem a princípio como eventos de gestão pessoal, reuniões e encontros motivacionais, treinamento de inteligência emocional, ou seja, a otimização individual ocorre sem limites e transformou-se em uma extensão do trabalho ou ofício. Logo, Han (2023) segue apontando modos de otimizar os sujeitos. Entre essas, descreve-se a autoajuda, a cura que busca uma otimização individual de maneira terapêutica, eliminando as fraquezas funcionais, bloqueios mentais em favor de uma maior eficiência e desempenho produtivo. Além disso, Han ainda explora a otimização pessoal com características religiosas: “Em vez do pecado, procura-se por pensamentos negativos” (HAN, 2023, p. 48). Os pregadores evangélicos se colocam como motivadores que pregam um novo evangelho da otimização e desempenho. Assim, o indivíduo passa a lutar contra o seu próprio pensamento. Com isso, praticamente não existe mais a negatividade do outro, apenas a busca pela positividade e a otimização de si. Isso quando não se explora a própria dor, desde que essa seja em prol da otimização.

Diante dessa perspectiva, os coaches, em especial os motivacionais, são inseridos nesse contexto para reforçar a lógica neoliberal. São esses profissionais que ajudam a reforçar o mecanismo da psicopolítica com as ideias de inserir toda a responsabilidade do sucesso ou falta dele ao sujeito. Assim, os coaches fortalecem o modo de subjetividade que Han descreve de sujeito de desempenho, que é um indivíduo que se autoexplora diante da ilusão fornecida pela liberdade.

À luz das análises de Michel Foucault sobre os processos de subjetivação e governo de si, auxilia Han enxergar um novo paradigma de poder na sociedade contemporânea que vai além do elaborado por Foucault. Com isso, uma das obras de Foucault que nos oferece uma análise mais profunda sobre as formas de poder e suas consequências na construção da subjetividade é

Vigiar e Punir (1975). Nela, Foucault (1987) expõe o surgimento e funcionamento do poder disciplinar, que age por meio da vigilância, da normalização e da organização do tempo e do espaço.

Assim, na filosofia foucaultiana, o poder se revelava como o poder da morte controlada por meio de um soberano (algo idêntico a Deus), e a partir do século XVII se transformou em um poder disciplinar. Tal poder, que antes era da morte, agora é disciplinar e torna um poder da vida, pois a função não é matar, e sim afirmar a vida, Han (2023) acredita que tal passagem de estrutura de poder teve em sua necessidade a mudança das formas de produção, mais especificamente devido à Revolução Industrial, na qual houve a transformação da produção agrária em industrial. Em suma, a industrialização impôs ao agir, impôs a necessidade de disciplinar o corpo para moldá-lo à produção mecânica. (FOUCAULT 1999). Com isso, o poder disciplinar age por meio de tecnologias específicas, tais como a vigilância, os registros, os horários etc, que desenham os corpos e os comportamentos, tornando-os dóceis, previsíveis e sobretudo úteis. O objetivo não é matar o sujeito, mas otimizá-lo. Diferentemente do poder disciplinar descrito por Foucault, que atua por meio de tecnologias externas de vigilância, controle e normalização dos corpos, a psicopolítica analisada por Byung-Chul Han opera em um registro mais sutil e internalizado. Enquanto a disciplina molda corpos dóceis e úteis a partir de instituições e dispositivos coercitivos, a psicopolítica incide diretamente sobre a psique, explorando a liberdade, a motivação e o desejo como forças produtivas. O sujeito não é mais compelido a obedecer, mas induzido a querer, convertendo-se em empreendedor de si mesmo. Assim, a lógica do poder desloca-se da repressão para a autoexploração, tornando o controle mais eficiente justamente por se apresentar como liberdade.

Esses métodos que permitem o controle minucioso das operações do corpo, que realizam a sujeição constante de suas forças e lhe impõem uma relação de docilidade-utilidade, são o que podemos chamar de “disciplinas”. Muitos processos disciplinares existiam há muito tempo: nos conventos, nos exércitos, nas oficinas também. Mas as disciplinas se tornaram decorrente dos séculos XVII e XVIII fórmulas gerais de dominação. (FOUCAULT 1999, p. 118).

Na obra *História da sexualidade - I, a vontade de saber* (1976), procura tratar de forma explícita o conceito de biopoder, esclarecendo que é uma forma de poder que não se estabelece mais diante da morte, como antes visto no poder soberano, mas sobre a vida. Foucault (1999) estabelece que o biopoder atua, portanto, não por meio de repressão, mas pela gestão.

Basicamente, voltando-se à população, ao regular nascimento, saúde, sexualidade, segurança. Em suma, tratando os humanos como algum tipo de espécie biológica.

Este bio-poder, sem a menor dúvida foi elemento indispensável ao desenvolvimento do capitalismo, que só pôde ser garantido à custa da inserção controlada dos corpos no aparelho de produção e por meio de um ajustamento dos fenômenos de população aos processos econômicos. Mas, o capitalismo exigiu mais do que isso; foi-lhe necessário o crescimento tanto de seu reforço quanto de sua utilizabilidade e sua docilidade; foram-lhe necessário métodos de poder capazes de majorar as forças, as aptidões, a vida em geral, sem por isso torna-las mais difíceis de sujeitar. (FOUCAULT 1999, p.132)

Assim, Foucault (2008) reconhece duas tecnologias de poder que coexistem e se articulam na modernidade e as chama de biopoder: o poder disciplinar (direcionado ao sujeito e ao seu corpo com a intenção de torná-lo dócil e produtivo) e a biopolítica (dirigida a toda população, com objetivo de regular a vida coletiva diante da política, saúde, sexualidade, natalidade etc). Dessa maneira, o conceito de biopoder é fundamental, pois antecede a ideia de psicopolítica de Han. Enquanto o biopoder age no gerenciamento da vida de maneira regulatória e estatística, a psicopolítica procura ir além ao operar sobre a mente, afetos e motivações.

Com isso, as reflexões de Foucault sobre os mecanismos de biopoder oferecem elementos importantes para compreender a transição analisada por Han. Enquanto Foucault analisa como o poder moderno articula práticas disciplinares e biopolíticas voltadas à gestão dos corpos e da vida, Han argumenta que, no contexto neoliberal, esse regime é aprofundado e suplementado por formas de psicopolítica que atuam diretamente sobre a mente e os afetos. Essa dinâmica torna-se particularmente visível nos discursos dos coaches motivacionais, nos quais o poder neoliberal deixa de se apoiar apenas na normatização biológica e passa a operar pela indução de afetos, expectativas e comportamentos que levam o indivíduo à autoexploração.

Além desses pensadores, Pierre Bourdieu apresenta elementos fundamentais para aprofundar tais análises, principalmente com o seu conceito de *violência simbólica*, compreendida como “uma forma de poder que se exerce sobre os agentes sociais com sua cumplicidade” (BOURDIEU, 1989, p. 7). Bourdieu contribui a essa pesquisa ao inserir uma análise sociológica mais densa com relação à dominação simbólica e como isso adentra na formação das subjetividades contemporâneas. Assim, os discursos dos coaches atuam nesse registro simbólico: apresentando-se como neutro, técnico e empoderado, mas, na verdade, disfarçam as desigualdades estruturais ao colocar toda a responsabilidade do fracasso no sujeito.

Além disso, o conceito de habitus concede a compreensão de que os indivíduos internalizam uma disposição coadunável com a lógica neoliberal (flexibilidade, autogestão, resiliência) de maneira não consciente, sem perceber que isso seja uma imposição. Com isso, os coaches contribuem para a reprodução de um habitus neoliberal que reconduz os parâmetros de ética e subjetividade atualmente. Em suma, o pensamento de Bourdieu contribuem para compreender como os coaches naturalizam a desigualdade ao oferecer seus discursos de maneira motivacional e técnica, escondendo que o sucesso ou fracasso individual está condicionada a estruturas sociais.

. Com isso, ao vincular essas referências, este trabalho propõe um estudo crítico sociológico das práticas discursivas em obras literárias dos coaches motivacionais como dispositivo de dominação subjetiva contemporânea. Significa a compreensão de como tais discursos seduzem, moldam e determinam um regime de subjetividades que se apoia sob a percepção de liberdade e positividade, produzindo novas formas de dependência e alienação.

3 METODOLOGIA

A presente pesquisa utiliza uma abordagem teórico-bibliográfica e qualitativa, principalmente centrada em análises críticas dos discursos presentes em obras literárias de coaches motivacionais brasileiros. Esse trabalho não tem o objetivo de realizar levantamentos empíricos, mas de realizar uma interpretação crítica das estruturas simbólicas, retóricas e ideológicas presentes nos discursos dos coaches na sociedade contemporânea, especialmente o conceito de psicopolítica elaborado por Byung-Chul Han.

Assim, foram escolhidas obras de ampla circulação, de relevância no mercado editorial de autoajuda e de elevado alcance nas redes digitais, revelando diferentes estilos discursivos inseridos nesse universo motivacional nacional, tais como o técnico, o religioso e o disciplinar, abrangendo diferentes estilos e estratégias retóricas. Além da justificativa da influência no seu papel na elaboração e disseminação de subjetividades engajadas à lógica neoliberal do desempenho. As obras que serviram de análise dessa pesquisa estão divididas nos seguintes capítulos : o capítulo 1 com a obra *O poder da ação* de Paulo Vieira, na qual se trata de um dos livros de autoajuda mais conhecido e vendido no Brasil, organizado com uma retórica de desbloqueio interno e de responsabilização do indivíduo; o capítulo 2 trata-se da obra *Antimedo* de Pablo Marçal, que se utiliza de uma linguagem mais religiosa e afetiva para promover a ideia

do sujeito se arriscar e se superar de forma radical, fortalecendo a concepção de empreendedorismo emocional; por fim, o último capítulo é do coach Jota Joel com sua obra *Padrões de alta performance*, na qual se apresenta utilizando uma lógica associada à excelência individual, com destaque maior para disciplina, metas e controle da mente. Assim, a análise contempla todo o conteúdo dessas obras, com maior destaque em trechos que demonstrem valores como autorresponsabilização, mérito individual e naturalização das desigualdades sociais, associando ao referencial teórico.

Com isso, o procedimento para a análise do conteúdo seguiu as três etapas recomendadas por Bardin (2016), articuladas ao aporte mais atual da análise crítica do discurso de Wodak (2004). A primeira etapa após a escolha das obras consiste na pré-análise, a leitura integral das obras, com fichamentos temáticos e registro de alguns trechos que demonstraram a estratégia retórica e valores morais, tais como a disciplina e meritocracia e representações do indivíduo como responsável pelo seu fracasso. A segunda etapa foi a exploração do material que se refere à elaboração de categorias de análises temáticas previamente definidas, partindo do referencial teórico, tais como: Byung-Chul Han com a psicopolítica e o sujeito do desempenho; Michel Foucault com os conceitos de biopolítica e poder disciplinar; e por fim Pierre Bourdieu com violência simbólica. A terceira etapa é relacionada ao tratamento dos resultados e interpretação, na qual será realizada uma interpretação crítica, relacionando os trechos selecionados com as categorias teóricas, de maneira a demonstrar como os discursos motivacionais existentes nas obras dos coaches reforçam a lógica neoliberal, alimentam a autoexploração, individualizam as responsabilidades e escondem as desigualdades estruturais.

Dessa forma, Bardin (2016) nos oferece uma análise de conteúdo que favorece uma sistematização rigorosa do material textual, proporcionando a identificação e interpretação dos elementos simbólicos e ideológicos implícitos. Além de uma abordagem metodológica de Wodak (2004) indicada para o estudo de fenômenos sociais, os quais se manifestam por meio da linguagem e produção discursiva, contribuindo para um exame crítico. Logo, a pesquisa trata-se de uma análise crítica de conteúdo com relevância sociopolítica, voltada a demonstrar como esses textos literários agem como dispositivos de poder no modo subjetivo de sujeitos contemporâneos.

4 Capítulo 1- Antimedo de Pablo Marçal

“A servidão mais perfeita é aquela que dispensa o senhor.”

— *Gilles Deleuze, 1990, p. 23.*

O livro *Antimedo*, de Pablo Marçal, publicado em 2020, insere-se no gênero de autoajuda motivacional, particularmente no campo do coaching, com a proposta de oferecer ao leitor um manual prático para superar o medo e alcançar a invencibilidade. A obra é estruturada em 20 capítulos e, a depender da versão, possui cerca de 90 páginas. Marçal costuma usar, no final de cada capítulo, um diagrama com questionamentos objetivos para os leitores responderem. Além disso, o autor costuma usar o negrito para destacar algo no meio de suas descrições.

Diante dos capítulos, Marçal estrutura o seu livro com relatos pessoais, narrando episódios e situações de sua infância e juventude, como algumas inseguranças, mas em momento nenhum revela algum método com bases científicas. Apenas se limita a descrever que aprendeu com uma pessoa que ele julga como inteligente e que possui a sua admiração, porém se nega a revelar quem é.

Hoje ele tem alguns milhões em patrimônio e grande parte da minha sabedoria financeira eu aprendi com ele. Nunca fomos grandes amigos. Uma única vez eu tive a chance de ensinar pessoalmente algo poderoso a ele, mas aprendi mais de mil coisas diferentes com ele nesses últimos 17 anos. Sei que está curioso para saber que homem é esse. Mas aqui vai uma dica, isso não é da sua conta! Controle o seu pensamento. É exatamente por isso que você não avança, não cresce, não realiza seus sonhos e não faz o que tem que ser feito, pois você gasta muita energia com o que não deveria. Continue focado no livro e não caia nesse gatilho. Apenas avance sabendo que a história é verdadeira e que produziu muito resultado em mim, e espero que produza em você. (MARÇAL 2021, p. 21)

Diante de um conjunto de recomendações que combinam disciplina mental, espiritualidade e ação ininterrupta, Marçal adota um tom prescritivo ao apresentar o medo como o principal responsável pelo fracasso. Nessa perspectiva, o medo deve ser eliminado e substituído por uma mentalidade positiva, alinhada à fé em Deus.

Assim, a obra de Marçal deve ser compreendida não como um simples best-seller de autoajuda, mas como uma obra que representa a racionalidade neoliberal que atravessa o campo do coaching no Brasil. Ao associar mercado, espiritualidade e positividade, oferece uma

sedutora promessa de emancipação individual, que reforça as formas contemporâneas de sujeição.

4.1 Antimedo sob a ótica de Byung-Chul Han

No início do livro, Marçal recorre a experiências pessoais — como a gagueira, a insegurança e o despreparo — para exemplificar aquilo que apresenta como processos de superação individual. O autor enfatiza a necessidade de aceitar desafios e converter o medo em energia, sugerindo que o enfrentamento das limitações pessoais é condição para o desbloqueio do potencial individual. A mensagem subjacente ao discurso aponta para a ideia de que o fracasso decorre, sobretudo, da incapacidade de gerir o medo e a própria mente.

Sob a ótica de Byung-Chul Han (2023), especialmente em *Sociedade do Cansaço*, tal lógica pode ser compreendida como expressão da racionalidade neoliberal, que produz sujeitos inclinados à auto-culpabilização diante do fracasso e das limitações. Nessa perspectiva, o insucesso deixa de ser interpretado a partir de determinações estruturais — como desigualdade social e precarização — e passa a ser compreendido como falha moral ou insuficiência subjetiva. Assim, o discurso inicial de Marçal tende a deslocar questões estruturais para o plano individual, sugerindo que o fracasso estaria ligado à falta de fé, ao descontrole emocional ou à ausência de uma mentalidade positiva.

Outro ponto que Marçal busca em seu livro é a separação entre mente e corpo. Citando Descartes, o coach coloca o pensamento acima do corpo, utilizando a ideia de atração: “quem você é hoje é fruto de quem você atraiu para si. Existe um poder nos seus pensamentos, mas por você não saber gerenciá-los, acaba por se submeter à ordem de outras pessoas, coisas e situações” (Marçal 2021, p. 11). O corpo é apenas visto como uma máquina que opera graças à mente. Com essas premissas, Marçal radicaliza ao estabelecer que a mente cria a realidade em que vivemos, enxergando que a negatividade é uma prisão mental que provoca fracassos, doenças e infelicidades. “Miséria mental é pior que a material” (Marçal, 2021, p. 15).

Diante dessa perspectiva, Han faz um alerta de que a sociedade do desempenho reduz o sujeito a um projeto de si, no qual o corpo, outrora fundamental na sociedade disciplinar de Foucault, agora perde a sua autonomia, com o sujeito evitando experiências voltadas ao repouso e ao prazer. O corpo, para Han (2023), passa a ser um recurso da mente a ser explorado.

No discurso de Marçal, elementos como medo, dúvida e pensamentos negativos são frequentemente apresentados como obstáculos centrais ao sucesso individual, funcionando

como bloqueios mentais que precisam ser superados. Embora não formule essa ideia em termos conceituais, seu discurso tende a associar o fracasso à permanência nesses estados subjetivos. Em contraste, Han argumenta que a modernidade neoliberal promove a exclusão da negatividade da vida social, deslocando-a da relação com o outro para o interior do próprio sujeito, que passa a se auto vigiar, se auto cobrar e se auto responsabilizar pelo fracasso. Logo, vivemos pela positividade compulsória, na qual não há espaço para o “não”, para uma pausa ou fracasso. “A sociedade de desempenho vai se desvinculando cada vez mais da negatividade justamente porque a desregulamentação crescente vai abolindo-a. O poder ilimitado é o verbo modal positivo da sociedade de desempenho.” (HAN 2023, p. 24).

Outra questão fundamental (e talvez a mais) na obra de Marçal é sobre o medo.

O medo é constituído por um estado emocional de agitação física, ocasionado pela presença, real ou pressentida, de um perigo concreto. Pode acometer o ser humano para uma fuga para dentro de si, ou para fora de si. (MARÇAL 2021, p. 23)

Ao definir o medo, Marçal o coloca como um bloqueio emocional que impede os sujeitos de realizar seus propósitos. Mesmo diferenciando daquilo que seriam “medos úteis”, voltados aos instintos de sobrevivência, do que seria “medo paralisante”, que são as fobias, essa última seria a que os indivíduos devem enfrentar. A ideia de Marçal é ressignificar o medo paralisante com pensamentos positivos para depois adotar ações práticas. O medo é visto como o principal inimigo e ele está alojado na mente.

Em *Psicopolítica: o neoliberalismo e as novas técnicas de poder*, Han (2023) analisa o medo como uma técnica central de governo dos sujeitos no neoliberalismo. Diferentemente das formas disciplinares descritas por Foucault, marcadas por dispositivos institucionais externos de vigilância e normalização, o paradigma do desempenho opera por meio da interiorização do controle, mobilizando a sedução, a autoexploração e a responsabilização individual. Assim, o medo não desaparece, mas é reconfigurado sob a forma de insegurança permanente, ansiedade difusa e pânico interiorizado, que passam a orientar a conduta dos sujeitos.

Além disso, Marçal associa a inércia como uma condição da mente humana, algo que freia a ação e mantém o indivíduo preso a padrões e comportamentos repetitivos. Realizando a seguinte diferença de inércia: inércia passiva, que ocorre quando o sujeito está conformado por questões emocionais; e a inércia ativa, na qual o indivíduo vive no automático sem um senso crítico. Logo, a inércia não é apenas física ou comportamental, mas mental. O coach, aqui, liga a inércia ao medo para creditar que o indivíduo está condicionado a ter medo de exposições e

mudanças. Com isso, Marçal acredita que a inércia é uma zona de conforto ilusória que gera sofrimento e estagnação, sem que o sujeito perceba.

O universo pode até te direcionar e te empurrar para a prosperidade, mas você resiste a isso, faz uma força contrária ao seu próprio crescimento. Ou seja, você é seu próprio inimigo. Você é quem trava seus resultados, você é quem impede seu crescimento e seu avanço. (MARÇAL 2021, p. 34)

Ao afirmar que “você é seu próprio inimigo”, Marçal explicita um dos núcleos centrais de seu discurso motivacional: a internalização do conflito e da responsabilidade pelo fracasso. Tal formulação desloca o antagonismo do campo social para o interior do sujeito, convertendo dificuldades econômicas, emocionais ou profissionais em problemas de gestão individual. À luz de Byung-Chul Han (2023), essa lógica corresponde ao funcionamento da psicopolítica neoliberal, na qual o sujeito deixa de se perceber como explorado por instâncias externas e passa a se autoexplorar, travando uma luta constante consigo mesmo. O poder, assim, não se exerce mais prioritariamente por coerção ou proibição, mas por meio da responsabilização subjetiva e da exigência permanente de desempenho.

Embora Han não utilize o termo “inércia”, ele discute de forma central a noção de liberdade na sociedade do desempenho. Para Han (2023), a liberdade não se apresenta como ausência de coerção, mas como um dispositivo fundamental do neoliberalismo. Diferentemente da sociedade disciplinar, na qual a coerção se exercia majoritariamente por instâncias externas, o paradigma do desempenho opera pela produção de sujeitos que se percebem livres, autônomos e responsáveis por si mesmos. É precisamente essa sensação de liberdade que possibilita a intensificação da coerção, agora internalizada, na medida em que o próprio indivíduo passa a se auto exigir, se auto explorar e se auto responsabilizar por meio de processos de subjetivação e sujeição.

O “eu” como projeto, que acreditava ter se libertado das coerções externas e das restrições impostas por outro, submete-se agora a coações internas, na forma de obrigações de desempenho e otimização. (Han 2023, p. 9)

Assim, Han enxerga um paradoxo: a própria liberdade provoca coerções. Associando isso à performance, pois o indivíduo, embora tenha a liberdade e constantemente esteja realizando algo, não se pensa criticamente sobre as suas escolhas, apenas repete padrões e acaba consumindo tais narrativas de coaches. Em resumo, aquilo que Marçal chama de inércia passiva

é, na verdade, para Han, um excesso de hiperatividade, pois o sujeito acredita que está vivendo, produzindo, mas se encontra refém da lógica de autoexploração. Embora Marçal acredite que a consciência é capaz de romper a inércia, pois ela é um tipo de medo, Han contrapõe ao explicar que, embora o sujeito perceba a sua inércia, continuará preso, pois na sociedade do cansaço, o neoliberalismo molda seus desejos e valores internos.

Nos capítulos finais de sua obra, Marçal aprofunda a questão da culpa do fracasso e se apoia em questões éticas e associa expectativas morais internas para argumentar.

O maior problema do mundo é você. Só que os problemas e as soluções são feitos da mesma matéria. Escolha viver correndo de você e conhecerá uma vida de fardos infinitos. (MARÇAL 2021, p. 34)

Ao afirmar que “o maior problema do mundo é você”, Marçal condensa de forma emblemática a racionalidade ideológica do hipercapitalismo contemporâneo. Tal enunciado desloca radicalmente os conflitos sociais, econômicos e políticos para o interior do indivíduo, convertendo problemas estruturais em falhas subjetivas. À luz de Byung-Chul Han (2023), essa lógica corresponde ao funcionamento da psicopolítica neoliberal, na qual o sujeito é interpelado como totalmente responsável por seu sucesso ou fracasso, sendo levado a se perceber simultaneamente como culpado e como único agente possível de superação. O resultado é a intensificação da autoexploração, pois toda dificuldade passa a exigir mais desempenho, mais adaptação e mais investimento em si, obscurecendo as determinações estruturais do hipercapitalismo, como a precarização do trabalho, a competitividade permanente e a erosão dos vínculos sociais.

Marçal enxerga que a culpa não é necessariamente destrutiva e até a coloca como um motor para sair da inércia, mas sentencia a culpa como uma falta moral, na qual os indivíduos precisam revisar os seus valores e as suas ações. A solução para isso seria o enfrentamento da culpa, pois isso leva a uma maior maturidade e consciência ética, pois o sujeito aprende a se responsabilizar e agir com mais coerência. Embora exista um tom otimista em acreditar que a culpa pode ser transformadora e não punitiva, não existe nada que leve o indivíduo a refletir que a culpa do seu fracasso possa ter outros vieses, como histórico, social, psicológico ou filosófico.

Nesse aspecto, Han contrapõe-se fortemente à ideia presente no discurso de Marçal, pois aquilo que é apresentado como oportunidade de crescimento é compreendido, por Han, como um mecanismo de auto-opressão. A culpabilização moral não é vista como neutra para

Han, pois carrega consigo uma pressão interna pelo desempenho e produtividade. O sujeito na sociedade do desempenho sabe que o enfrentamento da culpa não causa maturidade do sujeito, pois as normas de aperfeiçoamento são infinitas. Isto é, mesmo que um indivíduo realize tudo certo, internaliza a cobrança de forma melhor e mais eficiente. O resultado disso não é para um caminho ético, mas de esgotamento, culpa crônica, exaustão, etc.

Por fim, Marçal elabora uma ilusão ao contar que o sujeito enfrente seus medos, revise seus princípios morais para ganhar maturidade e consciência ética de autorresponsabilização. Han, na sociedade do desempenho, expõe que o indivíduo está condicionado a essas regras de autoexploração que foram aprimoradas no seu novo paradigma. Marçal propõe um luxo filosófico desprendido da realidade atual, enquanto Han expõe um ciclo interminável de autocobrança e autoexploração.

4.2 Antimedo sob a ótica de Michel Foucault

Como observamos na seção anterior, Marçal foca boa parte da sua obra em demonstrar os medos que os indivíduos normalmente possuem e se dispõe a “curar” suas “doenças” ou “limitações”. A ideia de Marçal (2021) é promover a cura para eliminar fracassos, superar limitações para o sujeito ser praticamente invencível.

Talvez a sua “doença” ou “limitação” seja outra, mas já pensou na possibilidade de ser curado, simplesmente porque enfrentou uma situação que antes causaria pavor e medo em você? (MARÇAL 2021, p. 9)

O início do livro de Pablo Marçal é um exemplo claro de internalização do biopoder, pois o indivíduo passa a vigiar e regular o próprio corpo e a própria mente, tratando cada medo, falha ou negatividade como uma patologia a ser corrigida. Embora Marçal separe o corpo e a mente, colocando uma autonomia maior na mente, ambos viram projetos de investimentos, algo que necessita constantemente estar em alta performance. O medo passa a ser um sinal de que o sujeito não está suficientemente disciplinado, muito menos alinhado com seu propósito (não está otimizado). Tal fato produz uma sujeição e não uma emancipação.

Na verdade, o medo distancia você daquilo que você nasceu para fazer e bloqueia uma onda poderosa de prosperidade em todos os seus caminhos. Chocante, não é. (MARÇAL 2021, p. 19)

Um dos conceitos trabalhados por Michel Foucault e frequentemente associado às discussões sobre biopoder é o cuidado de si. Na Antiguidade, essa prática estava vinculada a uma ética da liberdade, voltada à reflexão sobre os próprios limites, à constituição de si e à

relação consigo e com os outros. No discurso de Marçal, contudo, observa-se uma reconfiguração dessa noção em chave neoliberal, na qual o cuidado de si é reduzido a uma gestão individual das emoções e do desempenho. O medo, nesse contexto, é tratado como um obstáculo interno a ser eliminado, e não como uma experiência humana constitutiva. A vida passa, assim, a ser concebida como um campo permanente de combate contra qualquer sinal de fragilidade. Aquilo que Marçal denomina “cura” pode ser compreendido, à luz de Foucault e Han, como um processo que intensifica a produção de sujeitos dóceis, autogeridos e cada vez mais performativos, reforçando mecanismos biopolíticos articulados à psicopolítica neoliberal.

Essa concepção pode ser mais aprofundada no capítulo XXI do livro de Marçal, quando são apresentadas as crenças limitantes que geram medo, fracasso e, conseqüentemente, a pobreza. Marçal associa tudo isso a programações mentais herdadas da família, religião e da sociedade. São chamadas de crenças limitantes.

A maior parte dos medos que você carrega é fruto de ter acreditado em algo que você ouviu de uma pessoa a qual você respeita e não questionou devidamente a seu tempo. Isso foi instalado em você inconscientemente e tem limitado a sua prosperidade. Quando você decidirá realmente se libertar disso? (MARÇAL 2021, p. 19)

Marçal propõe uma reprogramação na vida com a intenção de substituir as crenças limitantes, que são temporárias, por crenças que produzem resultados diferentes, excluindo o medo do sujeito. “Qualquer crença negativa, torne-a temporária. Se a crença for positiva, torne-a permanente e definitiva” (MARÇAL, 2021, p. 50). A ideia de fazer essa substituição é eliminar a negatividade, colocando-a com algo concreto e definitivo para atingir o potencial e a alta performance. Logo, as crenças limitantes são doenças que devem ser curadas pelo próprio sujeito mediante o seu esforço e disciplina.

Na leitura de Foucault, o biopoder não apenas regula corpos, mas molda subjetividades, agindo nas formas de pensar, sentir e acreditar. Ao determinar as “crenças limitantes”, Marçal, por meio de uma linguagem de autoajuda, invoca discursos que produzem verdade sobre nós mesmos. Em outras palavras, o que é produtivo, saudável, bem-sucedido e fracassado é ditado em sua obra. Marçal realiza aquilo que Foucault chama de “dispositivo de saber-poder”. O grande problema nos discursos de Marçal é nunca tratar essas crenças diante dos efeitos sociais, psicológicos ou históricos, mas sempre como falhas individuais que o indivíduo não é apenas o responsável por corrigi-las, mas de mantê-las. Ou seja, o esforço é contínuo.

Além disso, Marçal descreve que é possível eliminar as crenças negativas e colocar as crenças positivas, propõe um modelo de autogestão da mente, como se o indivíduo fosse um programa, um software em constante atualização na vida. Essa forma é um perfeito exemplo de biopoder em Foucault, pois os sujeitos internalizam as normas e passam a se autogovernar. Logo, os coches motivacionais agem como tecnologia de governo não mais pela repressão externa, mas pela produção de sujeitos que desejam se corrigir e otimizar de maneira voluntária. O paradoxo aqui é que Marçal vende isso como uma libertação, enquanto Foucault enxerga isso como um movimento de captura, pois o sujeito não se emancipa, apenas está trocando de prisão ao assumir um invisível.

Em um dos seus últimos capítulos, Marçal permanece insistindo que o medo gera paralisia e é um erro de programação que deve ser corrigido. Porém, o coach acrescenta que o mundo externo é reflexo direto da mente. Marçal vai além ao descrever de forma mais contundente que o medo é uma falta de fé. As limitações individuais são ausências de uma conexão com Deus. O sujeito passaria a ser invencível ao disciplinar a mente como um ato espiritual.

Ao insistir que o medo gera paralisia e constitui um “erro de programação” que deve ser corrigido, Marçal aproxima seu discurso, de modo superficial, de elementos presentes no estoicismo clássico, sobretudo na ênfase sobre a centralidade da mente e dos juízos individuais. Para os estoicos, contudo, o enfrentamento do medo não se orienta pela eliminação da fragilidade ou pela promessa de sucesso, mas por uma prática ética voltada ao reconhecimento dos limites da ação humana e à distinção entre o que depende e o que não depende do sujeito. Em contraste, ao afirmar que o mundo externo é reflexo direto da mente, Marçal reconfigura essa tradição em chave neoliberal, convertendo o autocontrole em exigência de desempenho e responsabilização total.

Como falei antes, o medo reprime a maioria das pessoas. Mas quando sabemos quem somos, somos livres para ultrapassar todo o nosso potencial, mas para isso precisamos agir com confiança no criador e não no medo. (MARÇAL 2021, p. 80)

Na visão foucaultiana, o biopoder torna-se eficaz pelo fato de mobilizar diferentes discursos, entre eles o religioso, para governar as condutas. Marçal, ao propor um discurso de autoajuda radical com uma roupagem religiosa, cria uma forma mais penetrante de controle individual. O chamado “amor de Deus” não aparece como experiência espiritual, mas como dispositivo de legitimação da obediência e da autorregulação. Deus é convocado como testemunha e até garantia de desempenho do sujeito. Assim, embora Marçal anuncie libertação

por meio da fé, à luz de Foucault isso funciona como uma utilização estratégica do discurso religioso dentro da lógica do biopoder.

4.3 Antimedo sob a ótica de Pierre Bourdieu

Como visto nas análises anteriores, Pablo Marçal, em seu livro *Antimedo*, descreve constantemente crenças limitantes, medos herdados e programações da mente. Para o coach, tudo pode ser retirado e reprogramado se o indivíduo possuir fé, positividade e disciplina mental. O sujeito é livre para se reconstruir, independente do seu contexto social, histórico e econômico.

Acredite em vencer, acredite que você irá crescer, atingir seus resultados, suas metas, acredite na sua liberdade. Invista em você, e busque fazer algo agradável, algo bom, algo positivo e lucrativo para quem você é. Assuma o comando, pois a vida é sua e você só tem uma. Mas se você acredita em várias vidas, cuide de cada uma por vez.
Ok! (MARÇAL 2021, p. 17)

À luz da teoria de Pierre Bourdieu, aquilo que discursos como o de Marçal denominam “crenças limitantes” pode ser compreendido não como uma falha individual, mas como expressão do *habitus* socialmente constituído. Nesses casos, essas condições são estruturadas pelas condições sociais e estruturantes (ao moldar comportamentos), agindo de forma inconsciente e duradoura. Em resumo, Bourdieu acredita que o *habitus* é formado pela história social do sujeito, como família, classe social, religião, meio de comunicação, etc. Assim, o medo e a insegurança são efeitos de um processo longo de socialização nesses campos. Acreditar que basta pensar, “pensar positivo” ou alterar a mentalidade “deixando positiva” não irá adiantar, pois o *habitus* não é descartável e reprogramável como Marçal propõe. O *habitus* está profundamente enraizado nas práticas e nas estruturas sociais.

Além disso, no capítulo IX, intitulado “Alienação”, Marçal descreve como estar preso a sistemas externos, como mídia, religião institucionalizada, crenças herdadas e medo coletivo. Logo, a alienação¹ é estar fora do propósito de vida. Como se o sujeito estivesse vivendo uma vida que não é sua.

¹ A noção filosófica de alienação designa o processo pelo qual o indivíduo perde o domínio sobre si, sobre o sentido de sua ação ou sobre o mundo que produz, experienciando-se como estranho ou separado de sua própria atividade. O conceito possui raízes hegelianas, onde alienar-se significa externalizar algo de si no mundo objetivo; porém é com Marx que ele adquire significado crítico, descrevendo como, no capitalismo, o trabalhador é separado do produto de seu trabalho, dos meios de produção, de sua própria essência criativa e dos outros indivíduos. A alienação torna-se, assim, categoria central para

Como deixar de ser um alienado? Se conecte com pessoas que já conseguiram isso. Esse é o caminho mais rápido. Um NÃO alienado tem liberdade de pensamento. Mora na melhor casa da rua, anda no carro de seu desejo, não se importa com a opinião alheia e faz crescer tudo em sua volta. Você deseja viver esta vida? Ela está disponível para você, basta você não atrapalhar e fazer o que deve ser feito. (MARÇAL 2021, p. 43)

Marçal propõe uma liberdade da alienação, mudando a mentalidade. A princípio, seria mais fácil por meio de uma conexão com outro indivíduo que já conseguiu isso. Caso contrário, será necessário um esforço maior do sujeito para se desligar de narrativas externas e conseguir ter o controle diante dos seus próprios pensamentos. Nesse contexto, Marçal esclarece ser necessário ter fé, com relacionamento mais íntimo e pessoal com Deus.

Em contrapartida, Bourdieu argumenta que a alienação não é simplesmente estar preso nas narrativas externas, mas um efeito de um habitus socialmente produzido. A alienação, nesse sentido, não é eliminada com uma simples força de vontade abstrata, mas com transformações reais das condições objetivas, como econômicas, culturais e simbólicas.

Assim, Marçal, em tom de autoajuda, reduz a alienação como uma escolha individual, descrevendo que basta o sujeito pensar errado que está alienado e mudar a mentalidade com fé, que se liberta. Diante da ótica de Bourdieu, a visão de Marçal é ingênua e ideológica, pois ignora o habitus alienado, que é justamente produto de relações de poder e desigualdade. Marçal provoca uma violência simbólica ao afirmar que a alienação é culpa da mente fraca, pois está ocultando estruturas sociais e faz com que os indivíduos se culpem. Logo, Marçal não liberta da alienação, ao contrário, reforça-a pelo fato de manter intactas as questões sociais que produzem desigualdade, responsabilizando completamente o indivíduo.

Com isso, a obra de Marçal deixa claro que os discursos dos coaches naturalizam as estruturas sociais ao utilizá-las como crenças internas. Enquanto Marçal promete superar o medo para ativar o modo invencível, Bourdieu demonstra que não existe liberdade plena fora do Habitus, pois nossos pensamentos e ações são moldados por condições sociais que um coach jamais irá resolver, apenas ocultar.

5 CAPÍTULO 2- O PODER DA AÇÃO de Paulo Vieira

“A liberdade se converteu em instrumento de dominação.”

— *Herbert Marcuse, 1964, p. 12.*

O livro *O poder da ação*, de Paulo Vieira, foi publicado em 2015 e tornou-se um fenômeno de vendas no universo coach no Brasil. Logo na capa e contracapa do livro, Vieira diz ser PhD e, na seção da apresentação, resolve discorrer sobre o seu currículo. Descreve que possui doutorado em coaching na Florida Christian University (FCU) e que defendeu sua tese de Doctor of Philosophy in Coaching (PhD) nessa mesma universidade. Com isso, o coach alega que a sua obra tem bases científicas resultantes do seu doutorado. Além disso, procura fortalecer a apresentação informando que realiza treinamento com outros coaches e é autor da Metodologia de Coaching Integral Sistêmico (CSI).

Prometendo a conquista dos sonhos dos leitores em apenas 6 meses, o livro de Vieira é estruturado em sete capítulos que prometem ferramentas motivacionais para potencializar todos os segmentos de vida. Em sua longa introdução, Paulo Vieira coloca alguns relatos de pessoas que seguiram o método CSI. Aparentemente, com narrativas semelhantes de pessoas que estavam com grandes problemas de origem familiar, profissional e financeiro, que a princípio não acreditavam no método CSI, mas que ao acreditar e “enfrentar” a sua realidade, começaram a obter grandes resultados. Logo, Vieira se utiliza desses relatos para dizer que o livro serve como um manual com testes e exercícios com bases científicas.

Finalmente, peço que você o encare não apenas como uma leitura racional e explicativa, e sim como um manual prático para alta performance e grandes conquistas. Aqui, além de um conteúdo profundo, moderno e embasado cientificamente, você encontrará muitos exercícios, questionários e testes. E para que você tenha os melhores e maiores resultados, peço que sublinhe e marque tudo o que achar necessário, mas, sobretudo, que você faça e responda dedicadamente cada um dos exercícios propostos. (VIEIRA 2015, P. 21)

Assim, Paulo Vieira se apoia em uma linguagem híbrida, por vezes mesclando referências religiosas com trechos retirados da Bíblia, expressões de autoajuda, metáforas cotidianas, relatos pessoais e termos empresariais. O discurso do livro é o leitor acordar e assumir o total controle de sua vida. Logo, o conceito central da obra é o da autorresponsabilidade, entendida como o fato de que o indivíduo é o único responsável por absolutamente tudo o que lhe acontece.

Com isso, mais do que propor uma simples mudança de hábito, Vieira institui uma teologia performática² ao colocar o sucesso como uma prova da fé individual. A ampla repercussão de sua obra revela a eficácia da sua linguagem, mas também um sintoma atual compreendido na lógica neoliberal: um sujeito exausto, mas que busca uma otimização em todos os aspectos de sua vida e chama isso de liberdade.

Assim, a articulação entre fé, sucesso e desempenho presente no discurso de Marçal dialoga com a tradição da teologia da prosperidade, cuja formulação inicial é geralmente atribuída a E. W. Kenyon³, no início do século XX, ao associar fé, confissão positiva e prosperidade material como sinais de bênção divina.

5.1 O poder da ação sob a ótica de Byung-Chul Han

A obra de Paulo Vieira reflete bem o produto típico das características encontradas na “sociedade do desempenho”. Funcionando como um verdadeiro dispositivo psicopolítico, com intenção de moldar as subjetividades a uma lógica neoliberal de produtividade, positividade e autoresponsabilização. Dito isso, Vieira (2015), em seu primeiro capítulo, intitulado “Acorde”, demonstra o seu núcleo ideológico: a ideia de despertar para a ação, excluir a passividade e assumir o comando da sua própria vida. O acordar de Vieira é aquele que foca, assume suas responsabilidades e é capaz de transformar o mundo por meio de sua própria vontade.

Embora Vieira (2015) admita que a maioria dos indivíduos, em especial os brasileiros, está “adormecida” e acaba aceitando que os vários aspectos de sua vida sejam normais (saúde, família, vida profissional), é provável que não esteja enxergando que estão desperdiçando o seu tempo sem perceber o seu verdadeiro potencial. Para isso, o coach culpabiliza as mídias mais tradicionais, como TV, com seus filmes, séries e telenovelas, notícias que ajudam a naturalizar o crime, a violência e a morte. Enquanto o ser humano consome isso, começa a naturalizar o que está assistindo e a ter medo e receio da violência, crime, etc. A proposta seria abandonar tais meios e focar em algo mais positivo, que forneça meios para o sujeito despertar.

² A teologia performática designa correntes teológicas que compreendem a experiência religiosa como algo produzido por práticas e performances, como gestos, discursos, rituais e encenações, nas quais o corpo e a ação são constitutivos da fé. Essa abordagem entende a teologia não apenas como doutrina, mas como um fazer que cria sentidos, mobiliza afetos e configura a identidade do grupo religioso.

³ E. W. Kenyon é frequentemente apontado como um dos formuladores iniciais da teologia da prosperidade, especialmente por sua ênfase na confissão positiva e na relação entre fé e prosperidade material.

Assim, esse distanciamento em que Paulo Viera tanto bate na tecla no começo do seu livro, trata-se de uma vida abundante (em todas as esferas) que os indivíduos têm direito de obter, mas que não conseguem por estarem adormecidos. Logo, passam a não ter atitudes de mudança.

A abordagem é muito simples; cada um tem a vida que merece. Mude sua atitude e você mudará sua vida e seus resultados. Acredite, tenho visto milhares de pessoas mudarem suas atitudes diante da vida. Pessoas que decidiram pagar o preço das mudanças. Pessoas que decidiram acreditar que podiam ser, fazer e ter mais da vida. (VIERA 2015, p. 24).

No pensamento de Han, percebemos que Vieira, ao propor esse “acordar”, nos fornece elementos claros da psicopolítica, pois converte a subjetividade em uma força produtiva. O acordar não é libertador, mas uma forma mais sofisticada de sujeição. Han, ao esclarecer que na sociedade do desempenho a vigilância não é apenas imposta de fora, mas agora interiorizada. O sujeito é chefe e empregado dele mesmo. “O disciplinamento corporal dá lugar à otimização mental.” (Han, 2023, p. 40).

Assim, o “acordar” de Vieira está longe de ser um despertar para perceber os desafios sociais, as estruturas históricas e as demais questões psicológicas do sujeito. Mas um despertar para uma vida produtiva na qual o indivíduo está dormindo e precisa assumir a responsabilidade de sua vida em todos os aspectos. Não podendo aceitar o normal, mas o abundante. “Qualquer coisa diferente de abundância é disfunção” (Vieira 2015, p. 25). Com isso, ao admitir a proposição citada acima por Vieira, Han enxerga o “terror do positivo”, que elimina aquilo que é negativo (dor, frustrações, fracassos) para uma eficiência plena. Aquilo negativo para Vieira é disfuncional.

Sobre a vida em abundância de Vieira, ele recorre constantemente à Bíblia para tentar justificar esse imperativo: “Eu vim para terem vida, e vida em abundância” (Jó 10:10). Porém, essa menção é instrumentalizada como uma teologia da prosperidade⁴ convertida em psicologia motivacional. Ao misturar religião, produtividade e performance, Paulo Viera elabora uma

⁴ A Teologia da Prosperidade é uma doutrina difundida em vertentes neopentecostais que relaciona a fé a recompensas materiais, defendendo que práticas como a confissão positiva e a contribuição financeira à igreja produzem prosperidade econômica, saúde e sucesso. Essa visão aproxima religião de uma lógica meritocrática, frequentemente criticada por atribuir fracasso à insuficiência de fé do indivíduo.

motivação tóxica apoiada pela fé gerencial. Apoiando-se em metas e motivação naquilo que poderia ser uma transcendência.

Nesse aspecto, Han enxerga uma colonização espiritual pelo capitalismo emocional. A fé é usada como motor de produtividade. “A vida em abundância” perde o sentido ético e moral e se transforma em um fetiche neoliberal, que prega a ideia de salvação mensurada diante do desempenho.

Em vez do pecado, procura-se por pensamento negativos. O eu luta uma vez mais contra si mesmo como se lutasse contra um inimigo. Os pregadores evangélicos de hoje atuam como gerentes e treinadores motivacionais, que pregam o novo evangelho do desempenho e da otimização infinita. (HAN 2023, p. 49).

Após a ideia de “acordar”, Vieira (2015) propõe o “agir”. Na lógica, o leitor desperta e o segundo passo é agir. Com um discurso moral sobre produtividade, o autor esclarece que o agir é uma virtude espiritual e o descansar é um vício que leva o sujeito à ruína. O coach converte a ideia de agir em um imperativo ontológico: existir é agir. Isso se torna mais evidente em Vieira (2015, p. 44), quando aponta: “Tem poder quem age, e mais poder ainda quem age certo”. O valor do indivíduo é medido pela intensidade de suas ações. Aqui, Vieira (2015) propõe a saída da zona de conforto para uma ação direcionada a metas, objetivos e desejos. Paulo Vieira também esclarece que não importa o quanto são absurdas suas metas e objetivos, o que separa o sujeito delas são as intensidades de suas ações.

Na ótica de Byung-Chul Han, compreendemos que esse deslocamento do “ser” para o “fazer” é uma forte característica de vida do sujeito neoliberal. O indivíduo deixa de ser definido pela sua interioridade, mas por sua capacidade de produzir e performar. A existência simplesmente se reduz ao projeto de desempenho.

Na obra *Sociedade do cansaço*, Han procura utilizar o conceito de animal laborans de Hannah Arendt para reinterpretar dentro da sua lógica do desempenho. Arendt (2009) distingue três modos fundamentais da vida ativa, e um deles é o *Labor*, que é uma atividade ligada à manutenção da vida (comer, produzir bens de consumo, repetir ciclos biológicos, etc.). Seria o trabalho necessário para a sobrevivência, mas sem finalidade duradoura. O grande problema visto por Arendt é que o sujeito deixou a sua ação, a busca por um espaço político que se realiza em esferas públicas, na qual permite uma expressão da liberdade e de pluralidade, para se reduzir à produção e ao consumo do *Labor*.

Han concorda com Arendt e acrescenta que o animal do Labor evoluiu para um estágio muito mais perverso na sociedade do desempenho. Pois, ao ser captado pelo neoliberalismo, isso se aprofunda de forma silenciosa e voluntária.

O animal laborans pós-moderno não abandona sua individualidade ou seu ego para entregar-se pelo trabalho a um processo de vida anônima da espécie. A sociedade laboral individualizou-se numa sociedade do desempenho e numa sociedade ativa. O *animal laborans* pós moderno é provido do ego ao ponto de quase dilacerar-se. Ele pode ser tudo menos passivo. (HAN 2023, p. 43).

Dito isso, ao propor um agir, Vieira estabelece uma busca descontrolada para a produtividade em todos os campos da vida, mas sem uma reflexão sobre o que está sendo feito. O objetivo é se superar constantemente, com efeito da ideia do “poder” e não do “dever” inserido na sociedade disciplinar. A associação entre Arendt e Han para entender o discurso de Paulo Viera se adequa ao converter a categoria do poder em esfera política para uma energia motivacional para agir individualmente. A luta é pela autossuperação e performance.

O terceiro e último ponto na obra de Paulo Vieira é a autoresponsabilização. Vieira (2015) propõe fixar diversos princípios morais para sustentar a sua ideologia de que o indivíduo é o único responsável por tudo que lhe acontece.

Você é o único responsável pela vida que tem levado. Você está onde se colocou. A vida que você tem levado é absolutamente mérito seu, seja pelas suas ações conscientes ou inconscientes, pela qualidade de seus pensamentos, seus comportamentos e suas palavras. Por mais doloroso que seja, foi você que levou a sua vida ao ponto em que está hoje. Sendo assim, só você poderá mudar essa circunstância. (VIEIRA 2015, p. 64)

Paulo Vieira procura repetir diversas vezes ao longo do livro sobre a responsabilização do sujeito pela sua vida. Uma fórmula que parece ser empoderadora, mas que simplesmente transfere toda a culpa ao indivíduo sem que possamos refletir ou questionar sobre as demais interferências de origem histórica ou social. Disso, Vieira estabelece que toda falha é pessoal: pobreza, infelicidade, ansiedade, solidão e fracasso. Na realidade, todas essas falhas são provocadas pela falta de ação ou foco. Vieira (2015) coloca uma despolitização do sofrimento ao colocar o indivíduo como único culpado pelas suas fraquezas. Assim, as desigualdades sociais, desemprego e esgotamentos mentais são transformados em falhas morais, e não um efeito da lógica produtiva.

Outro ponto ainda sobre a autoresponsabilização são os discursos de Paulo Vieira carregados de uma espiritualidade meritocrática. A ideia é usar a fé e transformá-la em energia produtiva. A crença de que o agir com Deus é necessário e a culpa de tudo estar dando errado seria, logicamente, uma falta dele e de fé individual. O indivíduo agora ora para se otimizar.

Assim, nos discursos de Paulo Vieira, a noção de autoresponsabilização é atravessada por uma espiritualidade de caráter instrumental, na qual a fé é convertida em energia produtiva. Trata-se de uma ressignificação da experiência religiosa que deixa de operar como horizonte ético ou comunitário e passa a funcionar como técnica de desempenho individual. Essa lógica se aproxima da chamada Teologia da Prosperidade, na medida em que associa sucesso material e realização pessoal a um suposto alinhamento espiritual, enquanto o fracasso é interpretado como deficiência subjetiva, emocional ou de fé.

Com relação a esse ponto da autoresponsabilidade, Han enxerga essa fórmula com aparência de empoderamento para, na verdade, transferir a culpa total ao sujeito. Para Han (2023), o neoliberalismo substituiu a relação entre “patrão” por uma estrutura de poder difusa e interna. Pois não é preciso alguém que ordene, o próprio indivíduo se cobra e se explora. A ideia de Vieira (2015) de se responsabilizar por tudo exalta esse papel, internalizando o poder, transformando o controle social em um autocontrole moral e emocional. Logo, Vieira não pratica algo emancipador, mas uma nova fórmula evidente na sociedade do desempenho, a qual é a servidão voluntária.

Ainda sobre a individualização da culpa, Han compreende que é o principal motor da psicopolítica. Ao crer que tudo depende de si, o sujeito se torna incapaz de refletir e criticar as estruturas de poder. Todas as falhas são vistas como um fracasso moral.

A técnica de poder do regime neoliberal assume uma forma sutil. Não se apodera do indivíduo de forma direta. Em vez disso, garante que o indivíduo, por si só, aja sobre si mesmo de forma que reproduza o contexto de dominação dentro de si. (HAN 2023, p. 44)

Com isso, Vieira (2015) fortalece o paradoxo da liberdade em Han (2023). Com o uso de uma linguagem do empreendedorismo existencial, a liberdade proposta na ideia de responsabilizar-se não contempla uma transcendência, mas um autogerenciamento psicológico. O indivíduo não é mais livre para ser, mas para produzir, render. Não existe espaço para o descanso, o fracasso ou a vulnerabilidade. A liberdade é conduzida a um projeto de eficiência emocional. O sujeito é livre apenas para se otimizar.

O eu como projeto, que acreditava ter se libertado das coerções externas e das restrições importas por outros, submete-se agora a coações internas, na forma de obrigações de desempenho e otimização. (HAN 2023, p. 9)

Aliado a isso, Vieira (2015) mobiliza uma espiritualidade meritocrática que pode ser compreendida como uma forma de psicopolítica religiosa, na qual a fé é instrumentalizada como técnica de otimização do desempenho individual. Inspirada nos pressupostos da Teologia da Prosperidade, essa racionalidade associa sucesso, saúde emocional e prosperidade material ao grau de alinhamento subjetivo do indivíduo com determinadas práticas espirituais, como a fé positiva, o controle das emoções e a disciplina mental.

Assim, os discursos de Paulo Vieira na ótica de Han mostram-se uma forma mais refinada de controle de subjetividade, pois é mais técnico. Ao declarar um passo a passo (acordar, agir e se responsabilizar), o sujeito se transforma de uma suposta liberdade e, com um suposto discurso empoderador, passa a performar, se otimizando o tempo todo. Além de não enxergar as estruturas sociais dadas às suas condições, internaliza o seu fracasso como uma falha moral. Aliado a isso tudo, Vieira adentra ainda mais ao colocar em jogo a motivação alinhada à fé. Não é à toa que sua obra é recheada de passagens bíblicas, nas quais o coach se apropria na intenção de subverter determinada mensagem de fé e resiliência. A ideia é se aproximar do sujeito utilizando a sua fé, o seu fracasso também é uma condição da falta de fé. O sujeito negativo não está com Deus. Logo, toda essa estrutura é fortalecida na sociedade do desempenho de Han por meio da psicopolítica.

5.2 O poder da ação sob a ótica de Foucault

Como falado anteriormente, o início da obra de Paulo Vieira, intitulado “Acorde”, inicia o seu projeto discursivo de convocar uma consciência e autodomínio para a produtividade. Com esse pensamento, Vieira (2015, p. 24) estabelece um sujeito gestor de si: “O que importa agora é que você pode despertar o gigante adormecido dentro de você”. Contudo, essa retórica, sob a ótica de Foucault (1987), é uma forma de biopoder, pois induz sobre a vida diante das condutas e não mais por uma proibição. Em outras palavras, Vieira não ameaça, mas seduz. O indivíduo, ao acordar, internaliza a norma e passa a se governar. O primeiro capítulo do manual de Vieira é compreendido como uma iniciação à autogestão. O ponto do “Acorde” em Paulo Vieira representa um biopoder neoliberal, pois o sujeito deixa de viver para existir em função dos seus

resultados. Com o acordar sendo um começar a produzir. Assim como o descanso e a fé, são usados como mais um instrumento de eficiência.

Embora Foucault tenha descrito a sua sociedade disciplinar como instituições que controlam o corpo por meio de vigilância diante de normas e punições, Vieira (2015) está mais localizado na passagem para a sociedade do desempenho de Han. Principalmente ao internalizar o controle. Em vez do castigo externo e coercitivo, típico da sociedade disciplinar, instala-se um castigo internalizado, que assume a forma de autoacusação permanente. Porém, o “acorde” é uma disciplina, agora transformada em emocional, que age por meio do entusiasmo e da culpa pelo fracasso. Logo, se para Foucault (1999, p. 130): “Pode-se dizer que o velho direito de causar a morte ou deixar viver foi substituído por um poder de causar a vida, ou devolver à morte.” O poder foucaultiano é caracterizado por aquele que faz viver e deixar morrer, em Vieira (2015) é aquele que faz agir e impede o descansar.

No segundo momento de sua obra, Viera (2015, p. 44) convoca o indivíduo a agir como um dever ético e espiritual: “Tem poder quem age, e mais poder ainda quem age certo”. O sujeito que fracassa é aquele que não age e continua dormindo. Nesse aspecto, Foucault (1987) nos coloca elementos das sociedades disciplinares que moldam os sujeitos por meio de normas, vigilâncias e punições, mas que na configuração neoliberal, esse poder não desaparece, apenas ganha contornos mais internos. A ordem não é de fora, mas interiorizada e voluntária. Com isso, o sujeito proposto por Vieira se configura como um novo corpo dócil e domesticado: não porque é forçado, mas pelo fato de se disciplinar espontaneamente, acreditando que agir por escolha, desabilitando as estruturas sociais.

Ainda sobre o “agir”, Foucault (1999) compreende a disciplina como uma das tecnologias centrais do biopoder moderno. Ao mobilizar mecanismos disciplinares, responsáveis pela organização do espaço, do tempo e dos corpos, Vieira (2015) propõe um ordenamento temporal rígido, que elimina o ócio, a espera, o repouso e o silêncio. Tudo isso seria um desperdício, pois o sujeito não está agindo como empreendedor de si, logo, não está sendo produtivo. Ao convocar a ação com um caráter existencial, Paulo Viera elimina o espaço de contemplação. Com isso, podemos identificar com Foucault uma das graves consequências da racionalidade atual: a substituição do pensamento pela operacionalidade e performance. Assim, o agir de Vieira assume uma neutralidade crítica, pois suprime a possibilidade crítica. O indivíduo aceita e submete-se a buscar a ação e uma submissão às normas, por entender que a culpa do fracasso é por estar adormecido produtivamente.

Outro ponto descrito por Foucault (2008) é perceber que o neoliberalismo não é apenas um sistema econômico, mas uma forma de governo que controla a alma e as condutas. Com a intenção de substituir o Estado disciplinador por um sujeito da autodisciplina. Isso é visto em Vieira (2015), com sua ideia de responsabilizar-se. Sobre essa questão, Paulo Vieira, ao propor que o indivíduo analise seus fracassos para identificar dentro de si o motivo de sua dor, escancara uma colonização da consciência. Não se trata, em Foucault, de domesticar diretamente o psicológico, mas de produzir subjetividades por meio da disciplina dos corpos e dos comportamentos. Assim, ao regular gestos, tempos e condutas, o poder disciplinar induz processos de autovigilância e autocorreção, sem a necessidade de um controle direto sobre emoções e pensamentos (FOUCAULT, 1987). Logo, a dúvida, medo, preguiça são um grave sinal de irresponsabilidade emocional, causadoras do seu fracasso. Esse processo de interiorização do poder é interessante para o governo, pois não é mais necessário vigiar constantemente, o sujeito faz isso por conta própria na crença de uma purificação e busca pelo sucesso pessoal. Assim, autoconhecimento vira uma punição.

Ainda sobre essa questão, diante da ótica de Foucault, a ideia de se responsabilizar seria uma maneira mais sofisticada do biopoder moral, pois agora a própria consciência é quem condena. O discurso de Paulo Vieira vende uma obediência como autonomia e servidão como um empoderamento. Mas o sujeito é o gestor de si, sendo responsável o tempo todo por corrigir as suas emoções.

Com isso, o alerta que Foucault nos leva com a ideia de autoresponsabilização é de destruição do coletivo. O modelo neoliberal age dissolvendo vínculos sociais, transformando indivíduos em empresas de si. Vieira (2015, p. 83) fortalece essa lógica ao negar a existência de qualquer problema social causador do sofrimento: “Certamente, a característica mais forte e perigosa de reclamação é a fuga da autorresponsabilidade, é se eximir dos acontecimentos.” Essa forma absoluta de ter responsabilidade sobre si exclui o papel das estruturas, das instituições, do Estado, da Economia, etc.

Para além dessa questão, Paulo Viera nos oferece em sua obra um capítulo exclusivo ensinando a ter foco. Para Vieira (2015), o foco é o segredo da realização pessoal. Seria basicamente direcionar toda a energia psíquica para um único propósito com a intenção de eliminar distrações, dúvidas e pensamentos negativos.

Todos nós temos 24 horas no dia, 7 dias na semana, o mesmo número de dias no mês e, democraticamente, temos os mesmos 12 meses no ano. Então por que pessoas com o mesmo nível intelectual, cognitivo e potencial produzem resultados tão diferentes

na vida? A resposta é: as pessoas verdadeiramente realizadoras não se distraem. (VIEIRA 2015, p.104)

De uma maneira muito habitual, Paulo Vieira usa o argumento de que todos temos a mesma quantidade de dias e horas na semana, mas desconsidera as estruturas por trás disso. Diante do pensamento foucaultiano, essa lógica de Vieira se encaixa na formação de um novo tipo de corpos dóceis. Pois, ao condenar qualquer distração, algo que é condenado no neoliberalismo, o sujeito é domesticado, obediente e eficiente.

Além disso, o biopoder de Foucault (1999) descreve um panóptico físico como uma estrutura arquitetônica capaz de vigiar todos os corpos a partir de um ponto central. Na lógica de Vieira (2015), o panoptismo tornou-se mental, pois se interiorizou na mente do sujeito. O foco é o olhar do eu sobre si. O autocontrole de Paulo Vieira funciona como um dispositivo que controla o pensamento que provoca distrações para manter a mente sempre produtiva. Se o biopoder tradicional tem o objetivo de viver, o biopoder motivacional procura concentrar-se para render.

Com isso, a obra de Paulo Vieira, ao ser lida, diante do pensamento foucaultiano, se assemelha a um manual de subjetivação neoliberal. A linguagem motivacional, com aparência libertadora, forma um discurso normativo que modela condutas, constrói crenças e regula as emoções sob uma promessa de produtividade e sucesso. A primeira luz, o que seria algo empoderador e motivacional, na verdade funciona como um retrato da sociedade neoliberal que utiliza o Biopoder de uma forma mais refinada ao agir sobre a mente.

.

5.3 O poder da ação sob a ótica de Bourdieu

A perspectiva sociológica de Bourdieu permite uma melhor compreensão da posição social de Paulo Vieira. Ao se apresentar como um “mestre e formador de coaches”, “criador de método” e autor com milhões de exemplares vendidos, representa o capital simbólico, ou seja, um prestígio reconhecido socialmente e convertido em poder discursivo. O lugar de autoridade em que Vieira fala é legitimado pela própria lógica neoliberal que ele reproduz. Além de se colocar como um “vencedor que acordou”, o que reforça ainda mais sua capacidade de persuasão. Porém, com Bourdieu (1989), podemos reforçar que a autoridade simbólica de Paulo Vieira se torna eficaz porque é invisível, pois parece ser natural, fruto de relações de poder. O coach motivacional, de maneira geral, se apresenta como uma figura sábia e benevolente, mas na verdade, é um porta-voz das estruturas dominantes mascaradas de sabedoria pessoal.

Diante disso, o início do livro de Paulo Vieira, com a ideia de “Acordar”, revela uma convocação moral na qual o indivíduo deve abandonar a passividade e tomar controle do seu próprio destino. Com um tom de urgência e utilizando uma abordagem psicológica e espiritual, Vieira (2015) propõe um renascimento pessoal que depende unicamente do sujeito. Assim, diante da ótica de Bourdieu, a proposta do indivíduo acordar parte da falsa suposição de que todos podem acordar da mesma maneira, como se o estado de consciência e da ação dependesse apenas da decisão individual. Ignorando o modo de “ver o mundo” e de “agir sobre ele”, é um produto de processos sociais de interiorização e assim, não se muda o *habitus* pela simples força de vontade.

Para Bourdieu (1989), toda a ação humana é mediada por um conjunto de disposições incorporadas ao longo da vida, o qual é o *habitus*.

Os condicionamentos associados a uma classe particular de condições de existência produzem *habitus*, sistemas de *disposições* duráveis e transponíveis, estruturas estruturadas predispostas a funcionar como estruturas estruturantes, isto é, enquanto princípios geradores e organizadores de práticas e de representações que podem ser objetivamente adaptadas ao seu objetivo sem supor a intenção consciente de fins e o domínio expresso das operações necessárias pra atingi-los (BOURDIEU 2009, p. 87)

Nessa perspectiva, Vieira (2015) invoca o *habitus* neoliberal: um conjunto de disposições emocionais e cognitivas que regula o indivíduo ao mercado. A positividade incondicional, a autoconfiança e o desprezo pela vulnerabilidade são características dessa nova fase do *habitus* que molda o comportamento social contemporâneo. Logo, o sujeito acordado é o que aceita competir, expor-se e se adaptar, com a crença de que está evoluindo. Em suma, o acordar de Paulo Vieira é um rito de iniciação no campo simbólico da produtividade.

Sobre essa questão, Bourdieu (2009) explica que a sociedade é composta por campos, que são espaços sociais relativamente autônomos (econômico, educacional, artísticos, etc.), cada um possui suas regras e hierarquias. Assim, ao convidar o indivíduo a acordar, Vieira (2015) realiza um chamado para uma adaptação ao campo dominante da racionalidade neoliberal. Nesse prisma, o despertar não deve ser encarado como uma libertação, mas um ajuste refinado à lógica do capital simbólico vigente. Paulo Vieira não realiza questionamento do campo, apenas reforça. Seu processo apenas serve para internalizar as normas e valores neoliberais, como produtividade, sucesso e controle emocional, como se fossem virtudes universais, mas na realidade são expressões do *habitus* da classe dominante.

Segundo grande ponto de Vieira (2015, p. 43) é a questão do agir. Guiado pela crença de que basta agir para transformar a vida, o coach desconsidera o acesso desigual dos sujeitos aos recursos, oportunidades e contextos. “Zona de conforto é a combinação de várias mentiras paralisantes com prazo de validade vencido”. Bourdieu (2009) oferece elementos para desacreditar nessa perspectiva, pois a ação não é um gesto livre, mas um produto das condições objetivas da existência. Assim, o que Paulo Viera reconhece como falta de atitude geralmente trata-se da expressão de desigualdades estruturais que limitam o campo de possibilidades de determinados sujeitos. O agir, para Bourdieu, deixa de ser um ato voluntário, pois é condicionado pela estrutura do campo e pela posição do sujeito dentro dele.

Ainda sobre a questão do agir, Vieira (2015) afirma a ação como elemento transformador da realidade. Contudo, ao convertê-la em critério de valor moral do sujeito, associado à produtividade constante e à superação individual, seu discurso reforça uma forma simbólica de dominação neoliberal, na qual a inação, o limite e a espera passam a ser interpretados como falhas pessoais. Ser virtuoso para Paulo Vieira é aquele que age, o fracassado ou vitimista não age. Bourdieu (2009) colocaria essa medida de Vieira como uma conversão do habitus, pois é um processo em que o indivíduo se ajusta nas suas disposições internas, com seu modo de pensar, agir e sentir, para seguir a lógica dominante do neoliberalismo. Assim, as premissas do agir oferecidas por Paulo Vieira causam uma violência simbólica para Bourdieu: o sujeito enxerga como natural aquilo que o subordina.

Outro ponto-chave da obra de Paulo Vieira é a ideia de autorresponsabilizar-se. Dentro da lógica de Vieira de naturalizar a desigualdade, existe a ideia de privatizar o sofrimento. O que antes era um problema social, fruto de políticas, classes, etc., se converteu a uma questão puramente moral. Na ótica de Bourdieu (2009), a autorresponsabilização é um instrumento de culpabilização simbólica. O indivíduo internaliza a lógica do sistema e se torna cúmplice da sua própria dominação, na crença de que “pode tudo”, mas, na verdade, está apenas se adequando às regras do campo social dominante.

Disso, Bourdieu (1989) percebe que, ao converter a dominação estrutural em falha individual, Vieira (2015) ajuda a neutralizar o conflito de classes ao transformar uma luta coletiva por algo mais individual. A moral da autorresponsabilidade coloca o sujeito dominado a acreditar que é único responsável pela sua exclusão, o que desmobiliza a crítica social e, consequentemente, a sua contestação. O indivíduo passa a enxergar o próprio fracasso, a precarização, a pobreza, um desvio de caráter. Com isso, a ideia de responsabilizar-se é uma

forma extremamente sofisticada da servidão voluntária, pois o dominado crê ser autor da sua própria história, mas, na verdade, é apenas um personagem obediente da história do capital.

Assim, a obra de Paulo Vieira, revisitada à luz de Pierre Bourdieu, demonstra uma clara expressão atual da violência simbólica neoliberal. O discurso da motivação e da autorresponsabilidade, que aparentemente liberta o sujeito, na realidade o ajusta à lógica do sistema que o oprime. Vieira ignora completamente as condições estruturais e desigualdade em que os indivíduos vivem e argumenta que basta acordar e agir para obter sucesso. Isso faz apagar o peso do *habitus* e do campo, ao colocar a crença de que depende apenas da vontade do sujeito para uma vida próspera e abundante.

6 CAPÍTULO 3- Padrões de alta performance de Jota Joel

“Quem perdeu o sossego para conquistar o sucesso perdeu os dois.”

— Friedrich Nietzsche, *Humano, Demasiado Humano*

O livro *Padrões de alta performance de Jota Joel* foi publicado em 2023. A obra é dividida em 14 capítulos e contém uma introdução realizada pelo neto de Napoleon Hill⁵ (1883-1970), Dr. J.B Hill. O fato curioso da obra de Jota Joel é que, em sua capa e até mesmo durante a apreciação do seu livro, é feita uma associação com Napoleon Hill⁶, dando margem ou impressão de que o coach brasileiro escreveu sua obra com a celebridade norte-americana. Assim, existe um equívoco em que acredita que Joel se baseia a sua metodologia ou parte dela em Hill. Na verdade, o que se observa é que Hill foi usado apenas de forma simbólica.

Dito isso, Jota Joel se identifica como um ex-atleta da Seleção Brasileira de Natação, mas que diante de registros públicos não esteve na equipe principal absoluta. Além disso, Joel afirma ser mestre em Ciência do Esporte pela Escola de Educação Física e Esporte (EEFE-USP). Por fim, coloca em seu livro que foi coordenador geral do Instituto Neymar, o que possibilitou treinar muitos atletas.

⁶ **Napoleon Hill (1883–1970)** foi um escritor norte-americano considerado um dos precursores da literatura de autoajuda motivacional. Em obras como *Think and Grow Rich* (1937), defendeu a ideia de que pensamentos positivos, autoconfiança e “mentalidade de sucesso” seriam determinantes para alcançar riqueza e realização pessoal, influenciando fortemente discursos contemporâneos sobre empreendedorismo e meritocracia.

Retornando à questão da sua abordagem metodológica, Jota Joel se utiliza de um discurso técnico, que por vezes se compara a performance de atleta para criar etapas ou passo a passo durante a leitura do seu livro. Não existe necessariamente um aparato científico, embora cite nos primeiros capítulos estudos psicológicos como Teoria da Curva do Esquecimento e Pirâmide de Aprendizagem, mas não servem como base alguma para suas “técnicas”. No mais, Joel fala em neuroplasticidade cerebral como uma técnica para treinar o seu cérebro da mesma maneira em que se treina os seus músculos. Logo, os indivíduos devem se habituar a treinar seu cérebro, com ajuda das orientações de Joel para obter o sucesso que desejar.

6.1 Padrões de alta performance sob a ótica de Byung-Chul Han

Inicialmente, Joel (2023) esclarece que pretende fazer diferente dos demais coaches ao explicar os princípios para se conseguir o sucesso, e depois seguir com explicações. Assim, são mostrados 7 passos para conseguir o sucesso, o que ele próprio chama de *Fórmula Mágica*. Dentre esses passos, destaca-se a questão voltada ao sujeito ser o único responsável pelo seu sucesso:

O sucesso será seu porque você o desenvolveu. Você mesmo fez as coisas necessárias para atrair o sucesso até você. De fato, esse é o único jeito de desejarmos o sucesso. Se o sucesso pudesse ser adquirido nas prateleiras das lojas, teria pouco ou nenhum significado para nós. (JOEL, 2023 p.37).

Com isso, esse trecho encarna as características da sociedade do desempenho de Han (2023), pois o indivíduo contemporâneo crê ser o autor absoluto da sua própria vida e totalmente responsável pelo seu sucesso. Joel (2023) revela essa internalização das obrigações produtivas, o sucesso não compete às estruturas sociais, mas é um produto do esforço do sujeito. Outro ponto é a espiritualização do sucesso, ao transformar em algo sagrado e autêntico, Joel coloca acessível apenas àqueles que desenvolvem. Assim, o sucesso idealizado por Joel é apenas um ícone do neoliberalismo enxergado por Han, que demonstra que isso é um fetiche de valor, pois o sujeito não apenas consome bens, mas consome e compra uma própria imagem de vencedor.

Ainda nos seus sete passos, Joel aconselha a repetir diversas vezes um trecho de a seguir, como uma forma do indivíduo internalizar e absorver o que o coach pretende dizer:

Deste momento em diante, eu controlarei os meus pensamentos. Eu me protegerei de pensamentos ligados a fracasso, tristeza, depressão, pobreza, doença etc. Eu evitarei conversas que tratem de assuntos de natureza negativa ou desencorajadora. Eu

ajudarei os outros, o máximo que puder, a terem um estado de espírito positivo, sabendo que isso me forçará a dar um bom exemplo, o que, por sua vez, se provará um benefício certo para mim. (JOEL, 2023 p.39).

Dessa forma, ao propor controle dos pensamentos, Joel (2023) converte os psiquismos em uma empresa que deve ser gerida. O sujeito torna-se um projeto de otimização permanente. Diante da ótica de Byung-Chul Han, o trecho acima aplica-se perfeitamente na lógica de internalização de vigilância em sua sociedade do desempenho. Han (2023), em sua psicopolítica, consegue diagnosticar que o neoliberalismo adota uma repressão mais sutil por meio do controle psíquico da liberdade. O indivíduo é levado a acreditar que tem o controle de si, internalizando os mecanismos de vigilância. Aliado a isso, Joel (2023) ainda propõe uma expulsão da negatividade ao colocar o fracasso, pausa e silêncio como patologia, fraqueza, ao afirmar que devemos nos proteger contra esses tipos de pensamentos. Para Han, isso cria uma violência neuronal, pelo fato de existir a pressão exercida por sempre estar bem, produtivo e motivado.

Ademais, Joel (2023, p. 55) sugere um apagamento da negatividade ao ser a favor de uma separação entre a mente e o corpo: “Seu corpo é apenas um utilitário para a mente”. Assim, a criatividade e inteligência são funções de uma mente superior, com capacidade de programar o corpo. Por sua vez, o corpo deixa de ser espaço para experiências e passa a ser um instrumento da mente criadora. Han (2023), em *Sociedade do cansaço*, é totalmente contra essa separação radical, pois a racionalidade produtiva destrói a possibilidade de contemplação e silêncio. Han diria para Joel que a verdadeira criatividade nasce desse silêncio, isto é, da negatividade com seus erros e do vazio.

Essa linha de pensamento de separação entre mente e corpo é basicamente a resposta de praticamente todas as questões oferecidas por Jota Joel em seu livro. Com esse advento, o coach basicamente resume seus ensinamentos da seguinte forma: a mente, por ser mais forte do que o corpo, pois conseguimos controlar não apenas o que sentimos, mas qualquer ação do corpo, também é responsável pelo que pensamos e nessa lógica precisamos pensar sempre de maneira positiva para atrair coisas positivas. O sujeito é inteiramente responsabilizado pela sua mente e pelas ações decorrentes dela.

Com isso, Joel (2023) usa essa máxima para aplicar em seu núcleo moral e político do seu discurso. No mais é descrito:

A construção de hábitos positivos voluntários demanda a aplicação de autodisciplina, persistência, força de vontade e fé (...) A construção de hábitos voluntários é a autodisciplina em sua forma de aplicação mais elevada e nobre! (JOEL, 2023 p. 161)

Assim, Jota Joel propõe que a formação dos hábitos é puramente voluntária e acessível a qualquer indivíduo que seja disciplinado. Essa autodisciplina, que Joel enaltece como um tipo de virtude, é esse novo instrumento que Han procurou diagnosticar em sua sociedade do desempenho: a psicopolítica. A ideia de autonomia é o modo atual de obediência. Além disso, a virtude e a produtividade caminham com o pensamento de Joel, pois ser bom é ser eficiente, disciplinado e persistente. O que o coach prega é uma moral empresarial mascarada por um estilo/filosofia de vida. Consequentemente, a subjetividade é reduzida a um projeto de aperfeiçoamento contínuo, no qual a liberdade deixa de ser o poder de descansar, para uma otimização sem fim. Em suma, o indivíduo crê na escolha de ser disciplinado, mas na verdade está preso na necessidade de sempre render mais.

Outro ponto colocado por Jota Joel é o uso da fé, mas não como algo transcendental, mas um método de foco mental. Joel (2023) reduz basicamente a fé à função psicológica com o intuito de o sujeito acreditar em si. A psicopolítica de Han (2023) enxerga isso como uma espiritualização da eficiência, pois a fé empregada por Joel interage diretamente com o regime de desempenho. A fé deixa de ser uma experiência da alteridade ou da transcendência para se tornar uma ferramenta motivacional.

6.2 Padrões de alta performance sob a ótica de Foucault

Como visto, o início da obra de Jota Joel é marcado pela concepção de determinação. Ao sugerir que o sucesso deve passar por uma fórmula mágica, que leva em conta um autocontrole, está propondo que a virtude moral é uma técnica de autogoverno. Foucault (1987), em *Vigiar e Punir*, procura mostrar que o poder moderno não atua apenas pela repressão, mas pela produção de corpos úteis e dóceis. Assim, as instituições tradicionais organizam o tempo e as condutas dos sujeitos que se regulam de modo previsível. O discurso de Joel (2023) é uma versão interiorizada desse mesmo dispositivo. A “determinação” seria o treinamento disciplinar aplicado no próprio indivíduo.

Outra obra de Foucault (2008) que colabora com uma crítica ao pensamento de Joel (2023) é o *Nascimento da biopolítica*. Ao descrever que o capitalismo tardio transforma o sujeito em empresário de si, Foucault nessa mesma obra, acena e indica Jota Joel como uma

encarnação viva desse preceito. Joel (2023, p. 56) aponta: “Você é o mestre do seu ser”, coloca o indivíduo como o responsável integralmente pelo seu sucesso. Logo, transforma o fracasso como uma falha de gestão do eu. A leitura de Foucault (2008) nos coloca o trecho acima como uma governabilidade neoliberal, pois o poder governa indiretamente, criando um sujeito que se governa como uma empresa, guiado por métricas de performance e rentabilidade pessoal.

Assim, o discurso de Jota Joel é normalizado pelo fato de definir um padrão de conduta (persistente, otimista e determinado) e o universaliza como modo legítimo de subjetividade. Aquele que não se encaixa nesse modelo é visto como improdutivo, anormal, doente. Tal normalização é o que tange o conceito de biopoder em Foucault. Em suma, o poder que não mata, mas faz viver de maneira produtiva.

Alinhando-se com esse ponto, Joel (2023, p. 198) aponta: “Há uma solução para todos os problemas”. O coach impõe que todos os sentimentos negativos, tais como inferioridade, medo, timidez, culpa e demais fobias, devem ser reprogramados. Isso porque, para Jota Joel, todos os complexos psicológicos podem ser autogerados e conseqüentemente eliminados por meio da disciplina mental e pensamento positivo. Assim, a mente deve ser treinada para rejeitar o pensamento de dúvida e fraqueza. O indivíduo que é próspero ou que deseja ter sucesso deve ser maduro e dominar completamente as suas emoções. Em resumo, os afetos e conflitos psíquicos são compreendidos como falhas na gestão pessoal e, durante o seu passo a passo, Joel sugere uma psicologia puramente empresarial.

Com isso, se o sujeito saudável é aquele que elimina sua negatividade para afastar o fracasso, diante da ótica de Foucault, percebemos a fronteira entre o normal e o anormal, o dispositivo de normalização produz sujeitos que internalizam esses limites e se autocorrigem continuamente. O sujeito é levado a internalizar essa fronteira e autocorrigir-se constantemente. Assim, apesar da venda de uma liberdade por meio da autogestão da mente, o sujeito de Joel não é livre, mas um produto de positivities da cultura neoliberal.

Outro ponto mencionado por Jota Joel é a sua ideia de separação da mente e do corpo. No prisma foucaultiano, na obra *Vigiar e Punir*, é esclarecido que a modernidade criou o corpo dócil, um corpo sutil, adestrado, disciplinado, moldado para servir à produção. Logo, esse corpo é separado da consciência, que assume a função de vigiar, corrigir e otimizar. A partir dessa separação, o poder penetra no sujeito, pois a mente se torna um instrumento político do corpo. Joel (2023) inverte essa lógica ao colocar que a mente não está mais “presa” no corpo, mas sim controladora dele. Porém, na prática, diante da sociedade do desempenho, o corpo continua

subordinado, porém a uma instância normativa e vigilante, chamada pelos coaches de “mente criativa” ou “mente positiva”.

Diante disso, por vezes o foco de Joel é de uma disciplina física, como rotinas, protocolos e monitoramentos corporais, tais como alimentação, sono, exercício etc. Tudo isso em nome de uma alta performance. Convém lembrar que Joel (2023) aponta o corpo como um instrumento da mente, e que seu estado físico determina o desempenho emocional e intelectual. Assim, o corpo é uma ferramenta que deve ser mantida em boas condições para que a mente possa exercer a sua “alta performance criativa”.

Assim, na obra *Vigiar e Punir*, Foucault (1987, p. 130) esclarece que a modernidade transforma o corpo humano em objeto e alvo de poder e ainda acrescenta: “Um corpo disciplinado é a base de um gesto eficiente.” Isto é, na intenção de tornar o corpo mais produtivo, submisso, útil e dócil, o sujeito é coagido por meio de algumas instituições a realizar tais técnicas. O texto de Jota Joel realiza isso de modo motivacional, com a ideia de que o corpo deve ser controlado, regulado e otimizado, em nome de uma eficiência mental e profissional. A grande virada de chave é que o controle na sociedade do desempenho está além das instituições, mas interiorizado. Logo, o próprio sujeito é o responsável pela sua vigilância e disciplina.

Para além disso, Foucault (2008) demonstra que o neoliberalismo amplia esse controle, ao transformar o corpo em capital humano. Assim, a vida biológica (saúde, alimentação, humor, sono) torna-se objeto de investimento. O indivíduo passa a gerir a própria existência da mesma maneira que uma empresa. Logo, o sono é uma otimização de energia, a alimentação é estratégia de desempenho e o corpo torna-se uma máquina de resultados diários.

Nesse sentido, Joel (2023) personifica essa governabilidade neoliberal. Pois o corpo deixa de ser um gesto de prazer ou saúde, mas um fundamento moral associado à produtividade. O corpo deixa de pertencer ao sujeito e passa a pertencer a um projeto de sucesso. Esse modo encarna o conceito central de “biopoder”, um poder que não está na proibição e nem na punição, mas administra e incentiva de acordo com as normas de produtividade.

Outro ponto trabalhado por Jota Joel é sobre liderança. A princípio, parece uma ideia simples, mas é carregada de implicações morais. Podemos considerar a essência do seu pensamento da seguinte maneira: “Essa afirmação talvez pareça não ter relação nenhuma com liderança, mas os verdadeiros líderes são os melhores em servir” (JOEL, p. 239). Assim, é apresentado um líder com modelo de conduta a ser seguido. Em suma, um bom líder para Joel deve: controlar suas emoções e não demonstrar suas fraquezas, inspirar os outros pelos seus

exemplos de persistência, dominar a si mesmo antes de comandar os demais e ser proativo e positivo. Joel (2025, p. 269) ainda cabe acrescentar:

Você deve ter sempre em mente que o fogo intenso do entusiasmo que vem de dentro torna-se uma consagração que afeta todos que estão na sua frequência, se você o irradiar. As vibrações que você emana com seus poderosos raios de entusiasmo inspiram os outros, elevam, constroem e atraem negócios... assim como as vibrações de medo colocam os outros para baixo, repelem e destroem.

Basicamente, Joel frisa que um verdadeiro líder consegue chamar a atenção dos demais ao seu redor, pois irradia uma força psíquica e consequentemente atrai seguidores de maneira natural, não pela imposição, mas pelo magnetismo moral e mental. A liderança é transformada para uma forma de poder espiritual na qual o líder não controla, mas inspira, e não pune, mas corrige com seus exemplos.

Na visão de Foucault, o líder na sociedade disciplinar atua de modo a conduzir condutas. O líder moderno é aquele que atua diante das ações dos outros. No caso de Jota Joel, o poder autoritário é substituído pelo coach-líder, que exerce o seu domínio de maneira sedutora, produzindo adesão voluntária. O poder é o mesmo, porém de modo mais eficiente, pois passa de repressivo para algo inspirador.

Ademais, à luz das análises de Foucault em *Nascimento da biopolítica*, é possível compreender os discursos motivacionais contemporâneos como mecanismos de normalização moral, na medida em que alinham a conduta dos indivíduos à racionalidade neoliberal do desempenho e da autogestão, pois é definido o que é o comportamento ideal e todos os que não correspondem a esse padrão são implicitamente inadequados. Esse discurso serve como um instrumento de homogeneização subjetiva, na qual todos devem ser disciplinados, motivados e emocionalmente estáveis. Em outras palavras, todos devem performar o ideal neoliberal do sujeito perfeito.

6.3 Padrões de alta performance sob a ótica de Bourdieu

Como abordado anteriormente, no início da obra *Padrões de alta performance*, Jota Joel sustenta a ideia de que o sucesso depende exclusivamente da vontade individual, da persistência e da fé. As adversidades sociais, econômicas ou emocionais são colocadas como um obstáculo que qualquer sujeito pode superar apenas com a sua “fórmula mágica” oferecida em um passo a passo. Em resumo, Joel (2023) trabalha inicialmente com o pressuposto de que todos possuem

as mesmas oportunidades em potencial, que o fracasso é fruto da ausência de um esforço e o mundo é justo para quem merece.

A partir da leitura de Bourdieu (1989) , podemos realizar uma crítica sobre esse discurso, pois consegue mostrar que as condições sociais são determinantes das disposições e oportunidades de cada indivíduo, conceituando o habitus. “O habitus realiza de um outro modo, a saber, uma estimativa das possibilidades que supõe a transformação do efeito passado em objetivo esperado, o fato é que elas se definem antes” (Bourdieu, 2009, p. 88). Em outras palavras, o que Joel (2023) chama de “mentalidade vencedora” não é universal, mas um produto de uma história social específica, oriunda de uma classe dominante na sociedade. Assim, no momento em que Joel afirma que o sucesso depende apenas de uma determinação individual, ocorre uma naturalização do privilégio dessa classe e transforma o que é estrutura social em uma diferença de esforço individual.

Ainda sobre isso, essa lógica aplicada por Joel (2023), na obra de Bourdieu, *O poder simbólico* é compreendido como uma violência simbólica. O poder de impor significados e valores de um grupo dominante como se fosse universal, fazendo com que os dominados aceitem sua posição como algo justo e natural. O discurso levantado por Jota Joel é um claro exemplo disso, pois leva os seus leitores a acreditarem que a falta de sucesso é um problema de quem tem mente fraca e não nas condições objetivas de sua existência. Na ótica de Bourdieu, essa é a essência da violência simbólica contemporânea, pois a dominação é mascarada por motivação.

Outra crítica pertinente de sob a ótica das ideias de Bourdieu é sobre a ideia da separação da mente e do corpo proposta pelo coach. Ao colocar a mente superior ao corpo e enxergá-lo apenas como um instrumento utilitário da mente criativa, um veículo a ser controlado e treinado para servir à racionalidade. Apesar de parecer inofensivo e motivacional, Joel (2023) carrega um conteúdo cartesiano que Bourdieu (2009) rejeita de modo radical. O sociólogo francês acredita que essa separação é uma das ficções fundadoras da dominação simbólica moderna. Joel, nesse prisma, reproduz um antigo racionalismo ocidental, porém reintroduz, em uma linguagem de autoajuda, estruturando uma hierarquia que separa o sujeito do mundo, transformando o corpo em uma mera ferramenta do desempenho.

Ainda sobre isso, Bourdieu (1989) aponta que o corpo é o lugar no qual o social se apresenta, pois carrega marcas de classe, gênero, história e de poder. Assim, cada postura, gesto e tom de voz expressam disposições incorporadas, isto é, o habitus, que são frutos das condições

materiais e culturais. No instante em que Jota Joel expressa que a mente domina o corpo, o coach está ignorando que o corpo já é uma mente socializada, um repositório de experiências humanas e de condicionamentos. Inexistindo assim, uma consciência pura que o controle, mas um corpo histórico que pensa e age conforme os esquemas aprendidos no mundo social. Em suma, essa separação proposta por Joel (2023) é uma ilusão idealista para Bourdieu (2009), pois serve para ocultar as determinações sociais que estruturam a conduta.

Além disso, sob o prisma de Bourdieu (2009), Joel, ao submeter o corpo à mente, o converte em instrumento de produção. Ao realizar uma reinterpretação da moral da eficiência capitalista, na qual o corpo deve ser otimizado e aperfeiçoado em busca de uma performance, Bourdieu enxergaria a transformação do corpo em capital simbólico e econômico, pois um corpo bem cuidado é sinal de distinção, uma marca visível de autocontrole e sucesso. Assim, Jota Joel não está apenas utilizando um discurso motivador, mas normatizando o corpo a um tipo, no qual essa estética da performance, na verdade, se enquadra em uma ética de classe disfarçada de sabedoria universal.

Outro ponto trabalhado por Joel (2023) é sobre a questão da liderança. Ao descrever que o líder deve inspirar e guiar os outros, além de manter um controle emocional (mesmo diante de pressão) e nunca se vitimizar ou mostrar fraqueza, demonstra que esse tipo de sujeito deve ser autodisciplinado. Joel coloca o líder como um ideal humano universal e ainda aponta que qualquer indivíduo pode se tornar, basta treinar sua mente com hábitos corretos. Levando isso em conta na ótica de Bourdieu, essa liderança ideal não é universal, mas socialmente situada, pois expressa uma legitimidade das classes dominantes e das elites corporativas, transformando um *habitus* de poder em um modelo moral a ser seguido e aceito.

Assim como ninguém nasce líder, ninguém também se torna líder apenas pela sua vontade. Bourdieu (2009) apontaria que a liderança natural que Joel (2023) coloca na realidade é apenas um efeito da posição de um agente dentro de um campo social específico. Em sua obra *O poder simbólico*, Bourdieu (1989) trabalha melhor essa questão ao explicar que o poder depende da estrutura do campo (político, econômico, acadêmico etc.) e do capital simbólico acumulado pelo agente. Em suma, o “líder” apenas é reconhecido como tal pelo fato de os outros aceitarem a sua autoridade, a qual foi construída historicamente e legitimada pelas instituições e valores dominantes na sociedade. O grande problema no discurso de Joel é naturalizar esse reconhecimento, como se a liderança fosse uma virtude pessoal, ocultando as redes de poder, prestígio e capital que tornam alguém digno de autoridade.

Ainda sobre essa questão, ao trabalhar a questão do capital simbólico, Bourdieu (1989) aponta que se trata de legitimidade, reconhecimento e prestígio que um agente acumula e lhe permite exercer determinada influência sem precisar de coerção. O discurso de Jota Joel é de um aparato bastante técnico e ecoa como um manual de acumulação de capital simbólico, pois ensina o leitor a parecer confiável, equilibrado e determinado, praticamente todos os traços que compõem as características de um líder da classe dominante. Logo, Joel (2023) descreve uma forma mais sutil de poder simbólico, ao ensinar que o poder não impõe, mas é reconhecido e legitimado pelos dominados. Com isso, encontramos o ponto crucial em Jota Joel, pois o seu discurso de liderança não elimina a hierarquia, apenas disfarça com a ideia de inspiração e motivação. O líder dominante neoliberal não governa pela força, mas pela sua energia positiva.

7. CONCLUSÃO

A análise realizada ao longo deste trabalho buscou compreender como o discurso dos coaches motivacionais brasileiros se insere dentro de uma racionalidade psicopolítica que reproduz e legitima a lógica neoliberal do desempenho. Mediante uma leitura crítica de obras amplamente difundidas, como *O Poder da Ação* de Paulo Vieira, *Antimedo* de Pablo Marçal e *Padrões de Alta Performance* de Jota Joel, foi possível evidenciar que cada uma delas mobiliza estratégias discursivas específicas, porém convergentes, na produção de subjetividades alinhadas a mentalidade neoliberal. Em *Antimedo*, observa-se a construção de um vocabulário marcadamente religioso e afetivo, que confere ao processo de autossuperação uma dimensão quase espiritual, dotando o fracasso e o sucesso de sentidos moralizados. Em *O Poder da Ação*, sobressai uma retórica centrada na responsabilização individual, na qual toda limitação é atribuída ao próprio sujeito, dissolvendo contextos socioeconômicos e transformando a mudança pessoal em imperativo moral. Em *Padrões de Alta Performance*, por sua vez, predomina a lógica da excelência individual, sustentada pela crença de que o valor do sujeito está condicionado à sua capacidade de performar acima da média, mesmo diante de condições desiguais.

Esses discursos não apenas refletem a sociedade do desempenho descrita por Byung-Chul Han, mas tornam-se, eles próprios, mecanismos de modelagem da subjetividade segundo o imperativo da eficiência, da superação contínua e da positividade incondicional. Por meio de Han, observou-se que o poder contemporâneo não se exerce mais predominantemente pela repressão externa, mas pela interiorização do comando. O sujeito acredita agir livremente, quando na verdade obedece a um imperativo motivacional internalizado, chegando a desejar

aquilo que o domina. Tal transição do dever disciplinar para o incentivo emocional, visível nas três obras analisadas, constitui o núcleo da psicopolítica: um poder sedutor, que estimula o indivíduo a tornar-se empresário de si, convertendo culpa em motor de produtividade e precariedade em desafio pessoal.

Ao dialogar com Foucault, tornou-se evidente que o discurso dos coaches não rompe com a tradição disciplinar, mas a reconfigura. Se o biopoder foucaultiano operava sobre corpos e populações, o poder psicopolítico dirige-se diretamente à psique, colonizando desejos, afetos e a própria noção de liberdade. Nesse contexto, a normatividade deixa de ser imposta externamente e passa a ser experimentada como meta íntima, como vocação pessoal. A linguagem afetiva de Marçal, a moral da ação de Vieira e a ética da excelência de Joel compõem, assim, variantes de uma mesma tecnologia de poder: uma disciplina emocional que transforma a produtividade em critério existencial.

A leitura bourdieusiana permite perceber que o sucesso desses discursos deriva de sua eficácia simbólica. A violência simbólica age precisamente porque é reconhecida como legítima: o sujeito acredita estar realizando um projeto próprio, quando na verdade responde a expectativas estruturais dos campos sociais. Nesse cenário, o capital simbólico dos coaches funciona como dispositivo de legitimação das desigualdades. A promessa de alta performance naturaliza assimetrias, mascarando a distância entre aqueles que possuem os capitais necessários para performar e aqueles que são empurrados à culpa por não atingir metas inatingíveis. A meritocracia, aqui, opera como mecanismo de distinção e de exclusão.

Dessa forma, a presente pesquisa aponta que os coaches motivacionais atuam como mediadores simbólicos do neoliberalismo, convertendo dominação econômica em linguagem emocional e espiritualizada. Ao prometem liberdade, produzem nova obediência; ao exaltarem o empoderamento, reforçam a servidão voluntária; ao celebrarem o sucesso, invisibilizam a precariedade estrutural. Assim, a psicopolítica revela-se a forma mais sofisticada do poder contemporâneo, pois transforma o controle em autocuidado, a exploração em projeto de vida e o sofrimento em oportunidade de performance.

Reconhecer essa estrutura, contudo, não implica negar toda possibilidade de autonomia, mas compreender que a liberdade hoje encontra-se atravessada por dispositivos motivacionais que modulam afetos e desejos. A crítica à psicopolítica dos coaches propõe, portanto, a recuperação de uma ética da alteridade e da contemplação. Uma ética que resista ao imperativo do desempenho, que desloque o sujeito da lógica da produtividade infinita e permita imaginar

práticas de si que não estejam subordinadas ao mercado. Nesse horizonte, pensar a autonomia significa resgatar a experiência humana para além da performance, abrindo espaço para formas de vida que não convertam a existência em tarefa, meta ou empresa.

REFERÊNCIAS

BARDIN, Laurence. *Análise de conteúdo*. São Paulo: Edições 70, 2016.

BOURDIEU, Pierre. *O poder simbólico*. 15. ed. Rio de Janeiro: Bertrand Brasil, 1989.

BOURDIEU, Pierre. *O senso prático*. Tradução de Maria Ferreira. Petrópolis: Vozes, 2009.

DELEUZE, Gilles. *Conversações*. Tradução de Peter Pál Pelbart. São Paulo: Editora 34, 1992.

FOUCAULT, Michel. *História da sexualidade I: a vontade de saber*; tradução de Maria Thereza da Costa Albuquerque e J. A. Guilhon Albuquerque. 13. ed. Rio de Janeiro: Graal, 1999.

FOUCAULT, Michel. *Nascimento da biopolítica: curso dado no Collège de France (1978-1979)*. São Paulo: Martins Fontes, 2008.

- FOUCAULT, Michel. *Vigiar e punir: nascimento da prisão*. Tradução de Raquel Ramallete. 20. ed. Petrópolis: Vozes, 1987.
- HAN, Byung-Chul. *Psicopolítica: o neoliberalismo e as novas técnicas de poder*. Tradução de Maurício Liesen. Belo Horizonte: Âyiné, 2023.
- HAN, Byung-Chul. *Sociedade do cansaço*. 2. ed. Tradução de Enio Paulo Giachini. Petrópolis: Vozes, 2023.
- HARVEY, David. *Uma breve história do neoliberalismo*. Tradução de Adail Sobral. São Paulo: Loyola, 2008.
- INTERNATIONAL COACH FEDERATION (ICF). *2023 Global Coaching Study Executive Summary*. 2023. Disponível em: <https://coachingfederation.org/research/global-coaching-study>. Acesso em: 19 jun. 2025.
- JOEL, Jota. *Padrões de alta performance: como aplicar os hábitos das pessoas de alto desempenho para ter resultados extraordinários*. Porto Alegre: Citadel, 2023
- LEGIÃO URBANA. *Há tempos*. In: *As quatro estações*. Rio de Janeiro: EMI-Odeon, 1989. 1 disco sonoro.
- MARÇAL, Pablo. *Antimedo*. Barueri: Editora Camelot, 2021.
- MARCUSE, Herbert. *O homem unidimensional: estudos sobre a ideologia da sociedade industrial avançada*. Tradução de Gabriel Cohn. Rio de Janeiro: Zahar, 1964.
- NIETZSCHE, Friedrich. *Humano, demasiado humano: um livro para espíritos livres*. Tradução de Paulo César de Souza. São Paulo: Companhia das Letras, 2000.
- OLIVEIRA, Marcia Cristina de. *Coaching: fundamentos, técnicas e práticas*. São Paulo: Saraiva, 2015.
- SNEL – Sindicato Nacional dos Editores de Livros. *Painel do Varejo de Livros no Brasil – 2024*. Nielsen BookScan. Disponível em: <https://www.snel.org.br>. Acesso em: 17 jun. 2025.
- VIEIRA, Paulo. *O poder da ação: faça a sua vida sair do papel*. São Paulo: Editora Gente, 2015.
- WODAK, Ruth. *Métodos de análise crítica do discurso*. São Paulo: Parábola, 2004