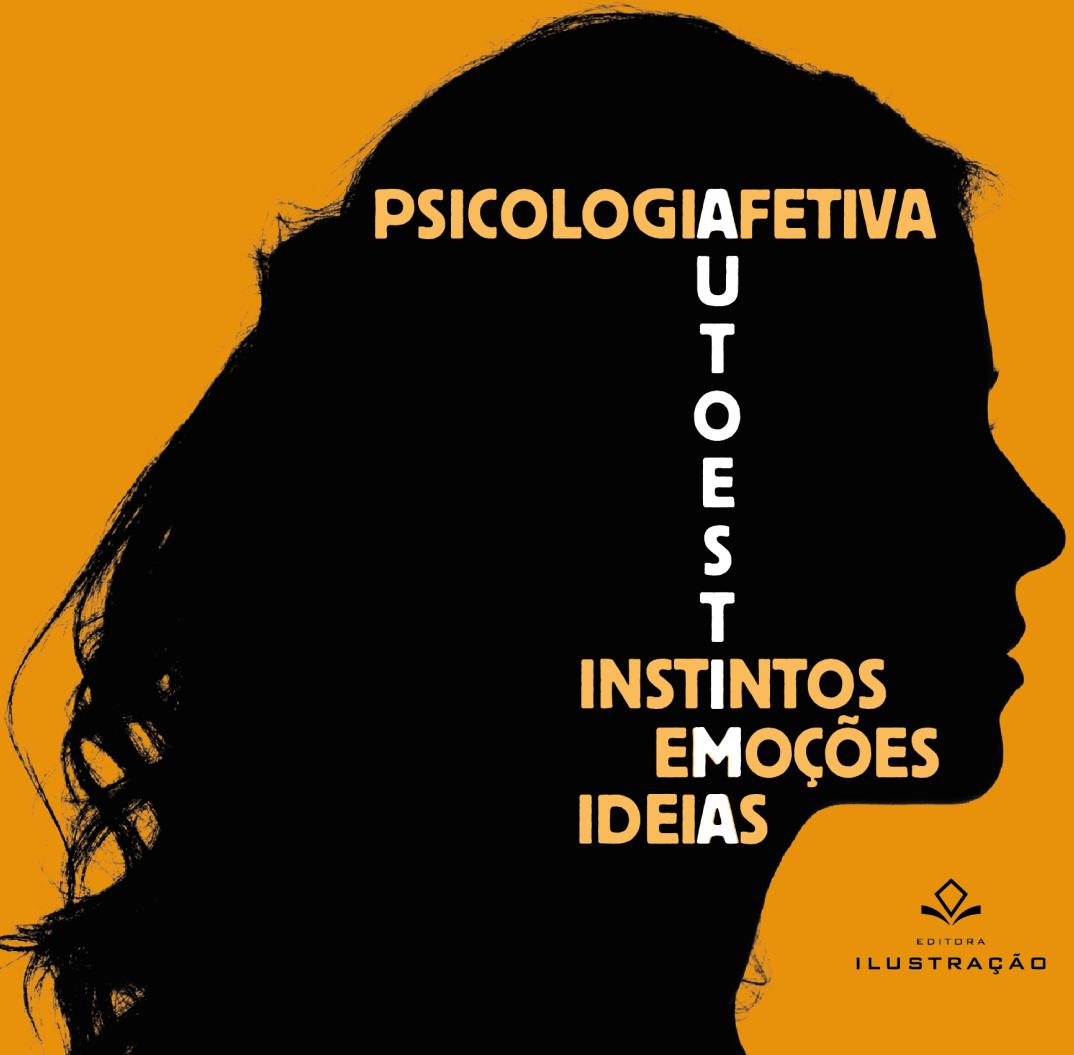


TÉRCIO INÁCIO JUNG

# PSICOLOGIA

## SUBJETIVIDADE E AUTOESTIMA?



PSICOLOGIA FETIVA  
AUTOESTIMA  
INSTINTOS  
EMOÇÕES  
IDEIAS



TÉRCIO INÁCIO JUNG

# PSICOLOGIA

## SUBJETIVIDADE E AUTOESTIMA?

Editora Ilustração  
Santo Ângelo – Brasil  
2025



Esta obra está licenciada com uma Licença Creative Commons  
<https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0>

**Edito-chefe:** Fábio César Junges

**Capa:** Editora Ilustração

**Revisão:** O autor

---

#### CATALOGAÇÃO NA FONTE

---

J95p Jung, Tércio Inácio

Psicologia [recurso eletrônico] : subjetividade e autoestima? /  
Tércio Inácio Jung. - Santo Ângelo : Ilustração, 2025.

214 p.

ISBN 978-65-6135-187-4

DOI 10.46550/978-65-6135-187-4

1. Psicologia. I. Título

CDU: 91:37

---

Responsável pela catalogação: Fernanda Ribeiro Paz - CRB 10/ 1720



E-mail: [eilustracao@gmail.com](mailto:eilustracao@gmail.com)

[www.editorailustracao.com.br](http://www.editorailustracao.com.br)

## **Conselho Editorial**



Dra. Adriana Maria Andreis	UFFS, Chapecó, SC, Brasil
Dra. Adriana Mattar Maamari	UFSCAR, São Carlos, SP, Brasil
Dra. Berenice Beatriz Rossner Wbatuba	URI, Santo Ângelo, RS, Brasil
Dr. Clemente Herrero Fabregat	UAM, Madri, Espanha
Dr. Daniel Vindas Sánchez	UNA, San Jose, Costa Rica
Dra. Denise Tatiane Girardon dos Santos	UNICRUZ, Cruz Alta, RS, Brasil
Dr. Domingos Benedetti Rodrigues	UNICRUZ, Cruz Alta, RS, Brasil
Dr. Edemar Rotta	UFFS, Cerro Largo, RS, Brasil
Dr. Edivaldo José Bortoleto	UNOCHAPECÓ, Chapecó, SC, Brasil
Dra. Elizabeth Fontoura Dorneles	UNICRUZ, Cruz Alta, RS, Brasil
Dr. Evaldo Becker	UFS, São Cristóvão, SE, Brasil
Dr. Glaucio Bezerra Brandão	UFRN, Natal, RN, Brasil
Dr. Gonzalo Salerno	UNCA, Catamarca, Argentina
Dr. Héctor V. Castanheda Midence	USAC, Guatemala
Dr. José Pedro Boufleuer	UNIJUÍ, Ijuí, RS, Brasil
Dra. Keiciane C. Drehmer-Marques	UFSC, Florianópolis, RS, Brasil
Dr. Luiz Augusto Passos	UFMT, Cuiabá, MT, Brasil
Dra. Maria Cristina Leandro Ferreira	UFRGS, Porto Alegre, RS, Brasil
Dra. Neusa Maria John Scheid	URI, Santo Ângelo, RS, Brasil
Dra. Odete Maria de Oliveira	UNOCHAPECÓ, Chapecó, SC, Brasil
Dra. Rosângela Angelin	URI, Santo Ângelo, RS, Brasil
Dr. Roque Ismael da Costa Güllich	UFFS, Cerro Largo, RS, Brasil
Dra. Salete Oro Boff	ATITUS, Passo Fundo, RS, Brasil
Dr. Tiago Anderson Brutti	UNICRUZ, Cruz Alta, RS, Brasil
Dr. Vantoir Roberto Brancher	IFFAR, Santa Maria, RS, Brasil

Este livro foi avaliado e aprovado por pareceristas *ad hoc*.



# SUMÁRIO

INTRODUÇÃO .....	11
CONTEXTUALIZAÇÃO HISTÓRICA .....	15
TEORIAS PSICOLÓGICAS SOBRE SUBJETIVIDADE .....	23
SUBJETIVIDADE E AUTOESTIMA .....	47
CONSIDERAÇÕES FINAIS .....	53
REFERÊNCIAS .....	57
CRÔNICAS .....	59



# INTRODUÇÃO

**A**pesar da Psicologia ser uma Ciência com pouca idade, é possível entrever várias fontes históricas, dos temas que ela passou a estudar/pesquisar há pouco tempo - como o psiquismo subjetivo - nas antigas teorias filosóficas. Apesar de situar-se suas origens formais no século XIX, ela é considerada a continuação de uma longa tradição filosófica de questionamentos a respeito do ser humano, da vida, da consciência, da moral, do comportamento, da vida em sociedade e assim por diante. Isto evidencia que a questão “humana” sempre esteve em voga e já movimentou muitos debates na busca de respostas e entendimentos a seu respeito.

A intenção com esse estudo, é simplesmente apontar para o óbvio, qual seja, para a subjetividade que cada ser humano é, subjetividade sempre singular, pois cada um se estrutura psiquicamente de uma forma única - mesmo que isso ocorra, sempre, na convivência como os outros - e é sobre essa estruturação subjetiva que a Psicologia se debruça (ou deveria se debruçar) enquanto Ciência.

Então, enfatizado que ninguém pode “sentir” pelo outro, ou melhor, cada pessoa precisa fazer as suas próprias “vivências emocionais”, estas que são a condição fundante da organização (desorganização?) psíquica de cada indivíduo, inevitavelmente. Aliás, convém ressaltar, que a partir dessas experiências afetivas – sempre resultantes de relações com outras pessoas - cada sujeito organiza sua subjetividade de uma forma única.

Evidente que no começo da vida – na infância - a dependência e a influência dos outros é enorme, entretanto, ao longo do nosso desenvolvimento subjetivo/psíquico/afetivo essa dependência e influência dos outros deveria ir diminuído, e eis que nos deparamos com a questão de pesquisa: a subjetividade humana como núcleo epistêmico e prático (da prática) da Psicologia.

Que o ser humano (subjetividade) é um ser de relação (intersubjetividade) não há mais dúvida. Ele necessita do contato com o próximo para prosperar e é, inclusive, na interação com os outros que o sujeito se organiza psiquicamente como singularidade que será (ou deveria ser).

A própria humanidade depende dessa relação *interhominis* para sobreviver. Sem a devida colaboração coletiva a civilização estaria fadada

ao fracasso. As forças da natureza teriam extinguido a espécie humana se não fosse a sua capacidade de interagir e criar em conjunto. E sozinho, o indivíduo não conseguiria “produzir” o seu psiquismo, pois é a partir das relações com os outros – com o mundo externo – que ele vai estruturar o interno.

Cada pessoa dispõe de um aparelho psíquico complexo, composto por vários elementos fundamentais para que o seu funcionamento seja possível de acontecer. Assim como a humanidade, o aparelho psíquico é um conjunto de *instâncias* que dependem de ampla interação entre si para se organizar, reorganizar e prosperar. Uma instância se diferencia da outra, mas nunca deixa de ser influenciada pelas demais, por toda a vida. Um recurso do psiquismo nunca deixa de ser utilizado em prol do outro, eles se sustentam e se movimentam. Mas nunca buscando, apenas, a homeostase, pois o aparelho psíquico precisa sempre se reatualizar para adaptar e movimentar a própria energia pulsional, “provocada” constantemente pela interação com os outros, porém, mesmo assim, a estrutura/organização do aparelho psíquico é singular, logo, subjetiva.

Enfim, esse escrito tem como objetivo focar no elemento resultante dessa formação do aparelho psíquico, qual seja, a subjetividade e apresentar a “autoestima” como parte estrutural/estruturante. Para isso, será feito um percurso histórico e serão trabalhadas várias teorias psicológicas a respeito da subjetividade, a fim de demonstrar que a “autoestima” - ou a falta dela - já se apresentou, mesmo que de forma indireta, na Psicologia enquanto Ciência, ou melhor, na Psicologia enquanto estudo científico do psiquismo humano.

No primeiro capítulo tem-se um estudo teórico, situando historicamente os debates a respeito da temática em voga.

No capítulo dois serão apresentadas, algumas teorias psicológicas voltadas sobre a temática da subjetividade como objeto de estudo da Psicologia: Jung fala em *individuação*; Winnicott fala em desenvolvimento do *Self*; a Psicologia Individual, patrocinada por Adler, trata do *indivíduo*; Rogers e a Psicologia Humanista se referem a essa questão como *autorrealização*; Freud, o pai da psicanálise, tratará da subjetividade a partir do *Narcisismo*.

Já no capítulo três fomenta-se uma hipótese, ou seja, desenvolvo o conceito da autoestima como instância psíquica estrutural e estruturante, necessária para uma subjetividade congruente.

E assim, mediante esse recorte teórico e pelo caminho da pesquisa qualitativa, prosseguiu a pesquisa e seguiremos a escrita desta “provocação”.



## Capítulo 1

# CONTEXTUALIZAÇÃO HISTÓRICA

**O**s primórdios da Psicologia remontam à antiguidade clássica, especialmente a grega, já que dentro dessa sociedade mediterrânea muitos dos grandes pensadores emergiram, com significativas teorias que ainda hoje intrigam e inspiram estudos e pesquisas em várias áreas, inclusive, na Psicologia.

Filósofos como Sócrates, Platão e Aristóteles, ainda no século V, IV e III a.C., já se debruçaram sobre perguntas a respeito do ser humano, além de inúmeras outras, e chegaram a propor que as pessoas seriam formadas por um corpo e uma “alma”, e que nesta residia os aspectos mentais, intelectuais e morais do indivíduo, enquanto o primeiro era a sede das paixões e os aspectos mais “animais” do ser humano, “teorias” que foram sendo reconstruídas na continuidade da história da humanidade.

### 1.1 Da Anima de Aristóteles

Aristóteles de Estagira (384-322 a.C.) pode ser cogitado entre os primeiros a tratar de temas relacionados a Psicologia, porque ele é o primeiro a considerar questões relacionadas à vida, comportamento, sensação e pensamento como fenômenos da natureza humana. Para o filósofo, a *psyché* (alma) é o princípio da vida. Isto equivale a oferecer uma definição tão ampla que seu estudo não se encaixa no tratado que Aristóteles dedica, especificamente, à alma, logo, a “psicologia” dele não está apenas relacionada a outros conhecimentos como Física ou Metafísica, mas também, aos tratados de Ética, Retórica ou Lógica.

A Psicologia está relacionada à Física, que é o estudo dos seres “moveentes” em geral, dos quais os seres animados, com alma, plantas, animais e o ser humano fazem parte. Com a Metafísica ele procura entender a razão final do movimento, expondo a teoria da potência e o ato como uma explicação do movimento, bem como a teoria do *Hylemorfismo* (Matéria=Potência Forma=Ato), com a qual é necessário relacionar sua definição da alma como *eidos* ou *morphe*, ou seja, forma ou essência do corpo. Na *Retórica* Aristóteles estuda afetos, paixões e sentimentos, bem como a questão do caráter em relação à idade. Na *Ética* podemos encontrar

uma teoria de atos volitivos ou motivação associada à busca do prazer e da força dos hábitos. Por fim, na *Lógica*, ele estuda os processos relacionados ao conhecimento superior ou intelectivo.

Quanto aos tratados específicos, referente a temas “psicológicos”, temos em primeiro lugar a obra *Da Anima*, mas também, há outros tratados que se referem ao que hoje se estuda na Psicologia e na Biologia, como: Da sensação e do sensível; Da memória e reminiscência; Do sono e da vigília; Dos sonhos; Da adivinhação pelo sonho; Da longevidade e brevidade da vida; Da juventude e da velhice; Da vida e da morte e Do fôlego; Da respiração; Da história dos animais; Das partes dos animais; Do movimento dos animais; Da marcha dos animais; Da geração dos animais.

Em *Da Anima*, Aristóteles renuncia à teoria dualista entre corpo e mente, abordada na tradição pitagórica, assim como longamente aprofundada pelo seu mestre Platão, da mesma forma que renuncia aos pressupostos mitológicos, a fim de chegar à formulação de uma teoria da unidade substancial do corpo e da alma, afirmando que podemos concordar, portanto, que aquilo que afeta a alma é inseparável do substrato material da vida animal.

Podemos encontrar também, como que uma nova versão da teoria platônica da alma tripartite, embora Aristóteles a formule de forma mais científica a partir de seus estudos e sua observação da natureza. Aristóteles escreve sobre três tipos de almas: uma “alma vegetativa” que abarcaria as funções biológicas da nutrição e reprodução; uma “alma sensível”, sobre a qual recariam as funções animais de sensibilidade, que proporcionariam prazer e dor, e finalmente, uma “alma racional” que englobaria as funções intelectivas. A vegetativa é apenas das plantas, a sensível é dos animais, que também possuem a primeira e a racional seria apenas dos seres humanos, que também possuem os dois anteriores. Ser humano seria então, de acordo com essa teoria aristotélica, possuir as três almas: vegetativa, sensível e racional.

Assim, para aqueles seres ou espécies que possuem apenas uma alma vegetativa seu propósito será simplesmente sobreviver. Para aqueles que têm uma alma sensível, a tarefa de sobreviver será adicionada a satisfação dos apetites. Para os seres humanos a tarefa se complica, pois para a alma racional não será suficiente apenas a sobrevivência e a satisfação dos apetites, mas, tenderá a desenvolver um padrão de vida mais elevado, almejando também preencher o desejo natural do conhecer e entender a Natureza e a si próprio, ampliando assim, os propósitos finais do ser humano.

O conhecimento começa para Aristóteles nos “sentidos”, é, portanto, um conhecimento do concreto, empírico, o que implica uma relação direta entre o sujeito que conhece e o objeto que é conhecido. Os sentidos que Aristóteles lista são cinco: visão, audição, olfato, paladar e tato.

As mensagens dos 5 sentidos se unem no que ele chama de “sentido comum”, e neste viés, o mais intrigante é que, apesar de seu amplo conhecimento adquirido através da observação empírica, o centro das sensações, para Aristóteles, é o coração e não o cérebro.

Observa, por outro lado, que muitas vezes, os conteúdos produzidos pelos sentidos perduram, mesmo que o estímulo sensorial já tenha desaparecido, reproduzindo-se na imaginação e na memória, que funcionam com base em imagens. No que diz respeito à memória, Aristóteles propõe uma certa teoria da associação de ideias em razão de similaridade, contraste ou contiguidade, além de afirmar que certos hábitos lógicos favorecem a lembrança.

Aristóteles também formula algo semelhante a uma teoria da percepção, na medida em que afirma que, em razão da proporção aritmética, a escassez de excitantes não produz qualquer sensação no órgão correspondente, bem como, por outro lado, o excesso danifica o órgão receptor. Assim, a sensação seria definida a partir de um *meio termo*.

Quanto ao conhecimento intelectual, Aristóteles oferece uma teoria da *inteligência passiva*, uma espécie de recipiente vazio, onde as informações dos sentidos são precipitadas, e da *inteligência ativa*, responsável pela tarefa de converter as informações concretas dos sentidos em conceitos universais.

Sobre a origem e a natureza da alma racional, Aristóteles expõe algumas ideias vagas e confusas. A alma inferior seria hereditária pela transmissão no ato de geração, a alma sensível seria mortal, enquanto a alma intelecto, seguindo Platão, viria de fora e seria de origem divina.

Enfim, a partir *Da Anima*, torna-se possível afirmar que Aristóteles foi o precursor em assuntos psicológicos, buscando entender melhor a estrutura subjetiva do homem, além é claro, como filósofo, de querer explicar questões mais amplas, como o que “anima/de animar” tudo o que tem vida, não só no Planeta mas até no Universo. Claro que a Psicologia moderna está mais centrada com o que anima (de animar/dar energia) a vida humana.

Mas e depois dos gregos, para onde foi a “alma”?

## 1.2 Período Eclesial

Depois desse astronômico alvorecer da filosofia grega, chega-se ao período Romano, período fortemente marcado pelo cristianismo, ou seja, a época das elaboradas teorias teológicas, como a de Santo Agostinho (354 a 430 d.C.). Santo Agostinho acreditava que a alma encontra-se separada do corpo. E que ela seria a manifestação de Deus no homem, o que possibilitava que este se torne imortal. Já São Tomás de Aquino, outro grande teólogo da Igreja Católica, que viveu bem mais tarde, entre 1225 e 1274 d. C., postulava que a alma é anterior ao corpo e o anima, lhe dando vida. A alma é constituinte do ser. Ele inspira-se em Aristóteles e estabelece a distinção entre essência e existência e atribui um caráter religioso a boa parte da teoria aristotélica.

Assim como antes, os filósofos gregos dirigiam as elucubradas reflexões sobre a vida, o ser humano, o Universo, a Natureza... entre os séculos V e XIV (Idade Média), a Igreja exerceu um papel de domínio, mas ela toma a responsabilidade de sistematizar e organizar a doutrina cristã, e divulgá-la aos habitantes do Império Romano, com o objetivo de enfraquecer o paganismo romano, contrapondo-se ao pensamento grego e impondo-se ao mundo judeu.

Como, por exemplo, para Santo Agostinho, um dos pais da Igreja Católica, a alma está acima da razão, da moral e da ciência. Ela é a realidade primeira, possui diferentes graus e tem diferentes funções, participando não só do mundo sensível, mas também possuindo conhecimentos que não passam pelos sentidos; é capaz, portanto, de intuições que a colocam em contato com as coisas eternas, em presença da realidade espiritual de Deus. Já São Tomás de Aquino (1225-1274), influenciado pela teoria aristotélica, discute a questão da alma de forma tão intensa, que essa discussão é considerada a base filosófica da teologia da Igreja Católica.

Evidente que este longo período romano - e “eclesial” - que ainda hoje influencia, desenvolveu um enorme acervo teórico argumentativo a respeito dos mesmos assuntos que a filosofia grega, também, já havia abordado longamente. Entretanto, pode-se dizer que a Igreja não conseguiu tratar nenhum assunto por si só, ou seja, sempre olhou para todos eles com os “óculos” (como diria Spinoza) da religião, da Teologia, logo, foi impossível um entendimento da alma, ou *Da anima*, sem o viés “divino”, ou seja, sem o viés de uma influência externa suprema.

Após este período, a história humana chegou a um outro paradigma, a partir do qual passa a entender e explicar aqueles mesmos assuntos, já tratados pelos gregos e pelos romanos/pela Igreja, resultando numa nova forma de ver e de organizar o mundo.

### 1.3 Renascimento

Este será o período do Renascimento, ou também conhecido como período do Iluminismo/das Luzes, ou seja, após a escuridão da Idade Média, chega-se a um novo momento, este iluminado pela razão. O “industrialismo” emerge e com ele novas formas de organização humana do ponto de vista da economia e da sociedade. O homem passa a ser visto de forma diferente e se torna o criador do seu mundo.

O filósofo René Descartes postula a separação entre alma (mente, numa linguagem psicológica) e corpo. Estabelece-se o dualismo mente-corpo, o que torna possível os primeiros estudos do corpo humano morto. Este filósofo simbolizou a passagem do Renascimento para o período moderno da Ciência. Para ele, o corpo abarcava todas as funções de sobrevivência, e a mente tinha somente uma função: o pensamento. Com isso, desvia as atenções do estudo da alma em seu sentido abstrato, para o estudo da mente e das funções que ela executa.

Parece possível dizer que essa mente, é a grande contribuição de Descartes para a Psicologia. Mente que possui a capacidade de pensar, e é ela que nos fornece o conhecimento do mundo externo, no entanto, essa mente deve ter um ponto de interação com o corpo. Da mente originam-se duas espécies de idéias: as chamadas idéias derivadas (geradas a partir da experiência sensorial), e as idéias inatas (as que se desenvolvem exclusivamente a partir da mente, independente de experiência sensorial, e existem enquanto potencial desde o nascimento, enquanto categoria inata do ser).

A partir de René Descartes o desenvolvimento do pensamento foi muito rico, extremamente rápido, e é interessante observarmos a inserção da ideia de “mundo mental” daqui para frente.

### 1.4 Modernidade

A Idade Moderna (séc. XVII e XVIII) caracteriza-se pela força da razão natural. É o projeto *Iluminista* conduzido pelo mais rigoroso

racionalismo, com as preocupações voltadas para as questões da verdadeira capacidade de o homem conhecer-se e conhecer a realidade que o envolve. Racionalismo que não deixou de influenciar, diretamente, o desenvolvimento da Psicologia Moderna.

No início do século XIX, período do positivismo racional, nasce a Psicologia como Ciência, fortemente dominada pelo pensamento empírico, ou seja, toda e qualquer teoria, que se pretendesse científica, precisaria passar pelo crivo do experimento, que por sua vez implicava na observação e comprovação – ou refutação – de hipóteses a serem testadas.

A Ciência torna-se o referencial para entender os assuntos que intrigam o homem, e passa a postular a necessidade de um maior rigor científico para a construção das teorias capazes de explicar aqueles temas que os filósofos e teólogos também já buscaram entender, inclusive, a questão da alma, ou ainda, do que “anima” o ser humano, que neste período, passa a se tornar conteúdo de uma área específica, qual seja, a Psicologia.

Assim sendo, a Psicologia “científica”, ou seja, a Psicologia moderna, nasceu no século XIX, de mãos dadas com o desenvolvimento do conhecimento médico e biológico, especialmente neurológico e psicofisiológico. A revolução causada pelas teorias evolutivas de Charles Darwin (1809-1882), cujas teorias sobre a origem das espécies logo foram aplicadas à própria sociedade humana, também foram fundamentais para a construção deste novo paradigma de “entendimento”. De qualquer forma, é importante compreender como as novas perspectivas científicas se voltaram para o estudo da própria mente humana, entre muitas outras temáticas e buscas pelo saber.

Neste caminho, o primeiro laboratório de psicologia experimental foi fundado em 1879, na Universidade Alemã de Leipzig, e foi obra do filósofo e psicólogo Wilhelm Wundt (1832-1920). Este evento é considerado o marco fundamental da Psicologia moderna, ou seja, demarca a separação definitiva da Filosofia, constituindo-se numa área devidamente científica.

Apartir desse cenário inicial surgiram novas propostas, considerações e quais poderiam ser as melhores abordagens para seu estudo rigoroso e científico de temas como: o sistema nervoso, o comportamento, a percepção e, sobretudo, sobre a mente humana. Disto, resultaram diferentes “escolas de pensamento” na área da Psicologia.

Desta forma, temos, entre outras, a Psicologia Behaviorista (derivada de uma corrente positivista e que definirá o homem e seus

processos psíquicos como um ser primordialmente governado por estímulos do meio); a Psicologia Humanista (derivada da Fenomenologia e do Existencialismo, e que definirá o homem como um ser intencional, dono de seus atos e de sua consciência); a Psicologia Cognitiva (derivada em parte de uma filosofia pragmática, considera o homem em uma perspectiva interacionista, fruto da constante relação homem-meio, sendo este homem considerado como um sistema aberto e em sucessivas reestruturações); a corrente sócio-histórica da Psicologia (derivada do materialismo dialético, considera também o homem numa perspectiva interacionista, privilegiando a mediação do meio); Gestalt (que com certa influência fenomenológica, explora a atenção, a percepção e a tomada de consciência pelo organismo como um todo); e a Psicanálise, que embora não tenha nascido no seio da Psicologia, caminha junto com ela na sua preocupação com a estrutura do psiquismo humano.

Assim, são diferentes vertentes da Psicologia que pretendem observar, compreender e trabalhar a subjetividade humana, no que diz respeito a seus processos psíquicos, à construção de sua inteligência e afetos, a suas formas de ser, atuar, se relacionar, de influenciar e ser influenciado pelo mundo.

Este breve estudo teórico, já deixa evidenciado o longo percurso histórico e a dedicação de muitos, na construção de entendimentos a respeito da condição humana. Pode-se até pensar que a Psicologia é uma Ciência relativamente jovem, com cerca de 138 anos de existência, apenas. No entanto, as perguntas que hoje chamamos de psicológicas existem e são feitas há muitos séculos, como visto anteriormente.

Por fim, convém reforçar que a Psicologia é uma Ciência em desenvolvimento ao longo da história da humanidade e conforme os legados culturais/científicos e temas, que lhe dizem respeito vão aumentando, ela segue se transformando, buscando aprofundar as questões que hoje pertencem a sua área de estudos/científica. Atualmente, a Psicologia está organizada em diversos ramos, que estão conectados entre si a partir do “objeto” de pesquisa que os une e reúne, qual seja, a estrutura/funcionamento do psiquismo humano, que por sua vez se desdobra em inúmeros outros temas como: consciência, sentimentos, comportamento, percepções, mente, inconsciente, autoestima e muitos outros.

E algumas dessas temáticas/conceitos serão pautadas, especificamente, no próximo capítulo, na intenção de prosseguir no

percurso da fundamentação da subjetividade psíquica como objeto de estudos, por excelência, da Psicologia.

## Capítulo 2

# TEORIAS PSICOLÓGICAS SOBRE SUBJETIVIDADE

Neste capítulo, após um breve percurso histórico, buscarei apontar - na continuidade do já elencado no capítulo anterior - alguns caminhos que foram pavimentados na temática do humano, ou melhor, do psiquismo, por autores contemporâneos, que persistiram na busca por respostas, prosseguindo no mapeamento da subjetividade. Dentro os vários autores e teorias psicológicas sobre a subjetividade, acabamos tendo que optar por alguns, como: Jung, Winnicott, Adler, Rogers e Freud.

### 2.1 Carl Gustav Jung e a *individuação*

Na abordagem junguiana, o processo de *individuação* (JUNG, 2015), não se refere apenas à descrição do processo pelo qual a personalidade é formada nas diferentes fases da vida (infância, juventude e idade adulta), já que isso seria equivalente à soma dos fatores biogenéticos, psicogenéticos e culturais. E se fosse esse o caso, a *individuação* seria muito semelhante à individualismo. Individualismo significa focar-se deliberadamente em alguma particularidade pessoal, querendo ignorar as obrigações coletivas. Entretanto, para Jung, a *individuação* promove uma consciência que ultrapassa os limites traçados por um desenvolvimento governado pelo individualismo.

Conforme a teoria de Jung, na *individuação*, ocorre apenas, como que um desvio do coletivo, quando a pessoa busca afastar a consciência de hábitos estabelecidos e de atitudes condicionadas pela cultura, procurando orientá-los em direção a um horizonte muito mais amplo, de compreensão de si mesmo e dos outros, com a qual ocorreria uma expansão da consciência. Inclusive, para Jung, neste processo de desenvolvimento subjetivo/interior, os conteúdos arquetípicos vindos do *inconsciente coletivo* (JUNG, 2014), tenderiam a se atualizar através da consciência particular, buscando uma conformação individual na vida e na existência subjetiva. Entretanto, devido à sua oposição à consciência, os arquétipos coletivos não podem ser transferidos imediata e diretamente. Assim, é necessário e

salutar, encontrar um caminho – subjetivo - que abra a comunicação entre a realidade consciente e o mundo inconsciente.

Um princípio fundamental da psicologia junguiana é que a *psique* é um “sistema auto regulado”, que busca constantemente, manter o equilíbrio entre diferentes forças: a consciência, o inconsciente pessoal e o inconsciente coletivo. Esse princípio também afirma que a psique tende a compreender a realidade humana como uma luta entre essas forças, muitas vezes, antagônicas. É realmente uma forma de compreender/explicar os fenômenos do mundo humano em termos de forças que precisam ser “conciliadas” para que cada pessoa possa progredir no seu desenvolvimento. O processo de tal “pacificação” é a capacidade de formar a subjetividade, ou seja, uma personalidade própria, unificada e coerente.

Certas particularidades pessoais, não podem ser alcançadas através de caminhos prescritos por normas coletivas, de forma que o indivíduo precisa conseguir se adaptar tanto para a vida externa quanto ao seu mundo interno, ou melhor, para que a *individuação* seja possível, é necessário, por um lado, que o indivíduo tenha alcançado primeiro, um mínimo de adaptação às normas coletivas, mas, por outro lado, esta adaptação não é alcançada sem que haja certo enfrentamento destas. Assim, a *individuação* requer uma orientação diferenciada, qual seja: uma diferenciação entre o que é o geral/coletivo e a formação do que é/será o subjetivo, o que coincide, em grande medida, com o desenvolvimento da consciência.

Isso fica mais claro quando se leva em conta o conceito de indivíduo, cuja definição nos é oferecida por Jung em seu escrito Tipos Psicológico (JUNG, 2013): “O indivíduo caracteriza-se por possuir um psicológico singular e, em certo sentido, “único”. O *inconsciente coletivo* tem um caráter generalizante e indiferenciado, portanto, necessita de um processo de diferenciação, transformando em consciência, assim como, tornando-se “subjetividade”, ou ainda, diferenciando-se dessa forma em relação aos outros indivíduos.

Entretanto, em relação a essa temática, convém enfatizar ainda, um entendimento equivocado sobre a questão da individuação e da adaptação em relação ao mundo externo, segundo o qual, esse processo enfatizaria apenas, a adaptação do *Ego* ao seu mundo interno, negligenciando o mundo exterior. Pelo contrário, Jung (2013) afirmou: o indivíduo não é apenas uma entidade singular, mas a sua própria existência pressupõe a relação com uma coletividade, assim, o processo de *individuação* não leva ao isolamento, mas, a uma coesão coletiva ainda mais intensa e universal.

E acrescenta: “A individuação não fecha as portas ao mundo, mas sim reúne-o para si”.

Na opinião de Jung, um dos propósitos da análise, talvez o principal, seja ajudar no processo de *individuação*. Embora, muitos considerem que a individuação pode começar em qualquer idade, está claro que o surgimento de sua necessidade, geralmente, se impõe com mais freqüência, durante a segunda metade da vida. Isto faz sentido, tendo em conta que, durante a primeira metade da vida, o indivíduo tende a estar mais focado em criar, geralmente, uma pessoa adequada socialmente, ou melhor, uma *personal*/uma “máscara social” que permite a adaptação/aceitação no mundo externo, bem como fortalece o próprio *ego*, o que será de extrema importância para resistir às pressões exigidas pela emergência de conteúdos inconscientes durante a *individuação*.

A *individuação* inclui mais do que o projeto alcançável na primeira metade da vida, ou seja, o desenvolvimento do *ego* e da *persona*. Conforme Jung, uma vez que isso foi alcançado, outra tarefa começa a se manifestar internamente, porque o desenvolvimento do ego idealizado e da persona social, deixou fora da estrutura subjetiva uma grande quantidade de material psicológico, como a *sombra*, geralmente ainda não foi integrada, a *anima* e o *animus* permanecem inconsciente, mesmo que esteja agindo em segundo plano, e o *eu/self* mal foi vislumbrado diretamente (JUNG, 2013b).

Aliás, a figura da *sombra* é importante para diferenciar a individuação de outros processos de auto-realização, propostos por diferentes abordagens teóricas, porque o objetivo disso não é dominar a própria psicologia pessoal, nem tornar-se perfeito e nem ser melhor que os outros, mas, simplesmente, familiarizar-se com a própria *psique* e tentar ser “mais completo” e integrado. Por isso a *individuação*, para Jung, tem aquela fase interna e subjetiva de integração da *sombra*, da *anima* e do *animus*, o que implica uma percepção crescente de nossa realidade psíquica/ subjetiva única, incluindo forças e limitações pessoais, e ao mesmo tempo, uma apreciação mais profunda da humanidade como um todo. Em outras palavras, na medida em que nos vemos mais humanos, poderemos ver aqueles que nos rodeiam humanizados.

Reforçando o que foi dito até agora, o caminho da *individuação* procura, em essência, um processo de centrar-se novamente, na própria personalidade, pois na primeira metade da vida, ocorre como que um deslocamento do verdadeiro centro, o que por sua vez provoca uma

alienação do *ego*, que geralmente resulta na identificação com uma de suas funções, ou seja, com uma *persona* ou a “máscara social”. O progresso na *individuação*, nesse sentido, é encontrar-se, ou ainda, centrar-se novamente na própria essência/subjetividade.

Aqui, convém enfatizar uma possível psicopatologia da *individuação* no sentido dos perigos normais que podem surgir durante um processo de *individuação*. A primeira coisa sobre a qual Jung alertou foi para um ego inflado, produto de assimilação de conteúdos inconscientes à consciência, e cuja consequência pode ser a desorientação, acompanhada por uma sensação de imenso poder e singularidade, ou uma sensação de desvalorização. O primeiro, representaria um estado hipomaníaco, enquanto o segundo seria o depressivo. (Jung, 2007). Outro perigo pode residir nos efeitos que podem ter o emergir de conteúdos inconscientes em pessoas com pouco contato com a realidade, e isso pode levar a colapsos esquizofrênicos. Jung refere-se também, a ideias psicóticas, que podem inflamar o ego. Da mesma forma, ele alerta sobre o perigo do envolvimento intenso com o mundo interior e suas imagens fascinantes, no caso de personalidades *narcistas*.

Entretanto, para Jung, a *individuação* representa um autêntico desenvolvimento da subjetividade, na busca de cada um em tornar-se si mesmo, de forma não dividida, numa totalidade integrada de todos os componentes internos. Isso envolve despojar-se da falsa vestimenta da máscara social e assim, diferenciar-se psicologicamente do coletivo, podendo ser diferente dos demais seres humanos, mas, sem se isolar, pelo contrário, mantendo uma saudável e solidária relação com os outros. (JUNG, 2015).

Contanto que o objetivo seja a totalidade e a saudável interação com o Eu/*self*, o verdadeiro valor da *individuação* não reside no objetivo final, mas naquilo que vai ocorrendo ao longo do caminho. Segundo Jung, ninguém nunca é completamente “individuado”. Isto equivale a dizer que a *individuação* nada mais é do que um objetivo potencial, cuja idealização é mais fácil do que a sua realização. Contudo, o essencial é o processo construído/percorrido que leva ao objetivo, pois enche de sentido a duração da vida. A *individuação* é um processo pessoal e dinâmico, que dura toda uma existência.

## 2.2 Winnicott: desenvolvimento do *Self*

Winnicott (1979) nos diz que a vida psicológica começa quando surge o *self*, primeiro esboço da autoconsciência, capacidade de perceber o simples fato de estar vivo, fato expresso na continuidade existencial, no registro do ser no tempo, a compreensão elementar da duração e na realização e registro dos primeiros gestos criativos, atos espontâneos capazes de inaugurar uma existência verdadeira e, portanto, fazer nascer um “eu” verdadeiro.

No início ele vai nos contar, que o bebê e a mãe são um só (Winnicott, 2006). A mãe experimentará uma preocupação materna primária, que se desenvolve gradualmente e se torna um estado de elevada sensibilidade durante a gravidez e continuará assim até algumas semanas após o nascimento do bebê. A mãe “sofre de uma abstinência”, centrando a sua existência no filho recém-nascido. Este é o vínculo que Winnicott chamou de identificação primária ou de identidade. Este vínculo permite capturar, diretamente, tudo o que acontece com seu filho a fim de poder satisfazer suas necessidades instintivas. Essa “doação”, torna-se quase uma doença, do qual a mãe se recuperará mais tarde. Porém, é necessário que a mãe guarde uma pequena parte dela em contato com a realidade externa, classificado por Winnicott como um *estado esquizóide normal*. Winnicott nos dirá também, que esta preocupação primária materna e esta “dissociação” não são facilmente lembradas por mães depois de se recuperarem deles, que tenderão a ser reprimidos.

Assim, para Winnicott, um instrumento primordial no desenvolvimento do bebê é a “identificação”, pela qual se transporta como que para dentro de um objeto para coincidir com o que tem único e, portanto, inexpressível. Essa identificação – não só normal em o desenvolvimento da criança, mas também essencial para a sua sobrevivência – apenas pode ser vivida assim mais tarde, em profundas regressões psicóticas, e é basicamente incomunicável, assim como o fenômeno no vínculo materno-bebê também se instala regressivamente para a mãe em um momento anterior ao verbal.

Winnicott também fala da criação da atividade principal, que tem a ver com o seio da mãe que é constantemente recriado pela criança em razão de sua necessidade. A mãe situa o seio real no lugar onde a criança está disposta a criá-lo, e no momento apropriado. A ilusão tem a ver com a onipotência da criança, a ideia de ter criado o objeto que encontra. A mãe

se apresenta como objeto para o bebê, bem como, às vezes, permite que ele acredite que ela é a criação dele. O primeiro ato criativo está, então, na possibilidade de criar um objeto que na realidade está ali porque a mãe, adaptada às necessidades do “eu” de seu bebê, o colocou ali no momento certo e na forma em que o bebê o estava criando.

Quando a adaptação da mãe é adequada, o bebê desenvolve a ilusão de que a realidade corresponde à sua capacidade de criá-la. A *mãe suficientemente boa*, para Winnicott, seria aquela que se adapta às necessidades do filho, de forma adequada ao momento de maturação. No início da adaptação é tal que o bebê não percebe isso, só toma consciência do ambiente protetor quando sente suas falhas, pela ruptura da continuidade existencial que estas provocam. A adaptação ao ambiente inclui necessariamente, a possibilidade da *fallha*. O bebê aprende a tolerar gradativamente a ausência, baseado na confiança do reaparecimento da mãe. Ela estabelece o processo de desilusão, sobre a ilusão que ajudou a criar anteriormente. A mãe não consegue fornecer constantemente tudo o que seu filho necessita, e então o bebê começa a registrar as ausências e frustrações, questionando sua experiência onipotente e passando a reconhecer o mundo exterior. Porém, a falha precoce e persistente da mãe, se ela lhe impõe a alteridade e não permite que o bebê a descubra, obriga o bebê a se adaptar ao ambiente e a se tornar mãe de si mesmo para sobreviver. A *mãe suficientemente boa* é uma mãe ideal, capaz de fazer com que o filho vivencie a frustração necessária ao desenvolvimento do seu desejo e da sua capacidade de individualização.

Na estruturação do *self* é preciso ir da dependência em direção à independência (Winnicott, 2005). A criança começa em estado de dependência absoluta. O bebê é dependente, mas ele não tem ideia de sua dependência e portanto, a onipotência reina e o narcisismo primário, também. Gradualmente a criança terá um período de dependência relativa, caracterizado pela separação entre ele e o meio ambiente (a mãe), onde a criança percebe que seus suprimentos para sobreviver vêm de outro e são exteriores a ele. Se tudo correr bem, a criança se desenvolverá em direção à independência. A independência absoluta não existe, já que o ser humano saudável, sempre precisa ser social/sociável, não isolado, o que envolve sempre um certo grau de dependência (ser subjetividade na intersubjetividade).

A integração é um processo que depende de uma tendência psicológica herdada, e que deve ser apoiada ou complementada por uma

atividade do ambiente materno, o qual Winnicott chama de *holding* (Winnicott, 2006). Quando o bebê nasce possui elementos motores e sensoriais rudimentares que lhe darão um padrão de existência, serão a matriz condutora de uma experiência de continuidade existencial, na qual assentará uma elaboração imaginativa de desempenho corporal. No começo um desenvolvimento a partir de um estado não integrado que não é traumático porque a mãe amparará. A proteção oferecida pela mãe impede que o “eu precário” do bebê se angustie em demasia, que esta tem diferentes formas de ser vivenciada, todas estão ligadas à ansiedade psicótica (fragmentar-se, cair incessantemente, ou desligar-se do corpo). O aparecimento desta ansiedade em qualquer das formas citadas, provoca a ruptura da continuidade existencial. Se durar ao longo do tempo ou se repetir, pode causar diversas patologias. Winnicott diferencia a desintegração (processo sistema defensivo que gera patologias) da não integração (estado natural de qual parte é tomada para alcançar a integração graças ao suporte adequado materno) ao qual se pode retornar em determinados momentos.

O *holding* da mãe tem a ver com sua capacidade de empatia às necessidades do bebê no momento da dependência absoluta (isto é, quando a separação psicológica entre o “eu” e o “não eu” ainda não ocorreu). Isto inclui o suporte físico e psíquico da criança, a satisfação das necessidades fisiológicas e a proteção contra estímulos desagradáveis. O termo *holding* talvez tenha mais sentido em relação ao sustento psicológico do que ao físico. A *holding* tem a ver com a transmissão do ser psicológico, e o *handling* favorece a experiência de ser unidade com o seu próprio corpo.

Isto nos leva ao conceito de *personalização*, de Winnicott, onde os cuidados regulares permitem o desenvolvimento da unidade psicossomática. A *personalização* é um momento de integração que se refere especificamente à integração psicossomática e ocorre concomitantemente com fase de diferenciação do “eu não-eu”, paralelamente ao estabelecimento da pele como fronteira entre dentro e fora, entre o bebê e a mãe. Assim vai se desenvolvendo o esquema corporal da criança e começa a fazer sentido a função da introjeção e da projeção.

Winnicott destaca que a vida não deriva exclusivamente do instinto e que existe um estado anterior de se sentir vivo, no qual ainda não há vitalidade e daí emana o “ser”. A mãe deixa emergir o ser do filho “sendo e não fazendo”. Mas, desde o começo há experiências ambíguas, causadas pela tensão gerada pelos instintos, uma mobilidade primária, uma vida que condiciona o orgânico. A energia primitiva é uma energia não diferenciada

e no amor primitivo há um componente agressivo, não intencional. Gradualmente vão se diferenciando as pulsões e a libido começa a encontrar plena satisfação na experiência do mamar, ou melhor, em relação com um objeto subjetivo, criado pela criança.

Assim, o papel materno de sustentabilidade acompanha a integração do eu e permite a passagem da dependência à independência. A experiência ilusão-desilusão levará a constituição do *objeto transicional* (Winnicott, 1982). Nesta alternância de ilusão-desilusão, o bebê cria uma ponte imaginária que permite manter a integridade do “eu” e a continuidade existencial, enquanto ilusão do reencontro com a mãe. A evoca a partir dos traços da percepção, de uma forma quase alucinatória, que representa o início dos processos transitórios. Essas experiências são as precursoras da capacidade para o uso de símbolos e da abertura para os fenômenos culturais.

Winnicott observou que os bebês usam alguns objetos, reais e concretos, com os quais estabelecem uma relação impregnada de subjetividade. Estes seriam os objetos transicionais, que ajudam a desenvolver a capacidade de tolerar a frustração. O objeto toma o lugar da mãe, mas não a substitui completamente, apenas auxilia na elaboração da ausência. Há um registro na criança que este objeto o acompanha na ausência de sua mãe, mas ela não é a mãe. Representá-la implica o reconhecimento da perda e a sua recuperação na fantasia. Este é o modelo que sustenta todos os processos de simbolização. Com o tempo, gradualmente, os *objetos transicionais* perdem seu significado. A transicionalidade não é um fenômeno evolutivo típico de um estágio mas, um modo de funcionamento psíquico, que mais tarde será transferido para outras experiências, passando de um objeto eleito para a multiplicidade de objetos abstratos e variáveis, permitindo assim o acesso à cultura.

Esta relação com as primeiras posses realiza-se numa zona intermédia entre a realidade psíquica e a realidade externa, zona entre o eu e o não-eu. Esta área é o espaço de transição, onde os fenômenos transicionais se desenrolam. Esta teorização permite registrar a passagem dos estados subjetivos ao reconhecimento da exterioridade. A educação dos filhos deve favorecer o desenrolar da transicionalidade, uma vez que esta está ligada à aprendizagem criativa. Já a inibição da originalidade e os preconceitos estão ligados ao fracasso na construção dos fenômenos transicionais. Esses fenômenos são entendidos como universais. Trata-se de uma forma de usar a atividade mental relacionada à fantasia, que ocupa

o espaço intermediário entre o mundo interno e externo e que permite que o bebê faça a transição necessária entre a primeira relação oral com a mãe e um verdadeiro relacionamento objetal.

A posição depressiva é uma conquista evolutiva, que leva à aquisição do sentimento de culpa e implica manter uma angústia e uma esperança duradouras durante um período de tempo, durante o qual o bebê precisa perceber como uma *persona completa*, capaz de relacionar-se com outra *persona completa*. A criança descarrega tensões instintivas que são satisfatórias porque são seu meio de expressão, mas quando olhar para atrás vai querer reparar. Há uma descarga instintiva e a mãe apoia a situação, ou seja, a criança percebe que a mãe, apesar de ter participado da experiência, sobreviveu e está tranquila. Conforme Winnicott, se isso acontecer repetidamente, no longo prazo a criança notará a diferença entre realidade e fantasia, entre realidade externa e interna. A conquista ocorre gradualmente entre cinco e doze meses, coincidindo com o tempo do desmame natural e seu estabelecimento não é definitivo até um momento posterior.

Do sentimento de culpa, inicia um desenvolvimento que não termina nunca e que passa por etapas sucessivas, que surge da percepção da dor que é sentido como resultado da dor que foi causado real ou imaginativamente para um outro, especialmente quando a intenção agressiva intervém posteriormente em relação ao outro. Esse sentimento vai se tornando mais tolerável na medida que algo pode ser feito sobre o mal causado. Se o objeto sobrevive, ele não demonstra desejos de vingança e dá origem à reparação através de um sorriso ou qualquer gesto. A preocupação com o outro refere-se ao fato que o indivíduo interessa, importa e aceita a responsabilidade sobre suas ideias e comportamentos. Se isso não ocorrer, não há possibilidade de preocupação com o outro, com a consequente dificuldade na elaboração ou expressão da agressão. Somente aquelas pessoas que se sentem confiantes na sua possibilidade de reparação podem expressar a sua agressividade, assevera Winnicott.

### **2.3 Adler e a *Psicologia Individual***

Para Adler (1870), ao nascer, já começa a se formar o que é o início de todo desenvolvimento psíquico: a distinção entre o eu e o mundo exterior.

Nesta fase de encontrar a si mesmo, que se fecha por volta do primeiro ano de idade, a criança não tem um desenvolvimento da condição física correspondente à psicológica e esta desproporção continua por muitos anos. No animal uma suposta “consciência do eu” coincide com uma autonomia instintiva. No humano, essa independência do meio ambiente é realizada mais tarde e a criança vai se conceber como pequena e fraca e dependente dos outros, entretanto, a “reação” pode ser: tenho que me tornar grande, forte e independente. Para Adler, este fato é normal em todas as crianças - e certamente está presente mesmo quando não é externalizado - e é justamente essa não reação, que será a base do sentido da inferioridade subjetiva de Adler.

Os caminhos para superar esse *sentimento de inferioridade* são dois: um é o caminho normal do desenvolvimento individual (contar predominantemente consigo mesmo) que corresponde psiquicamente à tendência de querer prevalecer e progredir física e psicologicamente, a fim de conhecer e conquistar uma nova possibilidade de vida, procedendo taticamente, sem abrir mão do apoio dos adultos; já o segundo caminho leva a adesão efetiva ao meio ambiente família, tendo a segurança de poder contar com aliados poderosos na luta da vida (contar predominantemente com outros).

A criança cumpre, essencialmente, com dois deveres, conforme o autor em voga: dispor dos outros e desenvolver a sua *individualidade* (Leal & Antunes, 2015), mesmo contra os outros, apesar de usá-los pela força das coisas, usando, neste caso, de uma tática instintiva, decisiva para o desenvolvimento do caráter. Lembre-se, a este respeito, dos caprichos e truques das crianças para conseguir o que querem, por exemplo: o medo que têm do escuro e como, através das suas manifestações de medo, forçam os adultos a intervir em sua defesa.

É normal que o *sentimento de inferioridade*, muito acentuado e reforçado por causas pontuais (fraqueza orgânica, doença, miséria, educação errada) provoque danos de duas formas: primeiro porque deprime, segundo porque, quase por equilíbrio, dá uma força eficaz, isto é, mórbida, ao desejo de fazer prevalecer por todos os meios, a própria *persona*.

Toda esta luta entre a *individualidade* em desenvolvimento e o ambiente do qual a criança depende, é visto por Adler como o aspecto do *instinto de conservação*. O adulto deve levar em conta essas fases de desenvolvimento e esforçar-se em compreender e acompanhar, nesse

sentido, a experiência psíquica subjetiva da criança, que requer uma atenção específica.

Na teoria de Adler é atribuída pouca importância a fatores antecedentes, como a hereditariedade e muita atenção – praticamente toda - é concentrada nos fatores atuais e individuais do psiquismo em desenvolvimento, justificando a partir disso, o interesse no *sentimento de inferioridade* (Von Perfall, 1999). Esse sentimento, como já sinalizado, está normalmente presente em cada criança e requer a atenção, a ajuda e o controle dos adultos e educadores, a fim de proporcionar um desenvolvimento psíquico harmonioso, muito importante para a vida escolar, que é o prelúdio para a eficiência completa na vida e assim, evitar a formação de um caráter anormal, ou seja, doenças psíquicas e até mesmo físicas e prever a diminuição do desempenho social.

Devemos considerar as causas externas que podem levar ao aumento do *sentimento de inferioridade* e especialmente a uma debilidade social: doenças, defeitos dos sentidos e órgãos, aparência física, desvio da linha normal (magreza, gordura, estatura muito alta ou muito baixa...). Especialmente defeitos externos, por causa das zombarias dos outros, causam desânimo, quase sempre acompanhado de uma ambição latente, mas viva, de superar o próprio defeito. O que dá origem a tentativas tumultuadas e desordenadas, direcionado a isso, sempre acompanhado pelo *sentimento de inferioridade* mais agudo, sentimento de estar infeliz, de não ter sorte, de ser vítima, etc. Um sentimento que leva a graves consequências sociais é o da criança pobre que, na escola muitas vezes, vive na companhia de colegas ricos, com quem se confronta constantemente e sente que nunca será capaz de alcançá-lo. Tal condição não é sentida apenas como um infortúnio, mas pode deixar marcas profundas de inferioridade.

Desse desânimo surgem, imediatamente ou mais tarde, os caminhos fáceis de obter uma superioridade efêmera e/ou uma falsa vantagem: começa com testes de virilidade ou superioridade sobre os pares (tabagismo, álcool, libertinagem) até chegar, em muitos casos, ao crime e à prostituição. Mas para que o desânimo, segundo Adler, leve ao vício ou à doença, são necessários mais fatores, entre os quais estão: as condições especiais do que Adler chama de *constelação familiar* (Von Perfall, 1999), isto é, o lugar que a criança ocupa na família.

O filho único, que costuma ser muito ajudado, quase sempre não quer ficar sozinho, no primeiro dia de aula sofre uma crise, quando se encontra entre muitos e com os quais ele precisa dividir a ajuda do

professor. A primogenitura tem seus perigos, ou seja, muito se pretende do primogênito: deve dar o exemplo aos outros e tem medo de não ter o sucesso esperado. O último filho é quase sempre pessimista, ou melhor, para Adler, a impossibilidade de superar a distância entre os irmãos mais velhos, a consciência de ser o menor e o mais fraco, intimida-o desde o início. Muitas vezes, mais tarde, ele se transforma em um personagem rebelde e ousado, que é derrotado pelo primeiro obstáculo que encontra. Ainda o caçula, quando passa muito tempo longe das outras crianças e convive muito com os adultos, encontra-se em condições semelhantes às do filho único.

Esses são alguns casos possíveis, que ocorrem quando coincidem muitos elementos desfavoráveis. E muitas vezes, não é difícil, tendo aqueles pontos em mente, diagnosticar entre os adultos, por exemplo os primogênitos, com sua atitude de quem tudo sabe, por serem conservadores, pelo seu espírito de contradição, pela sua marcada falta de independência e/ou pela tendência para mandar.

Conforme Adler, nas meninas, o *sentimento de inferioridade* é acentuado pelo desprezo e pela falta de importância que se têm para com as mulheres em muitas famílias e muitos países. Talvez isso resulte em muitas situações, como reação, à tendência de masculinização, que se manifesta na vida feminina moderna, até na maneira como se vestem e penteiam os cabelos.

Assim, a inferioridade orgânica, o ambiente social desfavorável, a constelação familiar e o gênero chegam a constituir, em boa medida, as condições que condicionam fortemente, o destino do desenvolvimento do caráter da criança.

Mas, para Adler, a educação pode se contrapor a essas condições, numa tentativa de influenciar tal desenvolvimento, segundo um plano determinado. O efeito da educação será diferente dependendo da presença de certos fatores. É de extrema importância se a criança é fisicamente forte ou fraca, se a criança com deficiência é filha única, primogênita ou caçula, se é do gênero masculino ou feminino... A tarefa principal e a condição mais importante da pedagogia, que parte da psicologia individual, é investigar essas condições em casos individuais e analisar o efeito dessas condições de vida em toda a personalidade (Furtmüller, 1968).

Em geral, assevera Adler, pode-se dizer que a educação autoritária, que exige obediência incondicional, é prejudicial porque facilmente é criadora do desânimo. O melhor produto deste tipo de educação é a

“criança modelo”, cujo fracasso na vida é bem conhecido. Por outro lado, as crianças “mimadas” demais são incapazes de sofrer, são egoístas, caprichosos e até dependentes dos outros. O dano que advém de pais sempre insatisfeitos, nervosos e vaidosos é bem conhecido.

De acordo com a psicologia individual de Adler, devemos procurar um equilíbrio e uma compensação entre a tendência de se afirmar pessoalmente e o sentimento social. Evidentemente, é o sentimento social que o educador/o adulto deve reforçar, pois tal sentimento - que será cada vez mais solicitado, já que a vida em sociedade será inevitável - quase não é “sentido” na infância.

Mas, como resulta dos dados da psicologia individual adleriana, toda tendência hostil à sociabilidade é uma manifestação de inferioridade e falta de fé em si mesmo. Na verdade, só quem acredita em si mesmo encontrará a calma e a segurança interior que induzem a pensar não apenas em si mesmo, mas também nos outros. Assim, para aumentar o sentimento social, é preciso antes, aumentar a fé/a estima em si mesmo.

## 2.4 Rogers e a Psicologia Humanista: *autorrealização*

Rogers (1902) também se interessou no estudo da própria pessoa, ou seja, da subjetividade. Para tanto, ele desenvolveu uma teoria da personalidade centrada no “eu”, na qual a pessoa é vista como um ser racional, na busca de um melhor conhecimento possível de si mesmo e de suas reações, propondo também, o autoconhecimento como base da personalidade e que cada pessoa é um ser individual e único. Rogers em sua teoria da personalidade dá uma importância fundamental para dois construtos, que serão a base disso: o *organismo* e o *eu*.

O *organismo* (ROGERS, 1978), seria o centro de qualquer experiência que inclui tudo o que acontece internamente no corpo. Essa totalidade experiencial constitui o campo fenomênico que é o quadro de referência individual, conhecido apenas pela pessoa. Na verdade, a forma como a pessoa se comporta depende do campo fenomênico que ela percebe, ou seja, de uma percepção subjetiva e não das condições estimulantes (realidade externa). Este campo fenomenal seria então, para Rogers, a simbolização de parte das experiências de cada pessoa, ou seja, pessoal/própria de cada um (é possível, no entanto, a experiência não ser representada corretamente). De acordo com a teoria de Rogers, todas as pessoas tendem a confrontar as suas experiências simbólicas com o mundo

objetivo, esta verificação da realidade fornece ao sujeito um conhecimento confiável do mundo, permitindo-lhe comportar-se adequadamente na sociedade, porém em algumas ocasiões, essas “verificações” podem estar incorretas e podem levar a pessoa a ter um comportamento carente de realismo.

O *eu* (ROGERS, 1983), por outro lado, seria uma parte do campo fenomênico que aos poucos se vai diferenciando e que em última análise representa o que a pessoa é. Além do “eu mesmo” como tal, existe ainda, para Rogers, um eu ideal que representa o que a pessoa gostaria de ser. Pode-se aferir então, que o eu é constituído por um conjunto mutável de percepções que se referem mais à própria pessoa do que ao mundo externo. Como exemplo desse conjunto de percepções teríamos: características, atributos, capacidades, fraquezas, valores, etc., que o sujeito reconhece como descriptivo de sua pessoa e que ele percebe como partes de sua identidade.

O *organismo*, conforme Rogers, possui a tendência inata à atualização, que preside ao exercício de todas as funções, tanto físicas quanto experienciais. Constantemente tende ao desenvolvimento das potencialidades, para garantir a sua conservação e enriquecimento, tendo em conta considerar as possibilidades e limites do ambiente. Portanto, uma vez que o eu ou *self* é parte do organismo, podemos concluir que ele também está sujeito a tendência atualizadora. A tendência para atualizar o eu atua constantemente e tende também, ininterruptamente, à conservação e ao enriquecimento de si mesmo, ou seja, opõe-se a tudo que possa ser um risco/ameaçador. Contudo, o sucesso ou a eficácia desta ação, não depende da situação real ou objetiva, mas, da situação como o sujeito a percebe, e o sujeito percebe a situação, em grande medida, em função da noção que tem de si mesmo. Poderíamos dizer então que, segundo Rogers, o mundo é percebido pelo prisma do eu, ou seja, o que se refere ao eu, tende a ser percebido em “relevo” e é suscetível de modificação, dependendo dos desejos do sujeito, enquanto o que não tem relação com o *si mesmo*, tende a ser percebido de uma forma mais vaga (ROGERS, 1997),.

Para ilustrar, pode-se mencionar o caso de um sujeito que é convidado a participar de um festival de música. Se ele se perceber como uma pessoa “desafinada”, evitárá entrar na competição, não importando quão talentoso seja e quão vantajosa seja a oportunidade. É porque, para ele, a participação no concurso, em vez de representar uma oportunidade de enriquecimento, implica num risco para a conservação do eu, tal como ele

o/se percebe. Podemos inferir disso, que o sujeito se percebe como pouco resistente ao fracasso ou a frustração. Em consideração a tal concepção de si, a tendência de atualização, em vez de incitar o sujeito a participar do festival, leva-o, antes, a abster-se, a fim de “defender” a imagem que tem de si mesmo (ROGERS, 1977).

Isso posto, podemos observar que a eficácia da tendência de atualização do *self* depende da percepção realista de si mesmo. A noção de si mesmo é realista quando há correspondência - ou *congruência* - entre os atributos que o sujeito acredita possuir e aqueles que realmente possui.

Conforme Rogers, para verificar se o “caráter” é realista, ou melhor, se a percepção que diz respeito à noção de *si mesmo* é real, a pessoa tem dois tipos de critérios: o primeiro refere-se à experiência vivida do sujeito, enquanto o segundo consiste mais nos exemplos prestados pelo comportamento do sujeito e dos outros em relação a ele. No caso em que a noção de si mesmo é real, a atualização será orientada de forma adequada e a pessoa terá boas chances para atingir os objetivos propostos; no caso oposto, isto é, quando a noção de *self* carrega consigo lacunas e ilusões (como seria o caso de pessoas que se apegam ao eu ideal) a tendência a atualização não parecerá clara, propondo metas difíceis de alcançar, e muitas vezes, irrealizáveis. Terminando, geralmente, em frustrações e fracassos, que acabam prejudicando o desenvolvimento das potencialidades.

Lamentavelmente, segundo o autor em voga, poucas pessoas chegam perto do ideal de congruência (ROGERS, 1975), pelo contrário, muitas vezes prevalece um estado de incongruência. Este estado de incongruência ocorre, em grande medida, quando condições de valor são impostas à pessoa. Sob a influência de uma consideração exagerada de pessoas importantes em sua vida, a pessoa é levada a negar aspectos importantes de sua própria experiência para satisfazer a necessidade de consideração idealizadas e/ou, para não perder o amor “condicional” daquelas pessoas. Essa disposição da pessoa, de buscar a consideração positiva e as exigências de amor condicional de seus entes queridos, produz geralmente, uma alienação da pessoa com as fontes de seu próprio ser.

Como resultado disso, podemos dizer que, conforme Rogers, persiste a tendência à auto realização, que estaria ligada à tendência inata de atualização que implica crescimento orgânico e inerente do eu, promovendo a sua expressão e evolução. Mas de forma dissociada - não congruente - a tendência de atualização é perturbada e sua energia fomenta

comportamentos, sentimentos e valores, aprendidos, que não atualizam o eu.

À medida que a pessoa preenche um maior número de condições e valores que lhe são exigidas, ele se afasta cada vez mais de sua própria experiência. Desta forma, a noção do *eu* e do *eu real* tornam-se incongruentes, e esta incongruência é considerada, por Rogers, como o início da desintegração da pessoa, resultando na base de toda patologia psicológica. A solução para isso seria fazer com que a pessoa se reconheça e se aceite mais como é, real e na realidade.

Isso posto, pode-se afirmar que Rogers contribui muito com o progresso da Psicologia Humanística, este ramo da Psicologia, denominado terceira força, que começou no início da década de 1950. Psicólogos humanistas protestaram contra o que consideravam uma estreiteza, tanto se referindo a psicanálise quanto ao behaviorismo. O humanismo tentou expandir os domínios da psicologia incluindo todas as experiências humanas, que são únicas, que não são abordáveis de forma científica, uma vez que não podem ser medidas objetivamente, ou melhor, em laboratórios.

Concebendo a pessoa como um todo no qual os fatores físicos estão inter-relacionados com o emocional, o ideológico e o espiritual, formando o ser real, que precisa existir e viver, a psicologia humanista vê um ser completo – e não em partes - levando em conta cada aspecto e sua influência no todo.

Para a Psicologia Humanista, o ser humano é movido por uma tendência à auto-realização, ou seja, considera a pessoa como dotada de todas as potencialidades necessárias ao seu pleno desenvolvimento. Neste sentido, ela é revolucionária, pois considera que todos os seres humanos são capazes de mudar e de se curar, o que, por sua vez, facilita/favorece o processo de recuperação e de investimento nas pessoas.

Numa consideração humanística da psicoterapia, todos os humanos necessitam, em maior ou menor medida, encontrar a própria identidade/ singularidade/subjetividade. Estão todos em busca, ninguém está mais saudável do que o outro, e é por isso que há uma recusa em categorizar as pessoas como doentes ou sãs.

O humanismo abrange a humanidade na sua totalidade, como um ser com intenções, planos, fraquezas e ambições e não como “superegos” lutando entre si, ou como sucessões de conexões entre estímulos e respostas. Ou ainda, não limita o comportamento humano a certas causas, ao contrário, tem uma visão muito mais ampla da pessoa, que inclui

aspectos como a capacidade que tem para um crescimento pessoal positivo e a capacidade para mudar. Nesse sentido, não vê o ser humano, apenas, como uma vítima passiva de circunstâncias externas e/ou de experiências anteriores, mas também, como alguém que pode/precisa se esforçar para alcançar seu próprio desenvolvimento e realizar seu próprio potencial.

Enfim, a Psicologia sendo uma Ciência que estuda a subjetividade do ser humano, não pode ser vista a partir de um paradigma de exclusivo objetivismo, onde todas as ciências, para ser Ciência, devem basear-se em métodos experimentais, que tudo mensura em laboratório e precisa quantificar. Como ocorreu com as psicologias comportamentais, que tiveram grande recepção e aceitação dentro da Psicologia, ao acomodar o modelo das ciências naturais, que constituem o paradigma do “observável”, que dominou por muito tempo.

Contudo, a Psicologia não se enquadra, categoricamente, neste paradigma, pois o ser humano não pode ser estudado limitando-o ao objetivo. É para isso que apontam novas escolas que surgiram dentro da Psicologia, como a humanista, que requer ser compreendida e aceita dentro de um paradigma complexo, a partir do qual toda a realidade tem um caráter multidimensional. Não podendo ser entendida a partir de um paradigma simplista, porque não é recomendado um/o estudo unilateral do ser humano.

## 2.5 Psicanálise e subjetividade

A concepção de um aparelho psíquico que inclui um *inconsciente* e modifica sucessivamente seus registros, altera crucialmente a noção de “eu” como um lugar de verdade que prevaleceu até o surgimento da teoria freudiana, abrigada pela prevalência da concepção de cogito cartesiano, racional e indivisível. O cogito freudiano, ao contrário, revela o eu como um lugar de ocultação, demarcando esse sujeito e eu sou termos que não se recuperam. A questão do sujeito claramente passa por uma mudança radical da lógica psicanalítica e da concepção de “eu” (García-Roza, 2001). Ao longo da teoria freudiana, pegamos informações de que o eu é uma instância que emana da percepção e que tem como seu traço essencial estar consciente.

No entanto, a maior ênfase da vida psíquica em Freud é dada ao *inconsciente*, apresentando o eu - que tinha até então como o local da experiência subjetiva - como sendo passivamente afetado por essa

“parte escura” do aparato psíquico. Haveria, portanto, dois princípios: a percepção, em estreita relação com o princípio do prazer/realidade, e a pulsão, relacionado a uma satisfação que está além desse modo de operação, não se restringindo a ela.

É em 1914, no *narcisismo*, que Freud (1914/1996) dá uma definição mais explícita para o eu. Diante de sua constituição no ser humano, haveria um momento inicial chamado de “auto-erotismo”, marcado pelo surgimento da pulsão de um desvio do instinto. O movimento pulsional, naquela época, ainda seria anárquico, uma vez que não houvesse imagem unificada do corpo em que poderia investir sistematicamente. O eu, na verdade, seria sua constituição intrinsecamente ligada à reversão libidinal dos impulsos que coexistem na fase auto-erótica e que então se unificam. Nesse segundo momento, o que Freud (1914/1996) chama de *narcisismo primário* é realizado, um estado inicial em que a criança investe em si mesma e que prepara o terreno para o *narcisismo secundário*, quando o impulso já está orientado para objetos, mas retorna sucessivamente para si mesmo. Aqui a oposição entre pulsões do eu e objetais é derrubada, uma vez que os dois passam a ser vistos como da mesma natureza, diferenciados apenas pelo objeto de investimento a cada momento.

Em resposta ao narcisismo infantil, temos a formação do ideal, que estabelece demandas mais intensas para si mesmo, efetuando assim a necessidade de destacar quando se percebe uma diferença entre o ideal e o que o eu oferece. Identificação com a fonte parental, um modelo que o indivíduo tenta conformar, converge com o narcisismo, resultando no que Freud chama de ideal de si mesmo. Portanto, existem duas identificações. O primeiro, o narcisista primário, é pré-edípico, e o outro, um narcisista secundário, já pressupõe a construção de outro.

A construção do *eu*, conclui-se, ocorre gradualmente ligada à consciência e ao inconsciente. Seria a parte do inconsciente que foi modificada pela proximidade e influência do mundo externo, servindo como mediador o que coloca em confronto o princípio do prazer e da realidade. Outro exemplo, por sua vez, seria constituído como uma instância autônoma e agente crítico: o *super eu*, com função de auto-observação, consciência moral e eu ideal (García-Roza, 2001).

O ano de 1920 significa uma transformação de direções na elaboração psicanalítica, a partir do momento em que Freud (1920/1996) postula a existência de algo para além do princípio do prazer e, por extensão, do princípio da realidade - até então, tinha como lógica o funcionamento

exclusivo do aparelho psíquico. Se é possível enfatizar os representantes pulsantes que geram o desagrado, não é possível, por outro lado, silenciá-los definitivamente. Compulsão à repetição é o que escapa ao princípio do prazer, buscando a satisfação pulsional a todo custo, impondo-a como requisito. Seria tarefa do analista superar a resistência e emergir, em intervalos e acima do quadro inercial imposto pelos ideais.

A partir dessa afirmação, podemos começar a inferir que o *inconsciente* pode ser tomado como um dos nomes do sujeito em Freud, aquele que emerge/aflora para a rápida manifestação de uma ideia ou faísca, de forma independente, em um evento pontual.

A concepção dualista de *despojamentos sexuais* e *auto-dispersão*, suspensa a partir do momento em que o *eu* se torna confrontado como alvo de investidura sexual, é então transferida para a oposição em face da vida e da morte. Pode-se pensar em uma categoria de *pulsão* que tende a repetir, à conservação e a outra que leva à descarga, a produção. Em ambos os casos, o objetivo é a constância, baseada na satisfação completa e intangível, “repetição de uma experiência primária de satisfação” (Freud, 1920/1996, p.52).

Por trás das resistências, Freud permitiu vislumbrar, naquela época, a noção de *desejo*, um dos pontos cruciais de sua teoria. É pelo confronto entre pulsão e ideal que o desejo traz uma desordem entre o conjunto de representações de si e do mundo e a permeação dessa identidade que a pulsão traz. Mais uma vez, vemos rapidamente, algo do assunto quando falamos sobre a natureza fugaz do desejo, seu aparecimento repentino e sempre passageiro.

Em 1933, na Conferência XXXI, Freud (1933/1996) pronunciou a frase “*wo es war, soll ich werden*”, comumente traduzida por “onde o *es* está, o *eu* deve estar”. O descentramento do “*eu*” como fonte de todos os atos humanos permite-nos colocar a questão sobre o sujeito. Para Freud, “sujeito” não é um conceito explicitamente construído, mas algo que emerge nas entrelinhas, apresenta-se como o *nome do desejo*. Parece estranho e alheio ao *eu* porque é inconsciente, proveniente dos imperativos da pulsão. É o “*es*” quem insiste, a repetição que se impõe. Portanto, o sujeito não existe por si só, mas surge a partir do *inconsciente*, para Freud.

## 2.5.1 Narcisismo X subjetividade

Freud (1914) se aprofunda no termo narcisismo ao explorar a sua origem e sua importância na sexualidade do indivíduo. Ele fundamenta o *narcisismo* como sendo um período intermediário entre o autoerotismo e o amor objetal. Para que o Eu floresça, é necessário um meio facilitador para a organização psíquica do infante, para que este tenha o favorecimento de um investimento psíquico mais elaborado através dos primeiros contatos com o outro cuidador, a fim deste provocar no psiquismo do infante o que viria a compor o *narcisismo*. Assim favoreceria ao *eu* sair de uma posição extremamente primitiva de autoerotismo, de autopreservação, para uma que abriria possibilidades de investimentos externos mais complexos, na relação com o outro.

A escolha objetal infantil se dá muito precocemente na vida do infante. Segundo Freud (1914), é nas primeiras experiências de satisfação que a criança faz essa escolha. O bebê inicialmente é muito colado à função de autopreservação e à função autoerótica. A primeira função se refere à condição instintiva de qualquer animal em sobreviver, é a estrutura biológica, é ativada quando o ambiente externo apresenta circunstâncias tais que provocam uma ação imediata do organismo, como tremer de frio ou transpirar quando está em contato com o calor, ou a resposta imediata à primeira vez que se tem fome. O choro do bebê vem inicialmente como uma resposta ao desconforto que a fome trás. Já nas vezes que se sucedem a esta primeira, não é bem assim. O choro passa a trazer uma resposta bastante específica à aflição do infante, que é a do cuidador trazendo o alimento que nutre e que afasta o desconforto da fome e que dá prazer, saciedade, dando abertura à segunda função. O encontro boca-seio dá lugar a uma tripla descoberta: a psique do bebê descobre uma experiência de prazer e o corpo, uma experiência de satisfação; a mãe (o seio), um dom necessário para a vida de seu bebê, pois o bebê, que inicialmente tem fome, a partir do momento que sacia esta fome, se depara com sensações de prazer que vão além das de preservação, é o toque do cuidador, é o prazer da sucção do seio, é o calor e atenção que vem a ele.

Assim sendo, somente por amadurecimento físico o *eu* não se organizaria, ou seja, ele depende da ligação com o outro, aquele que ao mesmo tempo cuida e proporciona os primeiros níveis de identificação. A partir dessa identificação infantil com o *outro* cuidador, é que o bebê se torna capaz de introjetar as primeiras representações com esse outro que é inicialmente uma extensão de si mesmo.

Porém, com a satisfação inicial, deve vir também a frustração, a falta. O bebê deve perceber que o *outro* é quem cuida. Para perceber a presença, precisa sentir a falta. Para isso aparece uma nova figura em cena, a da interdição. Conforme Freud, é a condição necessária para que a criança se diferencie da mãe, sinta sua falta, sua ausência. Para que possa elaborar sua existência fora e para além de si.

A criança vai percebendo que o cuidador é um *eu* diferenciado do dela, que tem suas próprias necessidades, seus próprios desejos e que ela não é tudo para ele. O movimento de ser apresentada a um terceiro, que além de separá-la do cuidador, ainda chama sua atenção, abre possibilidades para a criança refletir, elaborar a ausência do objeto e procurar por outros. Esse corte trazido pelo *Mito da Castração* e/ou *Complexo de Édipo*, traz grande contribuição na formação subjetiva, possibilitando ao *eu* novas perspectivas, na manutenção entre a satisfação de desejos e a forma de lidar com as frustrações.

Mas não é só de frustrações que o *eu* se organiza nesse momento. O equilíbrio entre prazer e frustração exige uma grande sensibilidade do cuidador em identificar os momentos necessários de frustração suficiente e de intrusão pelo outro. A mãe oscila entre excessos de gratificação e de frustração, entre a presença e a ausência. Entretanto, isso é necessário, pois desenvolve a capacidade do *eu* de estar só, de poder introjetar o objeto perdido, o luto pela falta do cuidador.

Nesse momento o bebê pesa entre a tolerância de certa fusão e a necessidade de estar separado. Quando há excesso de gratificação, quando a resposta do objeto às necessidades do bebê é imediata, sem prazo de elaboração da frustração necessária e, consequentemente, de um momento para que o bebê se reconheça, invista em si mesmo em vez de ser investido, enquanto percebe que há a escolha de fazê-lo, corre-se o risco de que o excesso de atenção se torne falta de individualização, podendo provocar experiências de fusão primária, nas quais a relação sujeito-objeto busca preservar os limites precários do ego, podendo favorecer a predominância da organização dual narcísica em relação com a necessária organização triangular edípica.

Porém, se a falta for excessiva, se o objeto nunca, ou quase nunca, se faz intimamente presente, instaura a ‘angústia de separação’ ao *eu* do bebê, produzindo uma experiência de dor que provoca a intolerância do *eu* aos *investimentos objetais*. Se esse investimento parental for vacilante, entre um superinvestimento ou um desinvestimento, o bebê terá grandes dificuldades

em distinguir as linhas fronteiriças *entre o eu e o outro*, não dando conta de saber separar seu *eu* do *eu* do cuidador e, consequentemente, do mundo externo.

No momento em que o bebê reconhece que ele e o cuidador são figuras distintas, mas que depende dele para satisfazer as suas necessidades mais básicas, projeta nesse cuidador toda a perfeição (ideal) que anteriormente sentia vindo de si. É esse cuidador sem defeitos, invencível e fonte de sustento e proteção que será sua nova fonte de investimento. Mas como se vê posteriormente impossibilitado de satisfazer suas demandas de satisfação no *objeto*, devido ao processo de interdição do *terceiro castrador*, a criança se vê em uma situação que precisa abrir mão desse *objeto*, podendo, porém, satisfazer esse *desejo*, introjetando características dele em seu psiquismo.

Nesse *Ideal de eu* fornecido pelos cuidadores, os quais seriam de início figuras onipotentes, Freud diz que “O desenvolvimento do ego consiste num afastamento do narcisismo primário e dá margem a uma vigorosa tentativa de recuperação desse estado. Esse afastamento é ocasionado pelo deslocamento da libido em direção a um ideal do ego imposto de fora [...]” (Freud, 1914, pag.106). É com esse ideal de Eu que a criança buscará a satisfação posterior na vida de relação com *o outro*, o de conseguir cada vez mais alcançar e se apropriar desse ideal, em uma busca constante.

Todavia, o culto excessivo de *si mesmo*, ou - em termos psicanalíticos - o *narcisismo*, constitui um excesso da consciência do eu, que tende a exaltar as capacidades, qualidades próprias... requerendo a admiração e o reconhecimento dos outros.

É essa necessidade dos outros, de perceberem o indivíduo narcisista como ele se percebe, que fornece pistas sobre *a falta real* que está subjacente a esse aparente excesso de auto admiração. A reação narcisista nada mais é do que um mecanismo de autodefesa que quer se proteger do sentimento real de não ser valioso, do desprezo que sofreu e da baixa autoestima que se torna insuportável. É como um ato compensatório que leva a uma neurose narcisista, pois o indivíduo acaba acreditando nessa condição de ser extraordinário.

Outros indivíduos, diante de experiências semelhantes, declinam, internalizam uma percepção miserável de si mesmos, sendo o contraponto do narcisista. Aqueles que nunca são considerados suficientes estão sujeitos

à tirania do perfeccionismo, a um ideal devastador que não lhes permite descansar.

A interação com um *narcisista* é degradante, uma vez que seu poder requer a impotência do outro, sua adoração, a inadequação do outro e, em última análise, para que o narcisismo se sinta bem, como um mecanismo de defesa do eu, precisa minimizar o valor dos outros.

Pelo contrário, aqueles que desprezam e não encontram um mecanismo de defesa eficaz lutam até a exaustão para ser quem internalizaram que deveriam ser, porém, nunca o serão. Eles aspiram a um ideal do eu irreal, e seu ambiente e interação com os outros é muitas vezes percebido como confirmação de sua insuficiência, um mantra que corroeu suas mentes, lembrando-os de que não é o suficiente, que sempre é necessário mais.

Segundo Freud, como acontece sempre que a *libido* está envolvida, mais uma vez aqui “o homem se mostra incapaz de abrir mão de uma satisfação de que outrora desfrutou. Ele não está disposto a renunciar à perfeição narcisista de sua infância; e quando, ao crescer, se vê perturbado pelas admoestações de terceiros e pelo despertar de seu próprio julgamento crítico, de modo a não mais poder reter aquela perfeição, procura recuperá-la sob a nova forma de um ego ideal. O que ele projeta diante de si como sendo seu ideal é o substituto do *narcisismo* perdido de sua infância na qual ele era o seu próprio ideal”. (Freud, 1914)

Certamente, menos sofre o *narcisista* que encontrou proteção/defesa efetiva, enquanto que os demais são cruelmente submetidos ao seu ideal, não encontrando um mecanismo de defesa eficaz, hodiernamente recorre “aos outros” para minimizar o seu sofrimento, mas ele não tem uma maneira permanente de se proteger. Neste sentido o outro não diminui o seu sofrimento, porque a falta/fracasso está nele, no narcisista.

O meio termo seria adequado, ou seja, uma certa oscilação entre uma reação e outra, sem radicalizar. Esta média pode tornar possível ter uma consciência mais realista do seu próprio potencial e limitações, sem que isso seja excessivo.

Enfim, encerrando este capítulo, após um breve percurso teórico, caminhando a passos largos, atravessei algumas teorias psicológicas voltadas - mais indiretamente do que explicitamente - para questão da subjetividade humana. Teorias que buscaram pavimentar, cientificamente, o entendimento a respeito do psiquismo humano, questão que já vinha

intrigando muitos filósofos antigos, assim como vários teólogos na Idade Média.

Pude evidenciar melhor, que o psiquismo, assim como a subjetividade, são condições singulares e únicas, ou seja, cada pessoa precisa se estruturar/organizar psiquicamente, como individuação, buscando a congruência interna (e externa), superando progressivamente, o sentimento de inferioridade que nos marca num princípio de vida completamente dependentes de outros, o que por sua vez, interfere e influencia (“cliva”) diretamente na estruturação da própria autoestima ao longo da nossa existência, como veremos melhor no próximo capítulo.

## Capítulo 3

# SUBJETIVIDADE E AUTOESTIMA

Como vimos nos capítulos anteriores, a busca por uma melhor compreensão do ser humano já estava no horizonte desde os tempos dos filósofos, afinal, como seres racionais queremos entender/conhecer as coisas e a nós mesmos, para podermos dominar, controlar, melhorar... enfim, “sentir-nos” mais seguros em nossa frágil condição humana. Fragilidade não só material e física, mas também psíquica, resultando em insegurança emocional, o que afeta diretamente, a organização psicológica que cada pessoa precisa elaborar ao longo da própria existência, se quiser ser uma subjetividade na intersubjetividade, ou melhor, para ser um sujeito - si mesmo congruente - numa existência que sempre será no coletivo/em sociedade.

Entretanto, mesmo que esteja claro a inevitável e necessária interdependência entre o coletivo e o subjetivo, ainda assim, seguirei “pavimentando o caminho” da subjetividade como foco primeiro e último da Psicologia, e apontando neste capítulo, para um elemento estrutural e estruturante da subjetividade, ou melhor, não há estruturação/organização psíquica que não precise se haver com a questão da autoestima, esta que já “transpareceu” em todas as teorias vistas no capítulo dois.

### 3.1 Autoestima

Certamente, será fácil de entender que cada bebê/recém nascido, quando chega ao mundo - ainda na vida intrauterina, inclusive - chega vazio de autoestima, afinal, não éramos ainda (se bem que, segundo a Psicologia, já éramos no desejo e na linguagem dos pais antes da nossa concepção).

Apesar de evidente, convém esclarecer também, que a autoestima se refere a estima que cada um tem por si mesmo (ao procurar pela etimologia da palavra autoestima, encontra-se uma mistura entre o grego e o latim, ou melhor, do grego utilizou-se o termo *autós*, que significa “a si mesmo” e do latim *aestimare*, que significa “valorizar, apreciar”). Assim, fica mais uma vez simples de entender que cada um nasce sem autoestima, afinal, como seria possível valorizar e/ou apreciar a si mesmo se ainda não havia um si

mesmo? Havia, como já dito anteriormente, apenas um objeto de desejo de outros, ou ainda, havia um bebê que tinha valor/apreço (em medidas diversas) para terceiros. E parece que é assim mesmo, nesse contexto de objeto de desejo, que cada um começa - precisa começar, ou, deveria começar - a engatinhar em direção a autoestima.

Se bem que, infelizmente, é possível notar, hodiernamente, que a maioria das pessoas acaba “entulhando” esse vazio de autoestima com outras coisas, confundindo isso com autoestima. Inclusive, por incrível que pareça, uma pessoa milionária pode estar tão vazio de autoestima, quanto uma pessoa pobre; uma mãe com 10 filhos pode estar mais vazia de autoestima do que uma mulher sem filhos; um analfabeto pode estar menos vazio de autoestima do que um pós-doutor; uma faxineira de hospital pode ter autoestima e um médico não; um presidente da república pode estar mais vazio de autoestima do que um chinês desempregado; um ateu pode ter mais autoestima do que o papa; um galá de novela pode estar tão vazio quanto o mais feio dos homens.

Ainda em relação às comparações anteriormente feitas, ficou evidenciado que a autoestima não tem nada a ver com bens, títulos, posição social, nem mesmo, tem a ver com os filhos ou com o casamento, afinal, a autoestima é uma questão estritamente pessoal, ou melhor, subjetiva. Na verdade, será possível conhecer a autoestima se suspender todas essas *personas* (conceito desenvolvimento por Jung, ver cap II) que se desempenha durante o dia a dia e ver o que sobra. O pior é que, durante uma vida inteira pode-se exercer uma persona importante, ser, por exemplo, um grande intelectual, respeitado e aplaudido por todos, mas, seguir vazio de autoestima, ou seja, continuar sem apreço por si mesmo, afinal, a pessoa nunca teve tempo para si mesma, ou será que nunca teve coragem para conhecer e se encontrar. Confundir o que se consegue de fora, com o que não se tem dentro, é mais comum do que se imagina. E é tão prejudicial que muitos chegam no fim da vida sem terem sentido a vida, condenando-se a si próprios por terem apenas existido, correndo atrás de desejos e ilusões infantis, entulhando o buraco/a falta da autoestima, logo, nem chegando perto de uma estrutura emocional saudável/resiliente, acabando por erigir, apenas, uma estrutura *narcisista* (ver item 2.5) como defesa.

Os relacionamentos familiares (constelação familiar de Adler) exercem papel fundamental, no princípio, na construção emocional/subjetiva, sobretudo, da aceitação que o sujeito tem de si e dos sentimentos auto-nutridos. Por exemplo, uma criança que tem uma mãe superprotetora,

que não lhe permite sair, brincar com amigos, vivenciar costumes diferentes, adquirir outros referenciais de relacionamento e, ainda, recebe críticas por tudo que realiza, terá mais dificuldades para se sentir segura emocionalmente com os outros, mas, sobretudo, consigo mesma.

Em geral, a autoestima é fruto do quanto o indivíduo se sente valorizado em relação aos outros e a si próprio: amado, autoconfiante, capaz, seguro afetivamente, ou inferiorizado, ignorado e inseguro emocionalmente.

Mais adiante, saindo da infância, as condições sociais e culturais também começam a influenciar e estabelecer limites para que o pré-adolescente/adolescente intensifique (ou prejudique) a própria valorização e se desenvolva e se torne uma pessoa com autoestima, ou não. Por meio de vivências emocionais, sobretudo, o indivíduo assimila valores, juízos pessoais, que começam a fazer parte dele e o identificam como um ser único e individual. Porém, o processo de *individuação* (conceito de Jung) e de constituição do “eu” requer anos de vivências e de experiências afetivas.

As pessoas costumam buscar seus semelhantes, ou seja, aqueles que compartilham suas crenças, valores e estilos de vida e elege algumas pessoas como modelos de comportamento, estabelecendo com elas uma identificação positiva ou negativa. A partir de vivências afetivas assimiladas principalmente durante a infância e a adolescência, o indivíduo vai reforçando o que é prazeroso/vantajoso e recalca o que é doloroso, chegando à vida adulta com uma determinada organização emocional. A adolescência constitui a faixa etária em que o indivíduo apresenta modificações físicas, emocionais e cognitivas que, por sua vez, interferem intensamente na construção de sua autoestima.

O jovem e adulto, normalmente se autoavalia de acordo com os juízos de valor introjetados durante o processo de formação de sua identidade, que começou na infância e se intensificou na adolescência. Essa autoavaliação, enfatiza a comparação com os outros, sobretudo, as diferenças entre os indivíduos, resultando em muitos rótulos/juízos de valor como boas ou más, adequadas ou inadequadas, etc, o que implica em processos de aprovação ou de rejeição, levando a pessoa a apresentar comportamentos agressivos e/ou de defesa, implicando, por exemplo, em afastamento do contexto por sentir-se posto de lado e ignorado, considerando-se não interessante para os outros...

A falta de autoestima, geralmente tem origem no controle aversivo do comportamento, quando todas ou a maior parte das atitudes do

indivíduo são criticadas e/ou ignoradas, desencadeando mais reclusão, inibição e medo de se expor. Nesse contexto, autoimposto, a pessoa se considera inferior aos outros (sentimento de inferioridade de Adler), desenvolvendo sentimentos negativos em relação a si mesmo. E esse fator de auto-desvalorização, acaba fazendo, muitas vezes, com que o indivíduo conduza sua vida projetando em ideais externos e/ou em outras pessoas, o que não tem/sente por si mesmo.

Por fim, a definição de autoestima - assim como o de subjetividade - é complexa uma vez que envolve a valoração própria e dos outros, assim como a percepção do “mundo interno” e do mundo externo. Trata-se de um construto interno e pessoal (subjetiva), fortemente influenciado pelo contexto social e cultural no qual o sujeito está inserido, mas, de forma especial, intensamente influenciado pelas vivências emocionais com as outras pessoas. Assim, cada um “se” organiza/estrutura afetivamente e terá que “sentir” a sua própria vida.

A essa altura já deve ter ficado claro que cada um precisa “sentir/vivenciar” por si mesmo, ou seja, ninguém pode sentir pelo outro, nem mesmo, pensar por outro. Claro que é possível influenciar e ser influenciado. Aliás, como vimos em Freud, inclusive sempre estamos sob influências inconscientes, mas, ainda assim, é preciso um sujeito *inconsciente*, ou seja, até mesmo o *inconsciente* depende de uma subjetividade para aparecer/ser.

### **3.2 Hipótese: do vazio de autoestima a autonomia subjetiva/afetiva**

Mas, e o que é a autoestima? E o que é a falta dela? Como desenvolvê-la?

Autoestima é estar bem consigo mesmo, é a avaliação subjetiva que a pessoa faz sobre si mesma, ou seja, é a percepção que a pessoa tem sobre sua própria personalidade, competência, valor, capacidade e adequação para viver a vida de cada dia, a vida real, ou em termos rogerianos: está congruente.

Uma pessoa com autoestima tende a se sentir confiante, livre emocionalmente e capaz de lidar com as dificuldades e sofrimentos que surgem na vida hodierna, enquanto uma pessoa com baixa autoestima pode se sentir insegura, desvalorizada e incapaz de enfrentar desafios, desenvolvendo geralmente, uma dependência emocional das outras pessoas, devido, possivelmente, ao sentimento de inferioridade (Adler).

Aliás, a dependência afetiva é um padrão de comportamento em que uma pessoa precisa, excessivamente, de outra pessoa para satisfazer suas carências e necessidades emocionais, como o medo da solidão. A pessoa que é dependente emocionalmente pode sentir uma necessidade extrema de estar em um relacionamento, mesmo que não seja saudável ou positivo para ela.

As pessoas que são “dependentes emocionais” podem ter uma baixa autoestima e sentir que não são capazes de ser autônomas afetivamente, ou, de se sentir bem sem a aprovação da outra pessoa. Isso pode levar a comportamentos como colocar as necessidades da outra pessoa acima das próprias, desistir de atividades que gosta ou até mesmo tolerar abusos emocionais ou físicos.

A dependência emocional pode se desenvolver em qualquer tipo de relacionamento, incluindo amizades, relacionamentos românticos e relações familiares. É importante notar que a dependência emocional não é o mesmo que amor verdadeiro ou compromisso em um relacionamento saudável. A dependência emocional pode ser tratada com ajuda profissional, como terapia, para que a pessoa aprenda a desenvolver sua autoestima/sua autonomia afetiva e consequentemente, possa estabelecer relacionamentos mais saudáveis e equilibrados.

É importante lembrar que aquele vazio de autoestima não é algo imutável, mas, que pode/precisa ser trabalhada e desenvolvida ao longo do tempo, através de vivências e relacionamentos “sustentáveis”, com o aprimoramento de habilidades e a mudança/superação de pensamentos e comportamentos negativos.

O desenvolvimento da autoestima – que, no fundo, é responsabilidade exclusiva de cada um - pode ser influenciada por diversos fatores, como: experiências afetivas positivas na infância (Winnicott), uma infância com experiências positivas e uma boa base emocional pode ajudar a construir uma autoestima saudável; conhecer a si mesmo (autoconhecimento de Rogers), suas habilidades, pontos fortes e pontos fracos pode ajudar a aumentar a confiança e a valorização pessoal; sucesso pessoal, ou melhor, alcançar objetivos pessoais e sentir-se bem-sucedido em diferentes áreas da vida pode contribuir para uma boa autoestima; apoio social, como ter um ambiente de apoio com amigos e familiares pode ajudar a sentir-se valorizado e amado; receber feedbacks positivos dos outros pode aumentar a autoconfiança e a autoestima, entretanto, isso é bem diferente de ser dependente emocionalmente dos outros; resiliência, ou seja, ter a

capacidade de superar desafios, dificuldades e sofrimentos pode ajudar a desenvolver a crença em si mesmo e a confiança em lidar com situações difíceis na vida de cada dia; pensar de forma positiva/otimista e desafiar pensamentos e crenças negativas pode ajudar a construir uma autoimagem mais positiva, mas sem forçar autoilusões; a autonomia afetiva, que implica em autonomia e em ter a capacidade de fazer escolhas e tomar decisões, podendo ajudar a sentir-se mais confiante e empoderado para superar o *narcisismo freudiano*.

Uma pessoa com pouca autoestima é alguém que tem uma visão negativa sobre si mesma e não se valoriza. Ela pode ter uma autoimagem distorcida e pode acreditar que não é boa o suficiente ou digna de amor e respeito. Algumas características comuns de uma pessoa com pouca autoestima incluem: insegurança emocional, ou melhor, a pessoa pode se sentir insegura em relação a si mesma e às suas habilidades; autocrítica depreciativa, no sentido de ser muito crítica consigo mesma, focando nos seus pontos fracos e falhas em vez de valorizar suas qualidades e pontos fortes; comparar-se excessivamente com os outros e sentir-se inferior, geralmente, preocupando-se com a opinião dos outros; o isolamento, evitando relacionamentos com outras pessoas e situações sociais, ou ter dificuldade em se conectar com os outros por medo de ser julgada; muito medo de fracassar, o que a faz evitar tentar coisas novas ou desafios por medo de falhar ou ser rejeitada; sempre precisa agradar os outros para se sentir bem; auto sabotagem, também é uma característica da baixa autoestima; a pessoa pode ter dificuldade em tomar decisões ou confiar em suas escolhas; a baixa autoestima pode levar a depressão e ansiedade, muitas vezes fazendo com que a pessoa se sinta desamparada e sem esperança.

Convém reforçar que cada pessoa é única/singular e que as vivências pessoais que influenciaram/influenciam o desenvolvimento subjetivo, também são únicas, ou melhor, os sentimentos que cada um sentiu/sente – ninguém pode sentir pelo outro – são exclusivos, porém, sempre desencadeadas/fomentadas intersubjetivamente. Como disse Cora Coralina: “A estrada é sua e somente sua. Outros podem andar ao seu lado, mas ninguém pode andar por você.”

Assim também, cada um, precisa trabalhar na construção da própria estrutura psíquica/autonomia afetiva, podendo recorrer a um apoio de profissionais da área da Psicologia e/ou de outras estratégias de autocuidado.

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

Considerando o objetivo deste escrito e o conteúdo visto, evidenciou-se, mesmo que indiretamente, que a Psicologia foi instituída como Ciência, a partir do momento em que os humanos intensificaram as buscas pela compreensão de si mesmos, ou seja, saber que somos um animal-racional não estava mais explicando, suficientemente, nossa condição humana.

Apesar da condição racional ter usurpado o trono do humano para si, como vimos em Descartes no capítulo um, e mesmo que a nossa condição animal foi - e continua sendo - varrida para debaixo do tapete, ou melhor, é ignorada intencionalmente por nós, continuamos insatisfeitos em relação ao que conhecemos sobre nós mesmos, enquanto subjetividade que não se “encaixa” na delimitação de animais-racionais.

Vimos então, que num determinado momento da história humana, a questão psíquica também passou a intrigar e provocar buscas, inicialmente pelos filósofos gregos, depois pelos teólogos na Idade Média, alcançando os rationalistas da Idade Moderna, até enveredar pelos corredores da academia, ou seja, transformar-se em objeto de estudo científico.

Na Psicologia Humanista, a qual Carl Roger integrou, vimos que o ser humano é movido por uma tendência à auto-realização, ou seja, considera a pessoa como dotada de todas as potencialidades necessárias ao seu pleno desenvolvimento. Neste sentido, ela é revolucionária, pois considera que todos os seres humanos são capazes de mudar e de se curar, o que, por sua vez, facilita/favorece o processo de recuperação e de investimento nas pessoas.

Viu-se também, que na Psicanálise, o *narcisismo* vai muito além de um processo primário e primitivo do aparelho psíquico, que não é uma doença psíquica e que todos os seres humanos possuem em sua integridade psíquica algum nível de narcisismo. Pois este não é um déficit de funcionamento do “eu”, muito pelo contrário, é um recurso privilegiado que nós humanos temos para lidarmos com as expectativas diárias, as frustrações inevitáveis. Quando bem organizado, o “eu” usa do narcisismo para se defender das tensões externas e internas. A relação entre o narcisismo e o *eu* são essenciais para uma saída saudável do *Complexo de Édipo*, o qual possibilitaria a identificação com o outro primordial, como

sendo um *eu ideal*, até ser introjetado pelo *aparelho psíquico* como um *ideal de eu*, que culminaria com a instituição do *supereu*.

Conforme Jung, a pessoa pode projetar uma *persona*/imagem de confiança e equilíbrio que engana a todos e mesmo assim, ainda julgar-se por causa dos seus sentimentos de inadequação social. Ou ainda, pode atender às expectativas dos outros e ainda assim, falhar na própria vida; ganhar todas as honras e títulos, porém, seguir sentindo que precisa de mais; ter milhares de seguidores nas mídias virtuais (que não são sociais) e ainda assim, acordar todas as manhãs com uma dolorosa sensação de desamparo e um vazio interno. Consideremos um astro do rock, mundialmente aclamado, mas que não consegue passar um dia sem fugir para as drogas. Ou um milionário poderoso, nunca contente e satisfeito com o que já tem, confundindo segurança material com segurança emocional.

Então, a subjetividade é uma estruturação/organização singular, mesmo que construída intersubjetivamente. É o que pensamos e o que sentimos sobre nós mesmos, não o que alguém pensa ou sente sobre mim, como: minha família, meu cônjuge, filhos e/ou meus amigos podem me amar, mas, eu não me amar; meus colegas de trabalho podem me admirar e ainda assim, eu me vejo como alguém insignificante e sem valor, etc.

Portanto, ter sucesso, dinheiro e/ou títulos, sem ter erigido uma estrutura subjetiva/psíquica “realista” (Rogers) - apesar de aqueles serem os atalhos mais recomendados e utilizados - é, geralmente, desorganizar-se, e pior, adotar/internalizar isso como normal, optando assim, por um percurso existencial mais curto para uma vida problemática, sobretudo, emocionalmente, ou segundo Adler, estar a mercê do *sentimento de inferioridade*.

Por fim, o caminho/caminhar teórico e histórico percorrido neste escrito, pretendeu mostrar que a subjetividade instiga emoções e reflexões que remetem à própria condição humana em sua imersão no coletivo, mostrando como as produções culturais-científicas expressam o reflexo da história psíquica dos diferentes autores e teorias psicológicas. Ao terminar esta provocação, confesso que estou mais intrigado e curioso do que satisfeito, a respeito da complexa e inevitável relação entre subjetividade e intersubjetividade para uma estruturação psíquica singular/subjetiva.

Então, uma estruturação psíquica/subjetiva - ou uma personalização integrada, humanista conforme Winnicott, ou de individuação, do sujeito do inconsciente, do self, com autoestima... - requer muito investimento pessoal, pois permite ser, desenvolver-se mais e melhor, viver a e na

realidade, dar direção e vazão ao que pensamos e sentimos, o que se quer, enfrentar as dificuldades hodiernas, não ser demasiadamente influenciado pelo olhar dos outros. Saber que é possível sobreviver a fracassos e decepções, ter coragem de recusar abusos, de expressar dúvidas, de tolerar a solidão e o desamparo, sentir-se digno de ser amado mas também, suportar não ser amado/desejado, ou até mesmo, ser odiado e rotulado de egoísta/individualista... mas isso requer busca pessoal, empenho e ajuda, pois é um processo complexo e que dura uma vida inteira.

E não seria com isso que a Psicologia precisa contribuir? Inclusive, parece que a “função social/humana” da Psicologia está em ajudar os sujeitos a se organizarem subjetivamente, pois sujeitos integrados/congruentes, também serão cidadãos preocupados efetivamente com o social. Pessoas desestruturadas psiquicamente, *narcisistas*, com baixa autoestima, etc, só usam os outros para ganhos pessoais, mesmo que seja inconscientemente. Aliás, será que Freud não pensava assim, por isso não tem nenhum escrito “social” explícito? Ainda convém lembrar que, não há “uma sociedade doente”, mas sim, pessoas (subjetividades) doentes que a forma.

Então, uma autoestima resiliente - desafio e sentido de ser da Psicologia - permite: expressar/sentir medos e fraquezas sem ter vergonha disso; criar vínculos com outras pessoas sem controlá-las ou afogá-las emocionalmente; admitindo o direito de decepcionar-se e falhar; permite que se peça ajuda sem sentir-se fraco ou um desastre; não foge, a todo custo, de experiências e vivências dolorosas; é capaz de suportar infortúnios, mudanças difíceis e de mudar de ideia, porque não precisa estar sempre provando o seu valor pessoal para os outros (nem para si mesmo); aprender com as experiências boas e ruins da vida; ser realista e ter expectativas reais em relação ao futuro; aceitar as próprias limitações e que não é perfeito; e por fim, respeitar o outro como subjetividade também, viabilizando assim, uma saudável intersubjetividade, afinal, não precisará usar ninguém para estar/sentir-se bem consigo mesmo.



## REFERÊNCIAS

- ARISTÓTELES. De anima. Tradução de Maria Cecília Gomes dos Reis. São Paulo: Editora 34 Ltda., 2006.
- BOCH, Ana M. FURTADO, Odair. TEIXEIRA, Maria de Lourdes. Psicologias: uma introdução ao estudo de Psicologia. São Paulo: Editora Saraiva, 1999.
- Freud, S. (1914). Sobre o narcisismo. In Freud, S. (1996). Obras psicológicas completas de Sigmund Freud: edição standard brasileira. Rio de Janeiro: Imago.
- Freud, S. (1915). Os instintos e suas vicissitudes. In Freud, S. (1996). Obras psicológicas completas de Sigmund Freud: edição standard brasileira. Rio de Janeiro, vol. XIV, 115-144.
- Freud, S. (1920). Além do princípio do prazer. In Freud, S. (1996). Obras psicológicas completas de Sigmund Freud: edição standard brasileira. Rio de Janeiro: Imago, vol. XVIII, 13-78.
- Freud, S. (1933). Conferência XXI: a dissecção da personalidade psíquica. In Freud, S. (1996). Obras psicológicas completas de Sigmund Freud: edição standard brasileira. Rio de Janeiro: Imago, vol. XVIII, 13-78.
- Furtmüller, C. (1968). Alfred Adler: un ensayo biográfico de Carl Furtmüller. In ADLER, A. *Superioridad e Interés Social – Una colección de sus últimos escritos* (pp. 269-341). México: Fondo de Cultura Económica.
- Garcia-Roza, L. A. (2001). O sujeito e o eu. In Garcia- Roza, L. A. Freud e o inconsciente. Rio de Janeiro: Jorge Zahar.
- Jung, C. G. O Eu e o Inconsciente. 27.ed. Petrópolis: Vozes, 2015.
- Jung, C. G. Os arquétipos e o Inconsciente Coletivo. 11. ed. Petrópolis: Vozes, 2014.
- Jung, C. G. Tipos Psicológicos. 7. ed. Petrópolis: Vozes, 2013.
- Jung, C. G. Aion - estudo sobre o simbolismo do si-mesmo. 10. ed. Petrópolis: Vozes, 2013b.
- Jung, C. G. O Desenvolvimento da Personalidade. 5.ed. Petrópolis: Vozes, 1991.
- Leal, D. & Antunes, M. A. M. (2015). Compensação e deficiência no

- pensamento de Alfred Adler (1870-1937). *Memorandum*, 29, 13-33.
- REALE, Giovanni. Aristóteles. Tradução de Henrique Cláudio de Lima Vaz; Marcelo Perine. 2. ed. São Paulo: Edições Loyola, 2013.
- Rogers, C. R. (1975). *Terapia centrada no paciente*. (1a ed., M. Ferreira, Trad.). São Paulo: Martins Fontes. (Originalmente publicado em 1951).
- Rogers, C. R. (1997). *Tornar-se pessoa*. (5a ed., M. Ferreira, A. Lampareli, Trad.). São Paulo: Martins Fontes. (Originalmente publicado em 1961).
- Rogers, C.R., & Rosenberg, R. L. (1977). *A pessoa como centro*. São Paulo: EPU, Ed. da Universidade de São Paulo.
- Rogers, C.R. (1978). *Sobre o poder pessoal*. São Paulo: Martins Fontes. (Original publicado em 1977).
- Rogers, C.R. (1983). *Um jeito de ser*. São Paulo: E.P.U. (Original publicado em 1981).
- Winnicott, D. W. (1982). *A criança e o seu mundo*. Rio de Janeiro: Zahar Editores. (Trabalho original publicado em 1965).
- Winnicott, D. W. (2005). O relacionamento inicial entre uma mãe e seu bebê. In Winnicott, D. W. [Autor], *A família e o desenvolvimento individual*. São Paulo: Martins Fontes. (Trabalho original publicado em 1960).
- Winnicott, D. W. (2006). O recém-nascido e sua mãe. In Winnicott, D. W. [Autor], *Os bebês e suas mães*. São Paulo: Martins Fontes. (Trabalho original publicado em 1964).
- Winnicott, D. W. (2006). As origens do indivíduo. In Winnicott, D. W. [Autor], *Os bebês e suas mães*. São Paulo: Martins Fontes. (Trabalho original publicado em 1966).
- Winnicott, D. W. (2006). A comunicação entre o bebê e a mãe e entre a mãe e o bebê: convergências e divergências. In Winnicott, D. W. [Autor], *Os bebês e suas mães*. São Paulo: Martins Fontes. (Trabalho original publicado em 1968).
- Von Perfall, C. A. (1999). *Diccionario de Psicología Individual*. Madrid: Editorial Sintesis.

## **CRÔNICAS**

As crônicas que seguem começaram a ser escritas em 2021, ano em que comecei a graduação em Psicologia. Boa parte delas é fruto de longos momentos de meditação. Convido-os/as para acessar meu blog, caso queiram ver futuras publicações:

<https://dialogoscatarticos.blogspot.com>

Tenho, ainda outro blog, com escritos/provocações menos psicológicas:

<https://tercioinaciojung.blogspot.com>



# SUMÁRIO DAS CRÔNICAS

1 ANIMAIS HUMANOS: INTELIGÊNCIA ORGÂNICA/FÍSICA + INTELIGÊNCIA METAFÍSICA .....	65
2. A EVOLUÇÃO HUMANA? .....	67
3. O MITO DO MITO DA CAVERNA.....	69
4. RECALQUES DA/NA PANDEMIA.....	71
5. ANALFABETOS AFETIVOS.....	73
6. O QUE MOVE AS PESSOAS NA BUSCA DE UM PSICÓLOGO? .....	75
7. NÃO DESEJAMOS O OUTRO, DESEJAMOS O QUE SENTIMOS NA RELAÇÃO COM O OUTRO.....	77
8. SOMOS: INFRAESTRUTURA, ESTRUTURA E SUPERESTRUTURA .....	79
9. DIA NACIONAL DO PSICÓLOGO.....	83
10. POR UM POUCO DE AFETIVIDADE NA PSICOLOGIA.....	85
11. NASCEMOS VAZIOS AFETIVAMENTE? .....	87
12. CRÍTICA DA “RAZÃO INCONSCIENTE” .....	91
13. A PSICOLOGIA NO DIVÃ.....	93
14. “SENSETIR” X SENTIR .....	95
15. EUREKA: A “GRAVIDADE”/INSEGURANÇA NOSSA DE CADA DIA.....	97
16. DA BÍBLIA AO SMARTPHONE: PRINCÍPIO DO IMAGINÁRIO/ AUTOILUSÃO .....	99
17. IDADE INSTINTIVA + IDADE AFETIVA + IDADE RACIONAL = VOCÊ .....	101
18. PSICOLOGIA, PSICANÁLISE E/OU PSIQUIATRIA: UM EMARANHADO ÉTICO.....	105

19. PSICANÁLISE E CHEIRO DE PORCO: UMA ANALOGIA INCOMUM.....	107
20. “ANNA O.” E A LIMPEZA DA CHAMINÉ (DO MEU FOGÃO A LENHA DO SÍTIO) .....	109
21. PRINCÍPIO DA REALIDADE = ÁGUA POTÁVEL.....	115
22. DIGA-ME O QUE DESEJAS E EU TE DIREI O QUE TE “FALTA” .....	117
23. “QUARTA TÓPICA”: UNTERMICH + BEIMICH + ÜBERMICH ...	121
24. DO VAZIO DE AUTOESTIMA À AUTONOMIA AFETIVA = PSICOLOGIAFETIVA.....	133
25. NECESSIDADE + NECESSÁRIO + DESNECESSÁRIO = ORGANIZAÇÃO PSÍQUICA, PADRÃO .....	137
26. ENCERRANDO UMA ANÁLISE E/OU PSICOTERAPIA.....	139
27. PARTE 1: AUTOESTIMA .....	141
28. BEBER ÁGUA E SUBJETIVIDADE .....	145
29. PARTE 2: AUTOESTIMA .....	147
30. “TER QUE SER” ENTRE: DESEJOS + CARÊNCIAS + ILUSÕES ....	149
31. “ORIENTAÇÕES DE SEGURANÇA DE VOO” .....	151
32. POR UMA “TERCEIRA” TEORIA PULSIONAL .....	153
33. CASTRAÇÃO: FREUD X BASTET .....	157
34. DESENVOLVIMENTO HUMANO “CUMULATIVO” .....	159
35. COMPLEXO DE ÉDIPO X COMPLEXO DE ELÉCTRA .....	163
36. O MITO DA HORDA PRIMITIVA: FREUD X JUNG BRASILEIRO	167
37. ADEUS “COMPLEXO DE ÉDIPO” .....	169
38. VAI DOER, MAS, SÓ VAI DOER. .....	173
39. INDEPENDÊNCIA EMOCIONAL OU MORTE .....	175

40. “CONSCIENTE COLETIVO” .....	177
41. DESINTEGRAR A SUBJETIVIDADE X INTEGRAR A COLETIVIDADE.....	179
42. O TRIPÉ DA PSICANÁLISE X A PRÁTICA EM PSICOTERAPIA....	181
43. A REJEIÇÃO PRIMORDIAL E O NASCIMENTO DO PSIQUISMO/ SUBJETIVO.....	183
44. ENERGIA PSÍQUICA: SEXUAL OU DE DINHEIRO, OU.....	185
45. A REJEIÇÃO PRIMORDIAL E O NASCIMENTO DO PSIQUISMO/ SUBJETIVO.....	187
46. INCONSCIENTE = CONDUTOR DA VIDA SUBJETIVA.....	189
47. UMA ANALOGIA POSSÍVEL ENTRE O SILÊNCIO E AS RAÍZES DE UMA ÁRVORE .....	193
48. MENTIRAS E PROMESSAS: CAUSAS OU SINTOMAS DE IMATURIDADE PSÍQUICA? .....	195
49. “VERGAS” PSÍQUICAS .....	197
50. PSICOLOGIA SOCIAL: ENTRE A VULNERABILIDADE SOCIAL E A PSÍQUICA .....	199
51. SIGNIFICANTES (NÃO SÓ DOIS).....	209
52. EMPODERAMENTO DO EGO X EMPODERAMENTO PSÍQUICO/EMOCIONAL .....	211
53. UMA PSICOLOGIA ANTROPOLÓGICA.....	213



# 1 ANIMAIS HUMANOS: INTELIGÊNCIA ORGÂNICA/FÍSICA + INTELIGÊNCIA METAFÍSICA

**A**té hoje, sobretudo após Descartes, somos facilmente convencidos de que pensar é usar o cérebro ou, em outras palavras, a nossa razão pensante. De fato é isto (e a nossa intuição), que nos diferencia dos demais animais, entretanto, não é nada inteligente da nossa parte querer evitar ou esquecer até mesmo da nossa condição animal, condição orgânica que nos constitui muito mais do que costumamos “pensar”.

Aliás, tenho para dizer que a nossa condição animal (inteligência orgânica) é nossa infraestrutura sobre a qual vamos construindo o edifício da nossa exclusiva condição humana que é a da inteligência das ideias. Parafraseando Kant, ouso afirmar que é a inteligência orgânica (sentidos + sentimentos) que nos move, ou seja, nossa razão prática, enquanto a razão pura é o “nossa” mundo (mundo humano exclusivamente) das ideias.

Arrisco afirmar que os animais (e plantas) vivem melhor justamente por não poderem se preocupar com o que é melhor ou pior para eles, eles simplesmente agem naturalmente em função de sua autopreservação, o que inclui a reprodução. EM GERAL - E NO FUNDO - O SER HUMANO VIVE EM FUNÇÃO DISTO TAMBÉM, OU SEJA, DA AUTOPRESERVAÇÃO ORGÂNICA, O QUE INCLUI A REPRODUÇÃO. O que o ser humano, em geral acrescenta, é uma autopreservação com conforto/prazer e segurança.

Em relação a inteligência orgânica gostaria de alertar aos terapeutas que o foco do trabalho deles poderia estar mais centrado nesta, considerando que somos, enquanto corpo, metade nosso pai e metade nossa mãe (lembrando que eles também o são) e que não “temos” apenas corpo mas “somos” corpo, logo, inteligência orgânica (e inteligência metafísica).

O que nos move é nossa inteligência orgânica e, ela não é apenas uma parte da nossa dita racionalidade. Nossa vontade é inteligência orgânica. Ouso dizer aqui que, nosso dito inconsciente é a nossa inteligência orgânica, o qual praticamente abandonamos em função da nossa inteligência das ideias, iludidos de que nesta encontraremos a solução de tudo.

Neste sentido de trabalho terapêutico lembro sempre do agir medroso da minha cachorra “pastor alemão”, ou seja, eu nunca a tratei com muita severidade e, pelo que sei, nem o dono anterior, entretanto, ela demonstra-se geralmente muito medrosa. Além disto, ela tem muito medo de fogos de artifício e tiros e também não me parece que ela tenha passado por alguma situação traumática em relação a isto. Considerando que ela também é inteligência orgânica e enquanto corpo é metade seu pai e metade sua mãe, será que ela não herdou este medo demasiado de algum deles? Sendo assim os traumas humanos estariam localizados no corpo, na inteligência orgânica e podem ter raízes na inteligência orgânica de antepassados.

## 2. A EVOLUÇÃO HUMANA?

Desde Darwin a questão da Evolução Humana não sai mais de pauta. Evolução considerada por ele como natural, contrariando completamente, a criação do mundo - e a nossa - por uma entidade externa.

Em grande medida, segundo Darwin, a nossa evolução ocorreu devido à necessidade de sobrevivência – necessidade que impera, como condição natural, em todas as espécies vivas – no Planeta. Disso podemos inferir que “sobreviver” é uma lei da natureza que dirige todas as espécies vivas, o que inclui o próprio Planeta, já que ele também é um organismo vivo.

Sobreviver – que por natureza inclui a reprodução - nos fez caminhar enquanto uma espécie entre várias outras e todas, repito, buscando a própria sobrevivência, entretanto, não só como espécie, mas também, como individualidades de uma espécie. Apesar dos lobos se reunirem em alcatéias, as abelhas em enxames... e nós em sociedade, cada um, por natureza, ainda é dirigido pela lei da sobrevivência, ou seja, quem tiver corpo orgânico (pessoas, animais, vírus, plantas...) e enquanto o tiver, será dirigido por esta lei natural/instinto natural, inevitavelmente.

Mas, sendo assim, parece que não evoluímos muito.

Verdade! Ouso afirmar que no único aspecto que “evoluímos” foi em acrescentar o adjetivo “conforto” à lei natural da sobrevivência, ou seja, “sobrevivemos com conforto (conforto material e afetivo)”, porém, não como espécie, mas, como indivíduos. Eis a grande contribuição da nossa condição racional, ou melhor, uma grande ilusão foi criada e ainda é sustentada e alimentada pela nossa espécie racional. Parece que, em síntese, apenas reagimos ao que nos dirige enquanto formos corpo orgânico. Inclusive, conforme Nietzsche, a própria criação humana dos deuses não passa de uma reação racional a carências, inseguranças e medos.

Certamente, vários de vocês devem estar pensando nas inúmeras invenções dos humanos e, por isso, me considerando um equivocado, na melhor das hipóteses. Entretanto, peço mais uma chance. Vamos analisar algumas invenções humanas, só como exemplo, e logo verás que tudo o que o homem inventou - e inventa – origina-se, no fundo, pela busca do próprio conforto, ou seja, querer sobreviver com conforto.

Possivelmente você está dispondendo de um computador ou de um celular para ler isto e está convencido de que a computação é vital para a nossa vida, e não apenas uma ferramenta para sobrevivermos com mais conforto (quando não é usada de forma prejudicial. Aliás, mesmo assim, aquele que faz um uso errado da computação, ainda está em busca de um conforto próprio, material e/ou afetivo). Primeiramente, convém aventar que, todo inventor busca o conforto, tanto material quanto afetivo; ou será que Bill Gates era um altruísta por natureza? Segundo, antes do Bill Gates a computação já era usada em guerras, ou seja, na busca de conforto material (economia bélica) e emocional (segurança e poder), mais por parte dos dirigentes do que das nações. Terceiro, eu só comecei a usar computador em 1995, ou seja, a vida era viável – inclusive confortável - antes dele também. Quarto: para quantos a computação torna a vida mais confortável? Eis a questão: é possível todos os humanos sobreviver com conforto? Sem prejudicar a vida dos outros, inclusive das outras espécies?

Aliás, acabei de lembrar que somos quase 8 bilhões de seres humanos e todos, pelo que me parece - exceto os considerados anormais (com distúrbios racionais) - buscando sobreviver com conforto, porém, enquanto quase 8 bilhões de indivíduos e não como uma população de 8 bilhões de seres humanos. Afinal, o sentir-se confortável precisa ser experienciado, sentido por cada indivíduo. Ninguém pode “sentir” por você, logo, cada indivíduo quer sentir-se confortável, sobreviver confortavelmente. Inclusive, apesar de acharmos que os pais se alegram pelos filhos, no fundo, o que os pais sentem e buscam é o próprio sentimento de conforto, que só é possível ao verem os filhos também sobrevivendo confortavelmente.

Enfim, será que evoluímos mesmo? Parece que apenas nos iludimos. Fazemos, construímos, inventamos... mas, a vida segue sendo dirigida pela lei da sobrevivência. A ilusória “sobrevivência com conforto” de poucos não é viável para todos os humanos, muito menos para todas as espécies.

Seria, então, a nossa condição racional, uma condição de ilusão com a sobrevivência confortável?

Seria melhor nós apenas ocupar-nos em sobreviver com todos e com as demais espécies, inclusive com o coronavírus?

### 3. O MITO DO MITO DA CAVERNA

Platão, filósofo grego do ano 348/347 a.C, apresentou o Mito da Caverna, uma metáfora de caráter filosófico-pedagógico que exibe um diálogo entre o seu mestre Sócrates e o personagem Glauco, um jovem aprendiz. Na verdade, é mais uma alegoria do que propriamente um mito.

Lembrando, em poucas palavras, que o mito descreve um quadro em que pessoas estão presas contra um muro, por correntes, no interior de uma caverna (desde o nascimento) e que passam todo tempo tendo que olhar para a parede do fundo. Nesta parede são projetadas sombras, devido a luz de uma fogueira na entrada da caverna, sombras de estátuas representando pessoas, animais, plantas e objetos, assim como representando cenas e situações do dia a dia que ocorrem fora da caverna, no mundo real. Os prisioneiros que somente enxergam as sombras contra a parede acabam como que atribuindo vida real as sombras, ou ainda, concebendo as sombras como parte da vida deles, vida que ocorre apenas dentro da caverna.

Através desta alegoria, ou mito, Platão procurou apresentar a sua teoria dualista, distinguindo entre mundo das ideias e mundo dos sentidos, ou melhor, como, durante a nossa vida, é possível captar a existência do mundo sensível (conhecido através dos sentidos) e do mundo inteligível (conhecido somente através da razão).

Considerando a teoria platônica da vida dentro da caverna e da vida fora da caverna, assim como o mundo sensível e o mundo inteligível, e considerando a nossa condição afetiva de seres humanos, parece razoável aventar que Platão também estava preso e acorrentado, iludido com o seu mundo das ideias, de tal forma que o considerava como o mundo real e perfeito.

Felizmente, já em tempo, foi-nos possível perceber que o mundo das ideias é muito mais ilusório, geralmente, do que mesmo aquelas sombras projetadas na parede da caverna. Basta verificar algumas tragédias provocadas pelas instituições religiosas, em nome de ideias/recompensas imaginárias (com este questionamento não me refiro aos ensinamentos originais de Buda, Jesus ou Maomé, por exemplo, que tentaram ensinar o oposto, em grande medida).

Partindo da nossa condição humana afetiva, me parece necessário ater-nos mais ao mundo interior da caverna e menos ao mundo exterior das ideias. Não que seja possível suspender um ou outro, aliás, a nossa vida se dá no movimento continuo entre ambos e não como imaginava Platão, de que o mundo das ideias era o mundo perfeito a ser buscado (isto até parece ter semelhança com o que as religiões pregam, ou melhor, de que a “salvação” está e vem de fora).

Entretanto, precisamos imergir mais para dentro de nós, para nossa condição afetiva (condição que é de cada indivíduo, afinal, ninguém pode sentir por mim; eu preciso sentir por mim mesmo; ninguém pode experimentar os meus sentimentos...). Inclusive, não há sentimento de casal, mas, há o sentimento de cada um numa vida de casal. Cada um precisa fazer as suas próprias experiências afetivas. De forma que a caverna poderia muito bem representar a minha vida interior, a minha condição afetiva. Logo, quem tem medo desta imersão, na sua caverna afetiva, não tem condições e maturidade suficiente para uma vida equilibrada fora da caverna, com os outros, inclusive, para uma saudável vida no mundo das ideias platônico.

No interior da caverna há sombras e correntes – e ideias - mas, também é lá que você pode se encontrar e se erigir como indivíduo afetivo e real, indivíduo que não precisará usar os outros e nem sobreviverá a partir de ilusões e “ideias perfeitas”.

## 4. RECALQUES DA/NA PANDEMIA

Que a pandemia é uma tragédia para a humanidade, não resta dúvidas (para os que pensam com o cérebro; já para os que pensam não sei com o que, ela não passa de uma gripezinha). Inclusive, em outra crônica, falo em ano II d.C, ou seja, que estamos no ano II depois do Coronavírus, de tão grave que é a nova situação humanitária; nova porque entramos na era virulógica, era na qual qualquer país pode fazer estudos e manipular, ou, no mínimo, armazenar o vírus que causará mortes, estragos e prejuízos em qualquer lugar que seja largado. E, infelizmente, Hobbes tinha razão ao afirmar que o homem é o lobo do próprio homem.

Entretanto, a minha intenção com este é outra, ou seja, dentre as inúmeras consequências devastadoras desta pandemia, temos várias que ainda nem começaram a aparecer. Vou tentar explicar bem, pois a questão é tão sensível como fora a questão da apresentação do heliocentrismo para Galileu, que foi acusado de heresia e obrigado a se retratar, por apresentar uma “outra” versão dos fatos.

Devido a pandemia, houve a necessidade de cancelamento das aulas e de enormes restrições à vida social, as famílias foram obrigadas – isto mesmo, obrigadas – a conviverem mais tempo juntas, em casa, situação, na maioria dos casos, mais desafiadora do que o próprio coronavírus. Tão desafiadora que muitos, sobretudo pais e filhos adolescentes, preferem “fugir” de casa e arriscar-se com o contágio, do que ter que ficar em casa. Evidente que muitos pais precisam sair para trabalhar, mas, muitos também poderiam ficar em casa, sobretudo os adolescentes, mas, e a maturidade para este desafio. Sim senhores e senhoras, é um desafio. Ao menos, ao lerem isto, podem admitir para si mesmos que é um desafio conviver em família; não sofrerão coação social, cultural ou religiosa por serem sinceros consigo mesmos. Quantas mães estão adoecendo – e irão adoecer - por simplesmente não poderem dizer que os filhos as estão enlouquecendo. E esta pressão é mais interna do que externa, afinal, como uma mãe pode admitir que o tal do “amor incondicional de mãe” não é tão incondicional assim. Mais difícil do que isto seria a constatação de que muitos filhos são apenas gerados para dar sentido a vida dos pais, não o inverso, mas, isto é muito pesado em nosso mundo humano demasiado carente de ilusões, mundo de pessoas ainda “primitivas” em sua “estrutura afetiva”.

Eis a sensibilidade que a questão evoca, ou melhor, quantas mães/pais não podem dizer, nem ao menos pensar, que seus filhos estão sendo um incômodo neste período, que a vida em família é um tremendo desafio e que tem pouco a ver com as ilusões que os filmes e as novelas apresentam. Calma mãe, não precisa ir confessar isto ao padre, nem procurar um terapeuta, mas também, não recalque isto por ilusórios princípios morais. Aliás, saiba que os vizinhos não estão preocupados com você; assim como todos nós, cada um só se preocupa consigo mesmo, no máximo com a própria família. Entretanto, isto equivale ao geocentrismo, ou seja, a concepção de mundo em que a Terra/ou você seria o centro, em torno do qual tudo giraria.

Inclusive, a pandemia nos mostra que é o Sol/a vida humana que é o centro, a referência, em torno do qual tudo deveria girar. Não sairemos desta como países, muito menos como indivíduos/famílias, só seria possível sair desta era virulógica como humanidade, entretanto, infelizmente, não temos maturidade para tanto. Evoluímos apenas tecnicamente/racionalmente/ilusoriamente, mas humanamente/afetivamente evoluímos muito pouco. Ou, como costumo dizer: seguimos, a grande maioria, “analfabetos afetivos”.

## 5. ANALFABETOS AFETIVOS

**N**ão é de hoje que este tema me intriga e esta definição – analfabetos afetivos - esclarece quase tudo a nosso respeito, a respeito da nossa condição humana e de humanidade.

Infelizmente já ficou evidente que a religião não é solução para nossos problemas e carências, assim como, também já está claro, que a razão não consegue dar conta de tudo e nos deixar numa condição só de gozo aqui e agora (ilusão criada racionalmente). Aliás, acaba de saltar aos olhos uma condição humana latente, que sinaliza para uma outra infraestrutura (gozo, prazer, desejo, falta, sofrimento...) que nos movimenta. Infraestrutura porque é sobre ela que o humano erige a sua estrutura racional, cultural e social.

Entretanto, lamentavelmente, a humanidade se convenceu racionalmente, de que é a razão a infraestrutura sobre a qual se deve erigir a vida. Aliás, numa outra crônica, eu já fiz uma analogia para ilustrar esta ilusão, ou melhor, comparei este nosso equívoco com a possibilidade de estarmos num avião, a 4000 metros de altura, pisar no assoalho do avião e achar que estamos pisando em terra firme; terra firme que, inclusive, será a condição necessária para o próprio avião poussar, afinal, ele não poderá ficar no ar “a vida toda”.

O signo da “terra firme” facilmente nos remete a nossa condição orgânica, aqui e agora, com os dois pés no chão da vida real – e não no assoalho do avião – e não do mundo ilusório, dos pensamentos e do imaginário. Entretanto, a intenção com esta reflexão não é fomentar juízos de valor sobre, mas, mesmo sabendo do intermitente movimento e interação entre razão e afetividade, podemos ficar atentos, ao que em nossas vidas hodiernas, de fato é a infraestrutura sobre a qual erigimos a nossa existência diária/o nosso movimento de cada dia.

Não será difícil de verificar que a humanidade progrediu “astronomicamente” como animais racionais, a ponto de se “encantar” por ela e querer transformá-la em infraestrutura que tudo sustenta. Digo “e querer” porque também, não é nada difícil de verificar que progredimos tecnicamente e em conforto devido a carências e medos. De forma que iludidos com a razão, seguimos carentes e infantis, inclusive na vida social, ou seja, ainda somos, em grande medida, “analfabetos afetivos” em nossas

vidas pessoais, o que repercute, inevitavelmente, na vida social e racional. Isto mesmo, não é possível uma sociedade equilibrada se as pessoas que a formam, não são equilibradas afetivamente. E isto não é individualismo, pelo contrário, somente uma pessoa “alfabetizada afetivamente”, conseguirá viver e conviver maduramente em sociedade, sem precisar usar os outros para se sentir bem (o que é uma enorme ilusão, achar que a minha vida/paz afetiva está fora de mim).

Então, alfabetização afetiva das pessoas já.

Urge trabalharmos pela nossa infraestrutura afetiva, o resto será consequência.

## 6. O QUE MOVE AS PESSOAS NA BUSCA DE UM PSICÓLOGO?

Certamente ninguém têm duvidas de que um médico é procurado por causa de algum problema no corpo físico, assim como um advogado é acionado devido a algum problema com a lei estabelecida pelo Estado, ou, assim como um professor é requerido para ensinar o que ainda não sabemos, entretanto, e em relação a busca de um terapeuta/psicanalista/psiquiatra? O que move as pessoas nesta busca?

Seria, também, um problema com o corpo? Ou com algum pensamento? Ou com algum comportamento?

Possivelmente, teríamos um longo, ou até mesmo, interminável debate entre terapeutas, psicanalistas e psiquiatras referente a questão posta. Mas, me perdoem os doutos, pois estou mais interessado a ouvir as pessoas que são movidas nesta busca. Aliás, desconfio inclusive, do motivo ser essencialmente o mesmo na busca de um terapeuta, psicanalista ou psiquiatra.

Então José? Buscar ou não buscar? Eis a questão.

Evidente é, sem grandes elucubrações, que só busca a ajuda quem tem algum problema que não consegue/conseguiu resolver sozinho. Sendo assim, qual o teu problema José, problema que te moveu a buscar a ajuda de um terapeuta, psicanalista ou psiquiatra?

- NÃO ME SINTO BEM.

- “EU” NÃO ME SINTO BEM.

Será que não seria/é esta a resposta de todos, ou da maioria que adentra num consultório?

Ou seja, o que move as pessoas nessa busca é o SENTIR (de ter sentimento), no caso, sentimentos desagradáveis, desconfortáveis, não desejados, desanimadores, angustiantes, desestabilizadores, inomináveis ... E por não conseguirem recuperar a “paz” ou o bem estar afetivo por conta própria, nem com outras formas de ajuda, resolvem buscar a ajuda de alguém “estudado” a fim de obter ajuda para a “tranqüilização afetiva”.

Usei o termo “estudado” no sentido de enfatizar que alguns dedicam 5, 6, 10 ou até mais anos em estudar o que já foi pesquisado, validado academicamente e escrito nesta área específica, além é claro, de muitos

seguirem pesquisando nessa área. Sem esquecer de mencionar, que muitos dos “estudados”, também fazem a própria experiência de serem ajudados por outros da área, já mais experientes, na teoria e na prática.

Então, caro José, só posso dizer que você, enfim, decidiu-se pelo caminho e pela ajuda mais recomendável para a tua busca. Evidente que não será um “caminhar” fácil, mas lembre-se, você não estará sozinho neste percurso, e melhor ainda, estará sendo acompanhado por alguém com conhecimento e experiência. Mas, convém deixar claro, prezado José, que você terá que fazer o percurso com as tuas próprias pernas, aliás, ninguém pode caminhar por você, assim como ninguém pode “sentir” por você, ou seja, só você tem os sentimentos que tem, experiencia no teu corpo, aqui e agora, sente o que você deixa, de uma forma ou de outra, que te “afete”.

E conhecer esta tua estrutura, ou melhor, esta tua “infraestrutura afetiva” - que te faz “sentir” o que só você sente - é o caminho que tens pela frente. Caminhar de uma vida inteira, para muitos. Na verdade, para poucos, porque só alguns despertam e tem coragem suficiente para percorrer este caminho, caminho que te levará a tua “alma afetiva”, como costumo dizer.

SENTIR, OU SENTIR? EIS A QUESTÃO, CARO JOSÉ!

## **7. NÃO DESEJAMOS O OUTRO, DESEJAMOS O QUE SENTIMOS NA RELAÇÃO COM O OUTRO**

**S**e para Freud até o sonho tem umbigo, imagino como seria o umbigo da nossa condição afetiva. Aliás, há muito venho pensando que o umbigo - e não o coração – deveria ser o símbolo que representasse nossa afetividade. Além disso, ele tinha (quem sabe ainda tenha) ligação direta com o teu sistema nervoso, logo, com todo o nosso corpo.

E, como diz o velho ditado popular: “pare de olhar para o próprio umbigo”. Entretanto, penso que há um grande equívoco nesse ditado, pois acredito que, só quem olha para o “próprio umbigo” conseguirá, quiçá algum dia, ir além do próprio umbigo, do “umbigo afetivo”, inclusive. Em outros termos: quem não se suporta, jamais conseguirá considerar o outro como outro, ou, conforme Kant, como fim em si mesmo e não apenas um meio.

E foi olhando para o próprio umbigo que percebi a dura verdade expressa no título. “Verdade tão verdadeira” que alguns, ou melhor, muitos, só ao ler o título já saíram na defensiva, sem, nem ao menos, terem espiado o próprio umbigo afetivo. Outros, simplesmente, pela profundidade da “acusação” expressa, nem conseguiram entender o que foi dito. E claro, a grande maioria, se entulha com muitos afazeres diários para não ter tempo de olhar para o próprio umbigo, inclusive, aqui se enquadraram muitos psicólogos e psicanalistas, com suas agendas cheias até no sábado e até altas horas da noite. Nada mais cômodo e ilusório do que o falso altruísmo.

Pior do que isso, só o falso altruísmo dos pais – claro que há exceções - ou seja, têm filhos, mas só para sentir o que sentem em relação a si mesmos, a própria paternidade e maternidade, tornando os filhos um meio para se sentirem bem, realizados, enquadrados socialmente, ter uma garantia para velhice... Isto sim deveria ser classificado como o “pecado original”.

Aliás, antes dos filhos vem a relação de casal - me perdoem os românticos de plantão, ou melhor, as românticas – mas esta relação também não vai muito além do próprio umbigo e como o título já evidencia, o que interessa para cada um é o que se sente ao estar com o outro. Em termos mais reais: ninguém te ama, mas, quem está com você o faz por

“se” sentir bem, se sentir vivo (mesmo que seja sofrendo, apanhando...), simples, interesseiro e duro assim. Eis outra condição humana, que tão pouco consideramos, apesar dela nos conduzir em nossas existências, qual seja, que cada um nasce vazio de autoestima/de estrutura afetiva e em vez de erigi-la durante esta existência, acaba entulhando este vazio com outras coisas, inclusive com pessoas.

Mas enfim, a tua vida é tua, assim como o teu umbigo afetivo também é só teu; nem eu, nem tua esposa ou marido, nem teus filhos, nem teu patrão, até mesmo, nem os deuses podem mudar essa tua realidade/condição. Alguns podem te ajudar nesse processo – assim como outros podem te atrapalhar – mas, ao final e ao cabo, o teu umbigo é só teu, assim como o que você sente só você pode sentir, ou melhor, ninguém pode sentir por você. A tua estrutura afetiva é só e apenas tua.

E mais, só depois de erigir esta tua estrutura/autoestima é que seria/será possível considerar o outro como outro, como fim em si mesmo e não como meio para te fazer sentir o que queres ou não queres sentir.

## 8. SOMOS: INFRAESTRUTURA, ESTRUTURA E SUPERESTRUTURA

Inspirado pelos conceitos de infraestrutura e superestrutura de Marx, com os quais ele pretendia explicar as condições da vida em sociedade, ou seja, o materialismo histórico, segundo o qual, as ideias/o modo de pensar (superestrutura) das pessoas derivaria da base material de produção (infraestrutura) de uma sociedade. Assim sendo, e como os conceitos já deixam claro, é sobre a infraestrutura que a superestrutura é construída.

Entretanto, apesar de partir de dois conceitos marxistas, a minha intenção não é social, mas, pelo contrário, é provocar uma reflexão a respeito da constituição do indivíduo.

Nesta busca auspiciosa, além do Marx, também caminhei na companhia de um grupo de estudos, grupo com mais de 15 anos de estrada. O mentor destes debates, o Paulo Leal, vem incansavelmente nos desafiando, orientando e incentivando a refletirmos sobre a nossa condição humana a partir de uma “inteligência natural” que sustenta toda a vida orgânica/natural (inclusive a nós humanos) e de uma “racionalidade” que nos distingue dos demais animais, entremeando assim, o nosso pensar (relacionar memórias das sensações) com os nossos sentidos (de conhecermos o mundo através dos nossos sentidos/sensações, como todos os animais (os 5 sentidos exógenos: visão, tato, olfato, audição, paladar; mais 2 sentidos endógenos: sobreviver e reproduzir-se)).

Ou seja, do meu ponto de vista, temos novamente, a questão da infraestrutura (inteligência natural) e da superestrutura (racionalidade) apresentadas, entretanto, desta vez, para fundamentar a constituição do indivíduo enquanto ser natural e racional.

Nesse viés, costumo dizer que, não teremos mudanças sociais sem termos mudanças no indivíduo, na maneira dele compreender a si mesmo, de forma que me filio à busca do entendimento do indivíduo, entendimento que depende da racionalidade, mas, indivíduo que é muito mais do que apenas o “endeusado” pensar, geralmente sobreposto a nossa condição animal/de natureza. Inclusive, a nossa condição de “pensar” – a nossa superestrutura - já foi devidamente compreendida e explicada pelo Descartes e pelo Kant. Claro que nós, humanos modernos “fazedores”,

não temos tempo para lê-los, logo, além de não compreender a explicação deles, seguimos sem entender a nossa condição de “pensadores” e seguimos “fazendo” mais bobagem - nos confundindo e nos iludindo, criando até mesmo deuses na esperança de nos salvarem de nós mesmos – do que qualquer outra coisa, colocando inclusive a nossa existência, como animais, em perigo.

Inclusive, o nosso grande equívoco refere-se justamente a querer negar - racionalmente - a nossa condição de animais, ou seja, de sermos seres de natureza, com uma inteligência natural que nos sustenta e condiciona neste mundo, enquanto tivermos corpo físico. Essa é a infraestrutura que nos garante, até mesmo independente de nós; ou será que você precisa pensar e orientar os processos de divisão celular que ocorrem em você, a tua digestão e separação e absorção de vitaminas, o teu crescimento orgânico...? Enfim, todos os organismos vivos tem inúmeros processos vitais garantidos por esta inteligência natural. Aliás, se analisarmos bem, perceberemos que a própria geração de filhos, no fundo, é apenas outro condicionamento da inteligência natural, preocupada em garantir a manutenção de toda e qualquer espécie.

Claro que a geração de filhos, sem ter condições de os alimentar e sustentar (nem falo em condições de criar e educar...) provém de uma outra condição humana, afinal, nem a inteligência natural, nem a razão humana poderiam condicionar os humanos a uma insanidade dessas, ou seja, há algo entre a infraestrutura natural e a superestrutura racional que impera nesses – e em inúmeros outros - casos de desumanidade.

Chegamos assim, a uma condição exclusivamente individual, ou melhor, a estrutura da afetividade, esta que nos diferencia dos animais (leis naturais universais) e dos demais humanos (questões mais coletivas e culturais), individualizando-nos em sujeitos de afetos e “afetáveis” pelos outros. Só assim, torna-se possível compreender os motivos, nem naturais e nem racionais, que condicionam um indivíduo a gerar filhos sem ter condições de alimentá-los, ou seja, os motivos só podem ser os de carência afetiva própria, tamanha, que faz o indivíduo querer se sentir vivo através da vida de outros, inclusive, através da vida precária destes outros, desde que a sua estrutura afetiva esteja satisfeita.

Impossível não lembrar aqui da religião, ou melhor, da criação de deuses para, no fundo, apenas atender as carências individuais de muitos. Afinal, estariam os hindus corretos, ou os judeus, ou os budistas, ou os cristãos, ou os muçulmanos...? E quem dentre estes está “correto”,

automaticamente considera os outros como errados, complicando a tolerância religiosa. Entretanto, os critérios de “correto e errado” são critérios racionais e a questão religiosa (necessidade de crença) me parece mais uma carência humana, ou seja, a religião não faria parte da nossa superestrutura racional, mas, da nossa estrutura afetiva. Confundindo isto, torna-se possível eliminar/matar o que não está de acordo comigo, o que no fundo, está muito errado.

De forma similar a modernidade humana vive confundida em relação a nossa infraestrutura natural, querendo sempre relegá-la a um segundo plano, isto ocorre toda vez que o paradigma econômico (da superestrutura racional) é sobreposto a vida natural e orgânica de qualquer espécie viva – o que inclui o Planeta Terra como ser vivo – e não apenas a própria espécie humana, o que já é um absurdo por si só.

Enfim, não termos clareza destas nossas condições - natural (infraestrutura), afetiva (estrutura) e racional (superestrutura) – representa uma tremenda “involução da nossa espécie”; que me perdoe o racional Darwin, que pesquisou e explicou uma das nossas condições, mas deixou as outras de lado. Assim como, Descartes e Kant também o fizeram muito bem em relação a nossa razão/ao nosso pensar, mas não consideraram as demais condições humanas.

Costumo citar o átomo, com seus três anéis em constante movimento, como símbolo para representar estas três condições do humano. Condições também em permanente movimento na vida de cada pessoa, gerando o núcleo de energia/vida no indivíduo.



## 9. DIA NACIONAL DO PSICÓLOGO

Então, parabéns a você, caro/a “estudioso/a da alma” humana, ou como eu prefiro dizer, da “alma afetiva”, ou ainda, em termos epistemológicos, pesquisadores da subjetividade humana.

Com certeza, você optou por uma área nobre, mas, muito desafiadora. Basta lembrar que Eros e a Psiquê, segundo a mitologia grega, passaram poucas e boas, como se diz no senso comum, até conseguirem se unir, na verdade, se reunir afetivamente e gerar vida.

Certamente, o trabalho de Psicólogo requer uma grande dedicação, muito estudo e uma enorme responsabilidade por lidar com a vida, mais íntima, de sujeitos. Indivíduos que precisam de ajuda, ou seja, estão se sentindo mal, angustiados, com medo, ou passando por algum outro problema afetivo e querem/buscam a ajuda de vocês para seguirem em frente na vida e com a própria vida.

Que “resposta”!

Parabéns, novamente, por aceitar este desafio e dedicar-se a esta nobre e humana missão!

Humana missão sacramentada através do teu auspicioso juramento: “Como psicólogo, eu me comprometo a colocar minha profissão a serviço da sociedade brasileira, pautando meu trabalho nos princípios da qualidade técnica e do rigor ético. Por meio do meu exercício profissional, contribuirei para o desenvolvimento da Psicologia como ciência e profissão na direção das demandas da sociedade, promovendo saúde e qualidade de vida de cada sujeito e de todos os cidadãos e instituições.”

Penso que o trabalho de vocês pode ser comparado um “porto seguro”, no qual muitas vidas encontram a possibilidade (muitas vezes a última), para atracar e buscar guarida para a subjetividade em aflição e em busca de um acolhimento e de uma orientação. Muitos, só com a ajuda de vocês, conseguirão seguir “navegando” e “sonhando”.

Enfim, nobre profissional, não quero seguir tomando teu tempo, pois, mais uma pessoa pode estar esperando para atracar no “porto seguro” que você é/representa. Pode estar buscando guarida para a “alma afetiva” que navega por mares instáveis e agitados, requerendo a tua atenção não flutuante, mas estabilizante. (espero que Freud perdoe este trocadilho; Hehe)

Siga promovendo a saúde e a qualidade de vida de cada sujeito e de todos os cidadãos e estarás promovendo, com toda certeza, uma sociedade mais afetiva e melhor.

Com respeito e admiração.

## 10. POR UM POUCO DE AFETIVIDADE NA PSICOLOGIA

Não é de hoje a minha “pré-ocupação”, ou melhor, que me debruço a refletir – e sentir – sobre a nossa condição afetiva, a condição dos sentimentos do ser humano. A “ocupação” “encarneou-se” em mim de tal forma, que precisei ingressar em estudos mais sistemáticos e já validados ao longo da história e da cultura humana, ou seja, decidi-me pela graduação em Psicologia para essa busca. Entretanto, para minha surpresa, até o momento, muito pouco se tratou, diretamente, da afetividade e das emoções do ser humano no Curso e nas teorias apresentadas até o momento. Claro que, indiretamente, esta nossa condição já apareceu em alguns textos, mas, eu pensava que a Psicologia tratava diretamente dessa nossa condição afetiva, aliás, condição que nos faz subjetivos.

Subjetivos no sentido de que cada sujeito precisa viver/experienciar/ sentir na própria pele, como diz o dito popular, a sua condição afetiva, ou seja, ninguém pode sentir por você, aliás, podemos até mesmo sentir emoções diferentes perante um mesmo acontecimento/fato; basta eu dizer “Bolsonaro” e já teremos uma avalanche de sentimentos diferentes, mas a tua emoção a este respeito será só tua e dificilmente mudou e mudará.

Ainda, pensar sobre as emoções é bem diferente de senti-las, caso contrário, todos os formados em Psicologia seriam pessoas equilibradas afetivamente, de bem com a vida, altruístas, com uma autoestima bem estruturada... mas, na vida real de cada dia, NA VIDA EMOCIONAL DE CADA DIA, a “instabilidade” afetiva pulsa e desafia, inclusive, aos profissionais da área da Psicologia (muitos até tremem e temem uma agenda não cheia de atendimentos), imagina então, como a condição afetiva dirige a vida das outras pessoas, que não tem esta formação.

Entretanto, saber sobre esta nossa condição, já é um bom começo, mas não garante muito, pois a cada dia, cada um sentirá um fluxo de emoções. Aliás, me parece que é este fluxo de sentimentos que mantém cada um com os pés no chão do mundo da vida/da vida presente, enquanto que o pensar nos carrega para as nuvens/imaginar o futuro e os instintos, por sua vez, nos enraízam em nossa condição natural, de animais que querem se autopreservar/continuar a linhagem da espécie, ou seja, tem forte conexão com o passado. Sendo assim, na verdade, somos estas três

condições em constante movimento e interação, porém, parece-me que, a nossa condição afetiva ainda é a que menos tem a nossa atenção, apesar de ser ela a que mais nos sustenta e desafia no dia-a-dia.

Retomando o título desta, uso aventar a hipótese de que a Psicologia ainda está muito focada na nossa condição natural/agir, devido aos interesses voltados para a sexualidade e o comportamentalismo, assim como para a nossa condição racional/pensar, pois me parece que Freud debruçou-se intensamente sobre esta, afinal as temáticas do consciente, memória, sonho e até mesmo do inconsciente, tem relação profunda com a mente/o pensar.

Porém, de forma alguma, quero ignorar estes dois enfoques, extraordinários e revolucionários para a nossa condição humana. Quero apenas provocar um “sentir na carne” maior, no sentido de incluirmos o “afeto” em nossas vidas de “fazedores” e de “pensadores”, inclusive, em nossas vidas de estudantes e de (futuros) profissionais da Psicologia.

Não tenhamos medo de sentir, sobretudo a angústia, a tristeza, o medo, as carências, as frustrações... mas, busquemos incluir isto em nossa vida de cada dia, afinal, é o sentir que nos torna humanos, aqui e agora. Gastemos menos energia querendo repetir sempre, apenas os sentimentos “bons”, como se pudéssemos estar alegres o tempo todo e uma vida inteira.

Sejamos humanos: “penso, sinto e ajo, logo, existo aqui e agora”.

## 11. NASCEMOS VAZIOS AFETIVAMENTE?

Que somos “animais racionais” já foi longamente fundamentado, apesar destes fundamentos focarem, quase que exclusivamente, na condição racional e bem pouco na nossa condição animal. Aí já temos um exemplo claro e evidente da nossa limitação racional, ou seja, nossa razão é tão débil que desconsidera a nossa condição animal, ou em outros termos, a nossa condição natural/de natureza, condição que nos enraíza, enquanto corpo orgânico, na Terra e nas leis da Natureza.

Ocorreu-me um questionamento, agora: é “inteligente” explicarmos uma árvore considerando apenas a sua “copa”? Pois, fazendo uma analogia, me parece que tendemos a entender o ser humano apenas a partir da sua razão. Perdoem-me os psicólogos e psicanalistas, mas não resisto a outro questionamento: será que a Psicologia também não está muito voltada para a condição racional das pessoas? Afinal, a consciência, as memórias, os sonhos, as percepções, a linguagem e até o comportamento e, por vezes, me parece que mesmo o inconsciente é tratado, em grande medida, apenas a partir da nossa condição racional.

Entretanto, é “impensável” querer ignorar a nossa condição racional, mas, também é bastante “inteligente” considerarmos mais, a nossa condição animal. Porém, se a animalidade nos “enraíza”/raízes e a razão nos “eleva para os céus”/copa, falta considerarmos o que faz a ligação entre as raízes e a copa, ou seja, o tronco/caule da árvore. Seguindo a analogia entre a árvore e o humano, o que, em nós, desempenha a função do tronco/caule? Ou melhor, o que, em nós, liga a animalidade a racionalidade?

Eis que cheguei a “intuir” uma “outra condição” que nos compõem, ou melhor, a condição que interliga as raízes e a copa, qual seja, a nossa condição afetiva, esta então, que é comparável ao tronco/caule da árvore. Agora sim, podemos começar a falar de uma árvore viva, enraizada na Terra, com um tronco vivo, por onde pulsam os minerais/química e a energia, esta captada pela copa, copa que faz a conexão direta com a luz que está para além da Terra.

E assim, além de termos uma árvore completa, ainda consideramos a sua ligação com a Terra e com a luz além Terra, ou seja, com o Universo.

Mas e nós, seguindo a analogia, como seríamos? Um ser humano completo seria condição animal (agir), afetiva (sentir) e racional (pensar/

simbolizar) e a Terra poderia ser o contexto social e a luz além Terra poderiam ser os legados culturais humanos (e quem sabe, além humanos, que ainda nem conhecemos), construídos ao longo da historia. (Já adianto que isto não tem relação alguma com as religiões, estas que, na verdade, tem sua origem na condição afetiva, de carências, inseguranças e projeções emocionais das pessoas).

Então! Vamos falar deste humano? Deste eu, você, nós? “Animal-afetivo-racional”, numa sociedade, mas também, abertos/conectados a um Universo maior? (preciso dizer que aqui, lembrei do inconsciente freudiano, ou seja, deste algo maior que nos perpassa...).

Na verdade, não.

Quero apenas, neste momento, focar na nossa condição afetiva, tão ignorada por nós humanos - inclusive nas ciências - apesar de ser ela a condutora da vida de cada um, inclusive, a do cientista mais “calculista”. Aliás, ouso dizer de imediato, que é justamente esta, a condição, que nos torna humanos. Calma, calma! Parece que entrei em contradição, pois, a pouco, falei da nossa condição humana total, a qual reitero, e a qual, sempre estará pulsando em minhas reflexões, entretanto, quero apenas enfatizar que a condição afetiva das pessoas, requer mais, no momento, a nossa atenção, sobretudo na Psicologia.

Digo “no momento”, pois a razão, desde a filosofia grega, vem subjugando o ser humano. Na verdade, as pessoas racionais se iludiram com isto, afinal, a nossa condição animal jamais foi suspensa e jamais será; basta considerar a nossa condição orgânica, ou seja, enquanto tivermos corpo a condição natural estará pulsando em nós. Assim como, a condição afetiva de cada pessoa/subjetividade que já viveu no planeta, também jamais foi “neutralizada”; basta analisar qualquer guerra que houve ao longo da história para perceber que todas, em sua base, foram movidas – ou não evitadas - por questões emocionais; até mesmo, se adentrarmos um pouco mais na historia e construção das religiões, evidenciar-se-á que a condição afetiva das pessoas as fundamentou e alimentou, inclusive com algumas barbáries.

Isto posto, e no intuito de um contraponto ao paradigma da razão, penso estar na hora de retomar o título, a tese deste, que leva ao âmago da nossa condição afetiva, qual seja, NASCEMOS VAZIOS DE AFETOS?

Você já pensou sobre isto? Sobre a tua constituição afetiva? Inclusive, ouso mais, será que Freud considerou efetivamente esta condição subjetiva em suas longas e respeitáveis teorias do sonho, da sexualidade

e do inconsciente? E os outros psicólogos, ou fundadores da Ciência da Psicologia, quanta pesquisa e estudos dedicaram aos sentimentos? De uma coisa tenho certeza, todos, no fundo, foram movidos pelos seus próprios afetos, no começo e durante estas intrigantes e maravilhosas construções reflexivas. Inclusive, também tenho certeza, de que estas extraordinárias teorias e suas repercussões, fizeram parte no preenchimento do vazio afetivo de cada autor delas. Sei que “preenchimento do vazio afetivo” parece não pegar bem para estas autoridades no assunto, entretanto, ser autoridade numa área, escrever muitos livros... não garante a constituição de uma condição afetiva “saudável”, pelo contrário, geralmente é uma forma de “entulhar” o vazio afetivo, de fugir do próprio vazio afetivo, vazio que é de cada um, ou ainda, constituinte de cada subjetividade , afinal, é este vazio afetivo que move todo e qualquer indivíduo. Muitas vezes chego a pensar em “alma afetiva”, que requer desenvolvimento.

Então, constituir a “alma afetiva” (que eu resumo na construção da autoestima), é bem diferente de querer entulhar o vazio afetivo com bens, títulos, poder, religião ... até mesmo, em muitos casos, o cônjuge e/ou os filhos podem desempenhar esta função, de objetos com os quais quero preencher o meu vazio de autoestima (quando estes, não são apenas, necessidade e fruto da pulsão sexual, ou melhor, da pulsão natural de manutenção da espécie), que eu preciso construir dentro de mim, ou seja, apesar da obviedade, a minha autoestima não está fora de mim, mas dentro de mim, ou ainda, em mim, logo, só eu posso construir/desenvolver a minha e ninguém mais, nem mesmo os deuses, quaisquer que sejam.

Aliás, a grande “motivação” de Freud não era ser alguém importante, respeitado e reconhecido pelos colegas? Mais humano impossível, afinal, quem não quer ser aplaudido e ovacionado? E, que bom que Freud quis entulhar o vazio afetivo dele desta forma. Hehe

Pois bem, infiro a partir do já exposto, que somos então: condição animal (infraestrutura), afetiva (estrutura) e racional (superestrutura). Porém, enquanto a nossa condição animal já está programada/dada, desde a concepção, para autopreservação (sobreviver e reproduzir (reprodução das células, da espécie...)), com a condição afetiva e racional não ocorre o mesmo, ou seja, estas duas condições não estão dadas, mas, precisam ser construídas “em” e por cada indivíduo. Certamente, Kant, a respeito da razão, não concordará comigo, pois, para ele, já há elementos, a priori, dados na razão. Aproveito a “deixa” para dizer, novamente, que não me debruçarei, neste, sobre a nossa condição racional, mas, mantenho a clareza da nossa condição total.

Mas e o vazio afetivo, nos precede? E a condição afetiva já pulsa desde a concepção ou só depois do nascimento? Ou, já que somos 23 cromossomos do pai e 23 cromossomos da mãe, será que herdamos um pouco das estruturas afetivas deles?

Certamente, a este respeito, há mais perguntas do que respostas, afinal, é um novo paradigma para a compreensão da subjetividade humana.

Nascermos vazios afetivamente explica muita coisa em nosso mundo humano. Cada um ter que desenvolver a própria “alma afetiva”, a autoestima pessoal, também. Inclusive, a vida em sociedade só melhorará se os indivíduos crescerem na própria autoestima, ou seja, apesar de parecer um paradigma individualista, num primeiro momento, ele tem mais a contribuir socialmente do que qualquer paradigma social apresentado até agora. Ou será que uma sociedade, formada por pessoas menos carentes afetivamente, sobretudo, de aplausos e reconhecimento, não resultaria em menos competição, discriminação, exploração... e em mais democracia, vida fraterna, cooperativismo etc?

Em síntese, a vida em sociedade só estará bem se eu, você e cada pessoa estiver bem consigo mesma, caso contrário, ou seja, em caso de baixa autoestima, o indivíduo só usará os outros como objetos, tentando preencher o próprio vazio afetivo, resultando na situação social já apregoada por Hobbes e por vários outros pensadores, que eu considero “realistas” e não de pessimistas, afinal, com indivíduos carentes, não conscientes do próprio vazio afetivo, a realidade esperável não poderia/pode ser outra. Acredite!

Se você está se questionando a respeito desta condição subjetiva, deste vazio afetivo, sugiro a seguinte análise pessoal: o que sobra de você sem os teus papéis e funções? Ou melhor, suspenda a tua condição de marido/esposa, mãe/pai, filho/filha, o teu emprego (mesmo sendo o presidente da república), o teu título acadêmico, até mesmo, a tua função de síndico do prédio (ser for o caso) e aí sim, o que sobrar ISTO É VOCÊ, apenas isto, simples assim. Agora sim, te apresento a você.

Dureza? Certamente. E se não foi “dureza”, refaça a análise, pois lamento dizer, mas você não conseguiu – provavelmente não teve coragem – te olhar no espelho afetivo, apenas te viu, novamente, no espelho do ego.

Mas não se desespere, pois me parece ser possível afirmar, que até este momento, nós humanos ainda não sabíamos desta nossa condição, qual seja, de que nascemos vazios afetivamente; que precisamos desenvolver a nossa alma afetiva; que cada um precisa erigir a própria autoestima.

## 12. CRÍTICA DA “RAZÃO INCONSCIENTE”

Considerando a minha “veia” kantiana - “calibrada” com a pesquisa de Mestrado sobre a temática da moral/da educação moral em Kant, mas, sempre também, com o outro olho na Crítica da Razão Pura - não pude deixar de notar uma veia kantiana em Freud. Além, é claro, de ver algumas referências diretas a Kant nos próprios escritos freudianos.

Kant, que viveu entre 1724 a 1804 e publicou, suas principais obras, em 1781 (Crítica da Razão Pura), em 1788 (Crítica da Razão Prática) e em 1790 (Crítica da Faculdade do Juízo), constituiu-se em um marco, ou melhor, construiu um novo/outro paradigma para a compreensão da “razão” e consequentemente, da vida humana, afinal, a razão kantiana não é só “teórica”, mas também, prática e estética.

No momento, cursando Psicologia, enveredar pelas teorias freudianas foi algo inevitável, felizmente. Freud, que viveu entre 1856 a 1939 e publicou suas maiores descobertas, como a questão do sonho (1900), a sexualidade (1905), o inconsciente (perpassa toda a teoria dele) e o método/a técnica da psicanálise (desde o começo, em substituição da hipnose), não deixou de beber na fonte kantiana. Aliás, tanto bebeu que acabou ampliando, do meu ponto de vista, o paradigma da compreensão da razão humana, ou seja, a partir de Freud torna-se possível afirmar que temos uma razão “teórica”, prática, estética e inconsciente. Eis uma tese para entabular, ou, ao menos, tentar.

Isto apontado e considerando a minha veia kantiana - crítica - não demorei a cogitar uma “crítica da razão inconsciente”. Evidente que este escrito não passa de um ensaio primeiro, uma modesta provocação inicial a respeito de temas tão complexos, profundos e extensos.

O que me levou a esta “tese”, como sendo o passo inicial, foi a frustração em relação ao curso de Psicologia, ou melhor, optei pela Psicologia por estar debruçado, naquele e neste momento da minha vida, sobre a temática dos nossos sentimentos, da afetividade que nos move, das emoções que nos elevam mas, também, nos afundam. Enfim, como um alemão teimoso e bastante racional, que vivenciou uma depressão, fui levado a dar mais atenção a minha condição emocional, afinal, esta colocou em xeque a outra, qual seja, a racional. Assim, desafiado, felizmente consegui optar

pela busca de ajuda, de leituras... passando a incluir a condição afetiva, efetivamente, em minha vida, tanto que, resolvi-me pela graduação em Psicologia, no intuito de seguir me aprofundando sobre. Entretanto, para minha surpresa, pouco se fala – se falou até o momento - em sentimentos, emoções e afetividade no curso, que para mim, deveria ser o objeto de estudo da Psicologia, ou seja, estudar a condição subjetiva-emocional do ser humano.

Comportamento, percepção, personalidade, genética, consciência, personalidade, desenvolvimento, interação social, inconsciência, educação, mente, técnicas, etc, são as temáticas, comumente tratadas durante as aulas, entretanto, disciplina após disciplina, raramente a questão afetiva/emocional é abordada de forma direta e exclusiva.

Em relação a teoria de Freud - já tratada em várias disciplinas específicas, e de forma majestosa pelos professores, além das leituras pessoais feitas e em andamento – a situação não é muito diferente. Grandes temas, profundas e elaboradas teorias, paradigmas superados, novos paradigmas construídos, enfim, basta dizer que a obra freudiana contém 24 volumes, nos quais, muito pouco se trata, direta e explicitamente, da condição afetiva.

Disto tudo, claro que exposto aqui de forma breve, resulta a minha hipótese: Freud, influenciado pela teoria kantiana e pelo paradigma “moderno” da razão, também fundou a partir deste, ou melhor, da razão, a sua teoria do inconsciente, afinal, bewusst e unbewusst (traduzível por: saber e não saber) são conceitos que só fazem sentido em relação à razão.

1. Razão “simbólica”: representar; juízos de fato (causa-efeito: certo-errado/verdadeiro-falso); eu-objeto
2. Razão prática: sentir; juízos de valor (meio-fim: bom-mau); eu-outros
3. Razão estética: apreciar; juízos de gosto (agradável-desagradável); eu-outro objeto
4. Razão inconsciente: desejar; juízos de autopreservação (sobreviva-reproduzir: vida-morte); eu-não eu.

## 13. A PSICOLOGIA NO DIVÁ

- Bom dia caríssima! Acomode-se no divá, por favor.
- Bom dia! Obrigada doutor!
- Não precisa me chamar de doutor, pois ainda não fiz Doutorado em Psicologia.

- Está bem! E já que estás sendo sincero, tenho uma sincera questão preliminar: gostaria de saber o preço da sessão e a duração, pois não quero sair daqui, quando encerrarmos hoje, com mais um trauma.

- É justo e está no seu direito! Inclusive, conforme o nosso Código de Ética, eu devo comunicar o valor antes do início do trabalho a ser realizado. Assim sendo, em respeito aos meus clientes e a minha classe, eu uso, como referência, o valor mínimo da tabela de honorários estabelecida pelo Conselho Federal de Psicologia, que hoje está em torno de 200,00. Posso cobrar menos, se a senhora achar necessário, mas nunca cobro mais. Já a respeito do tempo de cada sessão, infelizmente, o Código de Ética não foi muito ético para com os usuários do nosso serviço, pois não estabeleceu nem “um mínimo” de duração. Enfim, em respeito aos que procuram a minha prestação de serviço, o meu “ouvir qualificado”, eu fico disponível por 50 minutos/sessão, que é a orientação do Conselho. Se você quiser sair antes, o que não recomendo, você pode sair, mas eu ficarei aqui os 50 minutos. Inclusive, se tivermos agendado uma sessão e você não comparecer – e nem desmarcar um dia antes (a não ser por algum motivo grave) – eu também estarei aqui, disponível para você, logo, o tempo da sessão será cobrado.

- Certo! Entendido e de acordo! Agradeço pelo respeito que me dispensas.

- Merecido! Mas e então, o que a traz aqui?  
- Pois é... Eu não me sinto bem. Eu ando me sentido mutilada. Sinto-me perdida e não sei mais, ao certo, o sentido da minha existência. Enfim, não estou me SENTINDO BEM há algum tempo.

- Fale mais sobre isso.

- Falar, falar, falar! Tá certo, afinal, vim para o lugar, para o espaço no qual, a fala e a escuta são o principal meio de acesso, de busca e de entendimento, da angústia que me trouxe até aqui.

- Sim, perfeito. Podes falar mais sobre essa angústia? Não pense muito antes de falar, apenas fale e veremos o que aparecerá.

- Então! Ando me sentindo mal compreendida pelos outros. Está certo que nem eu sei completamente quem eu sou, mas estou em busca, sempre atenta aos meus sentimentos, sobretudo. Inclusive, posso afirmar que são os sentimentos que me enraízem na vida real, no aqui e agora. Não teve um filósofo que disse “penso, logo existo”? Pois eu diria: sinto, logo existo. Aliás, foi o sentimento de não estar bem/estar angustiado que me trouxe até aqui.

- Preciso insistir para você não pensar tanto antes de falar. Tudo o que você disse está correto, quase que cientificamente. Entretanto, você não precisa elaborar aqui, uma tese científica. Também não precisa se confessar, como se estivesse na frente de um padre. Claro que as duas coisas podem acabar acontecendo, mas, buscamos algo que está além do pensar e do falar estruturados logicamente.

- Está bem! Vou tentar! Mas esse falar “livremente” não é nada fácil para mim. Sendo assim, quando o senhor falou em “confessar”, lembrei imediatamente do sentimento de culpa. Ou melhor, será que eu não me sinto culpada por não estar sendo muito clara, uma vez que os outros não estão me entendendo bem? Na verdade, não é que os outros me comprehendem mal, mas, eles me tratam de forma compartmentada/separada e isso gera entendimentos parciais. Posso tentar exemplificar a partir do corpo: alguns apenas enxergam uma cabeça, ou seja, consideram apenas a capacidade teórica para perceber, entender e explicar algumas coisas; outros, enxergam apenas músculos, ou melhor, enfatizam apenas os comportamentos/o agir, o que/como/porque faz ou deixa de fazer algo; muitos outros, sobretudo os homens, reparam apenas nos seios e na bunda, e consideram apenas a sexualidade corporal. Por isso ando angustiada. Muitas vezes me sinto esquartejada e vendida por partes, a quem consegue pagar mais.

- Profundo! Apesar de bem lógico/bem pensado e falado, muito significativo e significante. Gostaria que você refletisse e sentisse a repercussão disso que você acabou de falar em você até a nossa próxima sessão. Viu! Já se passaram 50 minutos. Nos encontramos semana que vem?

- Sim, com certeza. Obrigada! E até semana que vem.

## 14. “SENSETIR” X SENTIR

Há muito tempo já ando insatisfeito com as confusões teóricas criadas por se usar o mesmo termo – sentir – para referir-se aos sentimentos/emoções e as sensações que temos a partir dos nossos 5 sentidos, assuntos, ao meu ver, completamente diferentes.

Enquanto os 5 sentidos nos conectam com o mundo externo (será que nossa capacidade de “falar” também não seria um sentido, assim como o ouvir, já que nos conecta com os outros?), nos possibilitando ter sensações do que está fora de nós, os sentimentos se dão, exclusivamente, dentro de cada um, afinal, ninguém pode sentir pelo outro. Aqui preciso abrir um parêntese para dizer que o mesmo ocorre com o pensar, ou seja, ninguém pode pensar pelo outro, apesar de muitas teorias da educação ainda acharem o contrário; fecho parêntese.

Claro que as sensações – sensetir a partir dos sentidos – também são processos individuais, já que cada indivíduo tem os próprios sentidos, por meio dos quais, cada qual experiência o seu entorno. Mas a emoção – sentir internamente – é algo que ocorre, exclusivamente, dentro de cada indivíduo/no mundo privado. Calma, calma, prezadas românticas (acho que os românticos são apenas imaginação das românticas), mas, infelizmente, preciso dizer que o que você sente, ao estar com o teu príncipe encantado, é algo exclusivamente teu, logo, bem egoísta, para ficar mais claro. De forma, que você apenas deseja sentir o que você sente, dentro de você, ao estar com o dito cujo, que não passa, como já dizia Freud, de mero objeto dos próprios desejos. Inclusive, não é o príncipe encantado que te excita, mas, é você mesma que se excita ao estar com o teu objeto de desejos. O mesmo se dá nos homens.

Melhor retomar a questão inicial.

Sensetir - o mundo externo a partir dos nossos 5 sentidos - é um processo que alimenta a mente, tanto que, durante o dia, não passamos, em grande medida, de receptores de sensações, transformadas em “dados/ideias” para mente. Basta abrir os olhos, ao acordar pela manhã, e a mente passa a borbulhar, a ferver, a processar dados obsessivamente; raramente, durante o dia, nos damos conta da nossa existência real e concreta, num determinado momento e lugar. Evidente que, também, sentimos/nos

emocionamos durante este mesmo dia: rimos, choramos, sentimos raiva, angústia, felicidade, paz...

Entretanto, não somos formados/educados para sentir/para as emoções, mas apenas, para pensar, que por sua vez, requer o senetir para funcionar. Emocionalmente, nos auto-educamos da forma como somos demandados ao longo da nossa existência instintiva e ilusória. Aliás, me parece que “instintir” seria um termo apropriado para tratarmos, de forma mais clara, a nossa condição natural de autopreservação, condição/comportamento que compartilhamos com os demais animais e com as plantas.

Resumindo:

1. Instintir as ordens da natureza.
2. Senetir as sensações a partir dos 5 sentidos.
3. Sentir as emoções/os sentimentos afetivos.
4. Pensar é relacionar os dados/os signos.

## **15. EUREKA: A “GRAVIDADE”/INSEGURANÇA NOSSA DE CADA DIA**

**D**iz a história, que Arquimedes descobriu a “gravidade específica” ao tomar banho em sua banheira, ou melhor, ao entrar na banheira ele percebeu que a quantidade da água derramada da banheira era equivalente ao peso/volume do seu corpo, que nela mergulhava.

Digo isso porque, curiosamente, a minha intuição, sobre a “gravidade/insegurança nossa de cada dia”, me ocorreu antes do banho de rio, enquanto eu ainda estava sentado, de frente para o rio, e meditava sobre não sei o que. Minto, na verdade lembro, e eu não meditava, mas, refletia sobre um dano ambiental na mata ciliar desse mesmo rio, causado por vizinhos em minha propriedade.

Eu queria meditar, mas, a indignação me consumia. Até que consegui “atravessá-la” e me perguntar: **POR QUE ISSO ME AFETA TANTO?**

Confesso que essa máxima interrogatória – e libertadora – já me ocorreu mais vezes. Quem sabe, até mais vezes que os banhos de banheira do Arquimedes.

Enfim, **POR QUE AQUILO ME AFETAVA TANTO?** Ou melhor, a questão não estava, necessariamente, nos vizinhos e nem no dano ambiental, mas, na repercussão daquilo em mim.

Assim, agora não mais indignado, mas, intrigado comigo mesmo, comecei a travessia: considerando que há uma lei natural da sobrevivência/da autopreservação que nos dirige naturalmente, enquanto tivermos corpo orgânico; considerando que somos seres racionais, nos distinguindo dos demais animais por podermos pensar sobre a nossa existência; considerando que dessa intermitente relação, entre corpo e razão, origina-se a nossa condição afetiva, através da qual os acontecimentos nos afetam emocionalmente... intui que, desse constante movimento relacional entre natureza (ID), razão (supereu) e emoções (eu) forma-se, ou eu formo, a minha subjetividade.

Se o nosso corpo orgânico nos empurra para a autopreservação, é bem provável que a nossa mente capte a nossa fragilidade/fraqueza/a insegurança de cada dia – já que precisamos sobreviver - e começa a preferir

a ilusão de superpoderes, ou de superpoderosos que nos possam salvar... ao invés de lidar com a vida real de cada dia.

Então, já que não conseguiremos suprimir por completo - o imperativo natural da autopreservação, enquanto formos orgânicos - melhor começarmos a nos conscientizar das nossas ilusões, racionalmente potencializadas, e amadurecer afetivamente para lidar com as nossas inseguranças emocionais de cada dia. Uma maneira boa e que recomendo para isso, é buscar ajuda de pessoas preparadas para isso, como os psicólogos. Também recomendo a meditação, que consiste em ficar sozinho por um bom tempo. E, inclusive, banho de rio e/ou de banheira pode te ajudar, no teu amadurecimento, afinal, o que te consome é o que te afeta.

## **16. DA BÍBLIA AO SMARTPHONE: PRINCÍPIO DO IMAGINÁRIO/AUTOILUSÃO**

**C**ostumo dizer, já há algum tempo, que tiramos a bíblia das mãos das novas gerações e lhes colocamos, nas mãos, um smartphone. Com isso, resumo a primeira parte do título e, infelizmente, também resumo a ilusória (princípio do imaginário coletivo) evolução da humanidade, ou melhor, que ocorreram inúmeros progressos técnicos e na construção de ferramentas, disso não há dúvida, mas, lamentavelmente, a humanidade não passou dessa evolução apenas instrumental e mantém resignada no primitivismo ideológico/da ilusão. Em outros termos, considerando a grande contribuição (ideológica?) de Freud, o princípio da realidade segue sendo evitado.

Assim, acabo de contrapor o princípio da realidade ao princípio do imaginário, ou ainda, contraponho o momento presente ao ilusório futuro, ou ainda, a vida monótona de cada dia ao frenesi da imaginária felicidade (aqui e agora, ou depois), ou, contraponho à bíblia e ao smartphone a vida real nossa de cada dia, existência rotineira, desafiadora, com muita carência afetiva e insegurança. Aqui, não resisto a um questionamento à educação escolar: a Escola/Universidade educa a partir de qual princípio?

Saiba, que além de você, muitos outros já me chamaram/chamam de pessimista, entretanto, se você tiver coragem para sentar sozinho por uma hora – COM O SMARTPHONE DESLIGADO - e refletir sobre sua vida, perceberás que sou mais realista do que pessimista. Verás que nem a bíblia (gerações passadas e a nossa), nem o smartphone (geração atual e futuras) garantem uma existência realista, aqui e agora, e com os outros (inclusive outros com Alcorão, Torá, Vedas, BhagavadGita...).

Claro, sei que você “imagina” que não consegue ficar sentado sozinho, por uma hora, sem o seu smartphone, porém quero te incentivar a tal esforço, a tal ato de coragem, real e seu, aqui e agora, um contato direto com o seu princípio de realidade. Mas, também te alerto, você nunca mais será “só” conduzido pelo princípio do imaginário, pois o princípio da realidade foi despertado em você, e a partir da sua consciência disso esse princípio também passará a pulsar em você.

Reforço, o princípio do imaginário seguirá atuante em você, mas, agora, o princípio da realidade também passará a estar presente em você.

Este, que te levará - depois da ampliação da consciência da vida real – a ficar um dia inteiro sem smartphone... a três dias sem, uma semana sem, e quiçá, um dia você perceberá que nem precisa de smartphone para viver. Ou será que ninguém vivia até 1995, quando os celulares começaram a se propagar.

Enfim, caro adulto, tirar a bíblia e dar um smartphone, é bastante infantil.

Aliás, veja a intrigante semelhança entre infantilidade e princípio da imaginação. Ninguém mais específico para exemplificar a potencialidade da imaginação/da ilusão do que uma criança. Será que é por isso que também chamam/imaginam os deuses – já que existem várias religiões - como pai, criador, todo poderoso...? Por favor, não estou questionando as religiões, mas, apenas o princípio do imaginário das pessoas, princípio que também nos constitui como humanos. E quem vai seguir decidindo entre o “céu com 72 virgens” ou o novo metaverso do Zuckerberg é o próprio iludido. Falando em iludido, ainda preciso/quero perguntar: você sabia que Jesus não era cristão? Assim como Maomé não era muçulmano; nem Buda era budista. Sabia disso, caro/a iludido/da?

Para finalizar, quero desafiá-lo/la a mais um ato de coragem: convide e leve seu filho/a para passear/caminhar na rua, ir jogar bola, ir no parquinho, andar de bicicleta, MAS DEIXEM OS SMARTPHONES EM CASA, pelo bem de ambos e vivam o momento presente, vivam o princípio da realidade.

# **17. IDADE INSTINTIVA + IDADE AFETIVA + IDADE RACIONAL = VOCÊ**

## **PARTE I**

**A**pesar de nos considerarmos seres racionais/inteligentes, consideramos apenas, universalmente, a nossa idade física (pior que, ainda ignoramos os nove meses de gestação na contagem da nossa idade física). Entretanto, o corpo/o físico/o orgânico, que nos assemelha as plantas e aos demais animais, se desenvolve naturalmente, sem a necessidade de precisarmos nos preocupar com esse processo de fecundação, crescimento, envelhecimento e morte. Claro que, ainda infantis na idade afetiva, temos medo do envelhecimento e, sobretudo, da morte orgânica, levando-nos às mais variadas psicoses possíveis, no intuito de nos iludirmos sobre a inevitável morte, que nos aguarda. Tão infantis afetivamente, que gastamos – nós seres inteligentes que somos - milhões em pesquisas e em medicamentos, na intenção de adiar o envelhecimento orgânico. Evidente que agradeço, diariamente, pelos avanços já feitos nessas áreas e em outras, caso contrário, considerando meus 45 anos, eu já estaria com um pé na cova, pois esta, era a longevidade humana em outras épocas.

Com isso, já sinalizo para nossa idade racional, na qual, progredimos hodiernamente. Pena que confundimos isso, o astronômico progresso teórico/científico e técnico, com o progresso da humanidade como um todo.

Aliás, eis a questão! A grande questão que a humanidade deveria se propor: adianta ir para lua, ir para Marte, termos bombas atômicas (idade racional adulta)... mas, termos pessoas morrendo de fome, termos idiotas fazendo guerra por questões de poder...? Confesso que, aqui, não sei se isso é uma questão de idade afetiva infantil, ou se a idade instintiva/animal desenvolveu-se demais em alguns presidentes. Só sei que esses idiotas não deveriam ter acesso ao que a humanidade já criou/inventou devido ao seu desenvolvimento racional, alcançado ao longo da história. Investir em arsenal bélico para defesa, já é muito questionável, pois evidencia a desconfiança nas outras nações, agora, usar um arsenal bélico para atacar outra nação, pelo motivo que for, é condenável em todas as direções, especialmente, da inteligência.

Mas, retomando o propósito do título.

Penso que já ficou evidenciado, a partir do exposto, que considero podermos estar em três fases distintas de desenvolvimento ao mesmo tempo, ou melhor, a mesma pessoa pode ter uma idade instintiva, outra emocional e outra racional, ambas em fluxo constante. Certamente, todos já viram, ou ouviram falar, de algum cientista que é altamente intelectualizado (idade racional de ancião), mas na vida afetiva não passa de uma criança, em tal medida que ainda vive com a mãe. Aqui, nem me refiro à substituição da mãe por uma esposa, ou do pai por um marido, pois não quero provocar uma comoção humanitária.

Inclusive, eis uma baita sinalização para a tua idade afetiva, ou melhor: você busca/”tem” uma esposa, ou um marido, SÓ por medo ou por insegurança afetiva, ou, por ter algo - TAMBÉM - a acrescentar/ contribuir na relação conjugal? Ou, bem mais simples: você quer fazer feliz, ou apenas quer que te façam feliz? Mas, uma vez desapontado/a com as respostas, não precisa se separar imediatamente. Ser consciente e realista consigo mesmo, já é um enorme passo na maturidade/idade afetiva.

Entretanto, lembre-se: estamos sempre entre o fluxo das nossas três condições, quais sejam, a instintiva, a emocional e a racional. No mínimo, ter consciência delas. No máximo, esforçar-se para seguir amadurecendo na/nas de menos idade. Apesar de nascermos frágeis, tendo a pensar que já nascemos adultos instintivamente, condição que empurra o desenvolvimento racional, e assim, ambas atropelam o processo de amadurecimento da idade afetiva na maioria das pessoas.

Em vez de declarar uma guerra contra os outros/um outro, faça análise, procure um psicoterapeuta e evolua nas tuas idades, que são apenas tuas e estão dentro de você, e não fora.

Seja adulto e procure ajuda e: “feliz aniversário por mais um ano de vida na idade afetiva”.

## PARTE II

Confesso que também ando tentado a pensar que o instinto tem maior predominância na idade infantil, quando o feto/bebê, recém concebido/chegado, prioriza a lei natural da necessidade-satisfação, devido ao instinto da sobrevivência orgânica que se impõe. Nessa pulsão vital, que empurra cada indivíduo à autopreservação orgânica, a questão afetiva toma contornos angustiantes, de insegurança e de dependência, o que acaba por

condicionar a organização da “base/matriz” do aparelho psíquico/afetos de cada qual.

Já na idade da adolescência - mesmo o instinto da sobrevivência orgânica seguir pulsando, aliás, este que pulsa até a falência do corpo se impor – parece que esse mesmo instinto natural, qual seja, o da sobrevivência, assume contornos da espécie, ou seja, agora não basta mais apenas a sobrevivência orgânica do indivíduo, mas pulsa também, a sobrevivência da espécie, o que por sua vez, envolve a relação sexual com um outro para que a espécie possa se reproduzir e seguir existindo. Assim, fica evidente, a potência sexual pela qual passamos na idade da adolescência, aliás, naturalmente, a melhor idade para que a procriação da espécie tenha êxito, logo, a lei do desejo-satisfação se impõe imperiosamente. Entretanto, nessa pulsão hormonal, que empurra um indivíduo à busca de outro, a questão afetiva passa a tomar outros contornos, em cada qual. Aliás, ouso dizer aqui, que o Freud equivocou-se em atribuir tanta importância à sexualidade na infância, pois, é na adolescência que o imperativo sexual se impõe, organizando significativamente o aparelho psíquico/a afetividade. Evidente que a vida instintiva segue operando também, assim como a racional já está bem latente na adolescência e anda de “mãos dadas” com a sexual.

Enfim, chegamos à vida adulta. Os instintos seguem pulsando e a sexualidade já começa a dar um espaço maior aos “afetos não dependentes dela”, afinal, a razão já consegue se impor aos instintos, inclusive ao sexual. Claro que, bem sabemos, que com a idade orgânica progredindo, o próprio corpo já não é o mesmo. Essa questão fica evidente com a menopausa no gênero feminino, ou seja, a melhor idade para procriar já passou (isso sim, é uma castração traumatizante, que Freud nem mencionou). E no gênero masculino, o sangue já não circula mais na mesma velocidade (outra castração angustiante). Assim sendo, estamos na fase de um pouco de independência das leis naturais - apesar de seguirem lá enquanto o corpo tiver vida – e podemos ir um pouco além. Claro que a maioria das pessoas, prefere continuar na rotina de sempre, ou seja, pulsando necessidade-satisfação e desejos-satisfação, no máximo é carregado pelas imaginações/ideias-satisfação.

Assim “sendo”, parece que a organização do aparelho psíquico é fortemente condicionada pelos instintos da autopreservação, de forma que a fragilidade orgânica, também se converte em fragilidade afetiva. E mesmo na idade racional, muito se resume em apenas sobreviver com

segurança e conforto. Segurança que começa a ser questionada, mas, dessa vez, na idade adulta, pelo progressivo declínio orgânico. Aliás, parece que instintivamente - ou inconscientemente, segundo Freud - o processo de caminhar para morte martela em nós com mais força depois dos 50?

Estaria, o sentido da nossa vida, na organização do aparelho psíquico a partir dos afetos? Em ir além dos instintos e da razão?

Seria a função da Psicologia ajudar cada indivíduo a compreender a própria matriz afetiva? A entender como se estruturou afetivamente, como organizou o próprio aparelho psíquico? Como estão as idades instintiva, afetiva e racional?

Será que é esse o caminho para uma existência a partir da realidade-satisfação?

## **18. PSICOLOGIA, PSICANÁLISE E/OU PSIQUIATRIA: UM EMARANHADO ÉTICO**

**Q**uem não é da área da Psicologia dificilmente consegue entender a distinção entre a Psicologia, Psicanálise e a Psiquiatria. Na verdade, quem é da área também tem, mais em aceitar do que em entender, me parece.

Vou tentar alguns esclarecimentos e questionamentos, apesar dos acordos subliminares em voga entre as três madames supracitadas.

Nas ciências e na academia, temos as áreas especializadas conforme o objeto de estudos abordado, como, por exemplo, as áreas de ciências exatas, biológicas e humanas. Enquanto as ciências exatas utilizam a Matemática e a Lógica para resolver problemas, as humanas estudam a sociedade, o ser humano e os fenômenos sociais. Já as biológicas, estudam os seres vivos e sua origem, evolução, formação estrutural...

As Ciências Humanas englobam as profissões e disciplinas que estudam o ser humano enquanto indivíduo que precisa viver em sociedade. Tradicionalmente, estão subordinados a essa área: Direito, Psicologia, Sociologia, História, Filosofia, Pedagogia ...

Parece que a Psicanálise não foi mencionada.

Em comparação com as ciências humanas, que estudam o humano sendo em sociedade, nas biológicas estuda-se o corpo humano e animal e sua estrutura orgânica. Todos os elementos que compõem o corpo, permitindo que ele funcione da forma como funciona, e/ou deficiências que prejudicam esse funcionamento, formando assim o objeto de estudos dos cientistas dessa área. Medicina, Química, Nutrição, Educação Física, Agronomia, Medicina Veterinária são alguns exemplos de cursos subordinados ao campo das biológicas. Os saberes produzidos e aprendidos nessa área são obtidos, mais, por meio do trabalho em laboratórios, enquanto os das Ciências Humanas requerem uma maior trabalho de campo.

Alguém viu a Psicanálise ser mencionada? Será então, que a Psicanálise é da área das exatas?

Desculpem as provocações, mas, considerando a confusão já criada e os acordos subliminares, quis apenas dizer o óbvio, qual seja, que a Psicanálise é apenas uma das várias subáreas dentro da Psicologia, que é

uma área dentro das ciências humanas. Claro que nenhum psicanalista admitirá isso.

Entretanto, o maior emaranhado ético criado na área da Psicologia - esta que trata das questões/problemas psíquico-afetivos das pessoas - situa-se na Psiquiatria. Apesar de a Psiquiatria lidar/tratar com a dimensão emocional das pessoas, ela está ligada e submetida, diretamente, a área da Medicina, esta que tem por especialidade a estrutura orgânica, ou seja, do corpo físico das pessoas. Além disso, a Medicina está na área das ciências biológicas e a Psicologia na das humanas.

As questões que pularam: um médico pode fazer “residência” em psiquiatria, mas um psicólogo não pode fazer a mesma residência e se tornar um psiquiatra? O mal estar afetivo/mente/alma é a especialidade da Psicologia, assim como o mal estar do corpo é a da Medicina? Seria a prescrição de medicamentos/fármacos o divisor de águas? Pior ainda: a prescrição de medicamentos/fármacos só é “aprendível/apreensível” por médicos/na Medicina?

Parece que, em boa medida, esse emaranhamento ético poderia ser resolvido se a Psicologia assumisse, clara e objetivamente, que o seu objeto de estudos e de dedicação especializada, é a dimensão afetiva das pessoas, afinal, como já escrevi numa outra crônica, o que leva as pessoas a procurarem ajuda dessa especialidade é mal estar emocional/o sofrimento psíquico: eu não estou me sentindo bem, ando angustiado, estou deprimido, sofro com minha ansiedade, tenho dificuldades no relacionamento, sinto medo, ando desanimado, não vejo sentido na vida, sinto muita vontade de chorar ...

Enfim, que a alma afetiva das e nas pessoas possa ser promovida. E que a Psicologia, com seus diversos braços (Psicoterapia cognitiva, Terapia psicanalítica, Terapia psicodinâmica, Terapia comportamental dialética, Terapia cognitivo comportamental, Terapia Gestalt, Logoterapia ou Psicoterapia experimental, Terapia familiar sistêmica, Terapia hipnótica... e, quiçá, em breve, a Psiquiatria (a terapia medicamentosa?), possa se debruçar efetivamente sobre a intrigante e auspíciosa condição afetiva/emocional/sentimental dos seres humanos.

## 19. PSICANÁLISE E CHEIRO DE PORCO: UMA ANALOGIA INCOMUM

Recentemente, viajando de “van escolar”, em direção a mais uma aula de Psicologia, fui inspirado a essa analogia, nada comum.

Eu estava sentado no banco dianteiro, ao lado do motorista, relendo o texto para a aula que me aguardava, quando, de repente, comecei a sentir (prefiro o termo “sensetir”, já que se refere ao uso dos sentidos, no caso do olfato, e não de sentimentos) o cheiro, nada agradável, de porcos. Ou sendo mais claro, do cheiro do esterco de porcos.

Como já temos alguns anos de experiência na vida, tanto o motorista quanto eu, logo deduzimos que tinha um caminhão à frente, mesmo sem vê-lo ainda, levando porcos para o seu triste fim. Imediatamente, o motorista mudou a programação do ar-condicionado para, apenas, circulação interior do ar, a fim de evitar que o cheiro continuasse entrando na van. Não tardou para que eu sugerisse que a situação do motorista do caminhão fosse bem mais desconfortável, afinal, ele estava sentando a poucos centímetros de sua carga de porcos e, possivelmente, já a um longo tempo. Porém, bem sabemos/já sabíamos, que a pessoa que lida diariamente com a mesma situação, no caso, com os porcos e seus odores, acaba por se acostumar de tal forma que nem nota mais o cheiro do esterco dos ditos cujos.

Como estava me dirigindo para uma aula de Psicologia, não pude deixar de fazer uma analogia – pouco comum - qual seja, de comparar aquele fato com um momento da análise, de terapia...

Calma, calma caro leitor, ninguém será comparado a um porco. Apesar de invejar a tranquilidade dos porcos, indo para o matadouro, bem sei que seria/é uma comparação irreal.

A comparação, que me ocorreu, foi entre nós (motorista e eu) e entre o terapeuta e o motorista do caminhão (analista e o cliente/paciente). Será que o terapeuta também já não “sensente” o “cheiro” assim que entra em contato e o paciente, acostumado e vivendo em contato constante, acaba por se acostumar ao problema (afinal, ninguém procura um terapeuta sem ter um problema que queira/precise trabalhar) e não o “sente” mais em sua especificidade subjetiva, de forma que nem consegue chegar perto da causa

primeira e fundante do problema, pois passa a se distrair com sintomas diversos, mas o “cheiro” segue lá, grudado na subjetividade.

Lembrei agora, de um amigo, que trabalha com engorda de porcos. Um baita amigo, trabalhador, gente boníssima, mas, infelizmente, o cheiro do esterco dos porcos não o deixava tão facilmente, apesar do esforço dele, na busca de odores melhores, sobretudo, nos finais de semana. Claro que isso não é empecilho para a nossa amizade, porém, a convivência dele com as amigas já é um pouco afetada. Hehe

Mas, retomemos a analogia.

Convém esclarecer que a questão dela, que pretendo provocar, não gira em torno de melhore ou piores odores, afinal, em geral, os odores não garantem nada por si só, entretanto, eles podem indicar para alguma “outra” coisa/question, que pode ser intrigante. Em termos psicanalíticos é possível dizer, penso eu, que os sintomas se compararam aos odores - evocados nesta crônica - e que eles servem de guia para ir em busca do que os causa. E nesta busca das causas, que alguém de fora, com experiência e conhecimento, pode ser fundamental para ajudar no direcionamento e na conscientização dos cheiros/odores que afetam a cada um.

Quem vai decidir se afastar – ou não – do cheiro de porco, terá que ser a própria pessoa, que, em muitos casos, já está tão acostumada a ele, que o afastamento pode ser mais prejudicial do que seguir envolto por ele.

Em termos terapêuticos: quem vai decidir atravessar o/um problema é a própria pessoa - afinal, o problema/o “não estar bem” está nela e não fora dela – e o primeiro passo pode ser dado na direção da busca de ajuda qualificada.

Por fim, me ocorre uma questão: será que os porcos se incomodam com os nossos perfumes humanos?

## 20. “ANNA O.” E A LIMPEZA DA CHAMINÉ (DO MEU FOGÃO A LENHA DO SÍTIO)

**A**nna O., para quem não conhece, foi a paciente de Freud (há controvérsias), que muitíssimo contribuiu, na condição de paciente, para a criação do método psicanalítico, especialmente, no que se refere a “cura pela fala”, o que Anna O. também nomeava como “limpeza da chaminé”. Numa sessão, com o então Doutor Freud, ela teria pedido para que ele ficasse quieto e só ouvisse, a fim de que ela pudesse falar e assim, colocar as coisas/questões para fora “e ir limpando a sua chaminé”. Claro que, tão importante quanto falar foi lembrar, buscar nas memórias “afetivas” as possíveis explicações para o sofrimento psíquico que estava sentindo.

Isso posto/apresentado, puxo a minha experiência de limpeza da chaminé - literalmente falando - a fim de fomentar uma analogia possível.

No sítio, tem um fogão a lenha (marca Walter. Curiosamente, Walter é o nome do meu antepassado paterno, que embarcou na Alemanha em direção ao Brasil, mas, faleceu no trajeto) e como o frio está chegando, animei-me a fazer fogo nele. Entretanto, essa tarefa não foi nada fácil, apesar de tudo estar, aparentemente, em ordem (?). Aliás, para facilitar a lida - ao menos tentei facilitar – peguei brasas da churrasqueira e coloquei no fogão acrescentando um pedaço de lenha. Em questão de minutos, a casa toda estava tomada por fumaça. Confesso que, depois de abrir todas as janelas e portas disponíveis, me deu vontade de jogar um balde de água naquele fogão e acabar com tudo (morte?). Mas, confesso também, que sou um pouco teimoso. Hehe

Passei a investigar as possíveis causas daquela fumaceira: a lenha estava seca; o fogão tinha funcionado razoavelmente bem, no final de semana anterior; com o fogão aberto o fogo ressurgia; e a chaminé estava bem encaixada e no lugar, com uma altura adequada. Então, o insight, ou melhor, LEMBREI (memórias?) que numa outra ocasião/situação semelhante, a causa fora um ninho de passarinho na chaminé. Descobri isso um bom tempo depois, praticamente meio ano depois do ocorrido, quando um novo inverno começava e eu resolvi trocar todos o cano da chaminé, pois neste novo inverno, eu não pretendia ficar sofrendo com a fumaça dentro de casa. Quando tirei a terceira parte do cano, já um

pouco corroído pelo tempo, notei imediatamente que havia um ninho de passarinho em seu interior e assim, estava explicada/esclarecida a causa da fumaça dentro de casa e da dificuldade em acender o fogo no fogão a lenha. Convém informar que, como a chaminé é um cano liso de inox de 20 cm de diâmetro, com um acesso difícil, essa façanha não é nada comum (?), apesar de já ter sido a segunda vez que isso aconteceu (repetição ?).

Retomada esta memória, dirigi-me ao cano da chaminé. Ao colocar a mão no cano, que é de inox, já percebi que o cano estava frio, logo, não tinha subido fumaça por ele, pois a passagem da fumaça quente o deixa intocável. Comecei a dar batidas leves no cano e ele parecia limpo, mas, o fato dele estar frio me deixou intrigado, o que me levou a dar continuidade a investigação. Comecei a desmontar o cano, que é formado por vários pedaços de cano que são encaixados um no outro, até atingir-se uma altura adequada, para que o vento/a corrente de ar favoreça a saída da fumaça. Quando tirei o primeiro pedaço de cano, começando por baixo, pois não estava a fim de subir no telhado para começar por cima, a fumaça já começou a sair, quase que normalmente, pelo buraco na parede da casa, por onde saia a chaminé. Sendo assim, ficou demonstrado, que o problema estava na chaminé. Segui desmontando o cano e eis que, no último pedaço – o quarto pedaço – continha um ninho de marimbondos e um ninho de passarinhos, ou seja, a difícil proeza de se fazer algo dentro da chaminé inox, num cano liso, de uns quatro metros de altura, se repetiu.

Bastou tirar os ninhos, que já haviam sido abandonados, que o fogão retomou a sua “vida” de fogão a lenha. Voltou a ser simples e fácil iniciar um fogo nele, bastando algumas grimpas de pinheiro, alguns gravetos e um palito de fósforo. Lembro que antes, passava meia hora na lida do fogo - quando conseguia - e quase precisava usar uma máscara por causa da fumaceira pela casa.

Agora, é só usufruir: cozinhar no fogão a lenha, ter sempre água quente em cima do fogão e curtir o ambiente quentinho da casa. Claro que é preciso puxar lenha lascada para alimentar o fogo, mas num sítio, isso é tranquilo.

Chaminés limpas, a da Anna O. e a minha, vamos a analogia possível com a nossa condição psíquica, ou, como costumo definir, com a nossa condição afetiva.

Curiosamente, o fogão a lenha, aquece o ambiente e possibilita o preparo do nosso alimento, assim como a afetividade nos aquece e nos

nutre/faz crescer, sobretudo, quando a nossa condição afetiva nos desafia através do sofrimento.

Inclusive, o que fez a Anna O. buscar ajuda, primeiro do Breuer e depois do Freud, foi o sofrimento psíquico que ela sentia, desencadeado pelo adoecimento do pai, pelo que consta. Sofrimento que desencadeou vários outros sintomas físicos, entretanto, ao hipnotizá-la, Breuer imediatamente percebeu que a causa não era física, mas, de outra ordem, assim sendo, a intervenção também precisava alcançar a causa efetiva dos problemas físicos que ela manifestava. Então, o “adoecimento” dela localizava-se em outra condição, que não a orgânica/física. E isso intrigava veementemente a Breuer e a Freud, que também eram médicos.

Comparando com a limpeza da chaminé, do meu fogão a lenha no sítio, parece-me ser possível dizer que o problema também não estava no fogão em si, muito menos na fumaça que tomava conta da casa (aliás, a fumaça é comparável aos sintomas físicos da Anna O.), mas, em outra parte estrutural, independente do fogão, mas, indispensável para o seu funcionamento, ou melhor, sem chaminé um fogão a lenha não atenderá ao fim pelo qual foi construído, adquirido e instalado.

E foi falando, ou melhor, na verdade foi LEMBRANDO (retomando memórias, através da fala com o Breuer e o Freud) de “vivências feitas/sentidas” que Anna O. e eu chegamos a causa efetiva do problema: ela conseguiu reelaborar algumas vivências traumáticas, ressignificando-as afetivamente, e eu consegui lembrar do caso anterior do entupimento da chaminé. Claro que o meu caso é bastante simplório perto dos sofrimentos e/ou da angústia de vida/existencial pela qual a Anna O. passou. Sei disso, porque também já passei por uma angústia existencial e posso garantir que, lidar com um fogão a lenha, que não puxa, como se diz no popular, é fichinha de resolver.

Outra analogia válida, me parece, é em relação a fumaça e aos sintomas, ou melhor, ambos eram apenas o “efeito” e não a causa do problema. A fumaceira, dentro de casa, apontava para algum problema naquela estrutura, que já funcionou bem inúmeras vezes, porém, no momento, não estava querendo funcionar. Parece que a estrutura psíquica da Anna O., até os 21 anos, também “funcionava” (se funcionava bem já é outra questão), mas, quando o pai adoeceu, isso a “afetou” de tal forma que começou a bloquear o fluxo vital dela/nela (quem sabe o fluxo afetivo?), resultando em vários sintomas físicos como: dificuldade para comer, paralisia no braço, afasia, visão embaçada, dentre outros. A solução não

estava em preparar comida diferente e melhor, nem em fazer fisioterapia, ou ir num fonoaudiólogo ou num oftalmologista. Era preciso buscar a causa efetiva daqueles problemas, assim como me foi necessário buscar a causa efetiva da fumaça dentro de casa, aliás, como já relatado, uma causa bastante atípica, já que a chaminé é um lugar improvável para ninho de marimbondo e menos ainda, ninho de passarinho.

Em relação a Anna O. eu arriscaria dizer, em minha modéstia observação, que o fluxo afetivo dela era fortemente dependente da relação dela com o pai, e este, uma vez adoecido e acamado, não só interrompeu aquele fluxo como também, fez ela perceber uma estrutura afetiva infantil, completamente dependente do pai. Aliás, até parece ser possível concluir que, o próprio Breuer veio a ocupar, mais tarde, este lugar do pai, afinal, foram mais de dois anos de “tratamento” com ele, ou seja, de convivência entre eles e isso oportunizou a superação de vários sintomas da Anna O.. Inclusive, não é nenhuma novidade, a suspeita de ter havido um envolvimento afetivo maior entre eles, que quase saiu do controle. Isso teria levado Breuer a viajar com a família e ficar sem atender Anna O. por um bom tempo, e mais adiante, ter feito Breuer a repassar o caso para o seu amigo Freud. A questão que me salta: será que Breuer fez “o fogo afetivo” de Anna O. voltar a queimar novamente? Hehehe

Entretanto, se assim foi, será que ela não transferiu, apenas, a dependência afetiva? Tudo bem que um fogão a lenha também precisa ser “alimentado” com lenha, por um terceiro, e, mesmo que a estrutura afetiva de cada pessoa se desenvolve no relacionamento com terceiros, me parece que, criar uma exclusiva dependência afetiva de terceiros revela um estado afetivo ainda infantil, período em que somos grandemente dependentes. Dependência que vai sendo superada de formas diferentes, ou seja, para mim, não, necessariamente, nos desenvolvemos da mesma forma em nossas três dimensões, quais sejam, a física, a afetiva e a mental.

Assim, uma coisa é a nossa forte dependência física na infância, outra coisa é o nosso desenvolvimento afetivo e outra ainda, o mental. Evidente que o ideal seria o desenvolvimento integral do ser humano, entretanto, poucos adultos, sobretudo, pais, têm condições para trilhar tal caminho formativo com os filhos. Pior, lamento informar, mas, em muitos casos, os próprios filhos são gerados devido as carências afetivas dos próprios pais, isto é, o desenvolvimento afetivo dos pais é tão precário/ infantil ainda, que o filho passa a desempenhar o papel que o pai da Anna O. desempenha para ela. Enfim, sendo mais específico e direto: como os

filhos podem se desenvolver saudavelmente se os próprios pais ainda são dependentes afetivos? Será que muitos pais não transformam os filhos em meros objetos das carências pessoais, os usando para dar um sentido à própria vida e/ou para ter um amparo na velhice? Aliás, se há um pecado original, deveria ser bem este: ter filhos para usá-los devido às próprias carências afetivas. Nesse círculo vicioso, se ele existe mesmo, a humanidade dificilmente conseguirá evoluir.

Inclusive, será que o pai da Anna O. não fez isso? A paparicou e mimou tanto que não a deixou crescer, sentir “o princípio da realidade” para não correr o risco de “perdê-la”? Em vez de ajudá-la a amadurecer afetivamente a manteve na dependência dele, afinal, assim ele próprio se sentia útil, importante e necessário?

O fogão a lenha do sítio, assim como qualquer fogão a lenha, sempre será dependente de terceiros, porém, este não me parece ser o caso do ser humano. Aliás, penso que, apenas um ser humano independente afetivamente, logo, maduro na autoestima, pode deixar as outras pessoas livres também, não as usar como objetos para satisfazer as próprias carências e quiçá ajudá-las no desenvolvimento pessoal, afinal, ninguém se desenvolverá afetiva, mental e fisicamente por você (nem tua esposa/ ou marido, nem teus filhos, nem mesmo a tua sogra pode fazer isso por você). Este desenvolvimento cabe a cada um, é a missão de vida de cada qual, entretanto, é sempre um desenvolvimento em interação com outros e com o mundo.

Quando um fogão a lenha só precisa ser alimentado com lenha, isso é perfeito, pois o fogão está desempenhando seu fim. Do contrário, quando uma pessoa não precisa ser alimentada afetivamente por terceiros, isso também é maravilhoso, pois só assim, quanto mais perto dessa independência afetiva, mais cada pessoa pode potencializar-se enquanto fim em si mesma e deixar - e/ou ajudar - que as demais pessoas também percorram o próprio caminho do autoconhecimento e da construção da autoestima.

Que bom que Anna O. conseguiu fazer esse processo pessoal.

Que bom que eu consegui limpar a chaminé do meu fogão a lenha. hehehe.

E o teu “fogo de vida/afetivo”, como está fluindo?



## 21. PRINCÍPIO DA REALIDADE = ÁGUA POTÁVEL

Certamente, alguns de vocês já me ouviram dizer que a grande descoberta do Freud não foi a teoria sobre os sonhos, ou a revelação do inconsciente, ou o desvelamento da sexualidade infantil, ou a criação da psicanálise, mas, que para mim, a maior contribuição do Freud foi a descoberta do Princípio da Realidade. Evidente que não ouso ignorar nenhuma dessas grandes e significativas contribuições, para a humanidade, do Freud. Inclusive, o novo paradigma que Freud erigiu e nos deixou, pode ser a última “fonte de vida” - apresentada cientificamente à humanidade - capaz de nutrir, ao mesmo tempo, a existência subjetiva de cada qual e a existência intersubjetiva de todos nós.

Mas, e o princípio da realidade como parte primordial desta fonte de vida?

Aliás, informo que é intencional, da minha parte, utilizar o conceito “fonte de vida” a fim de remetê-los ao conceito “fonte de água potável” para seguir a divagação.

É bem provável que todos nós já saibamos da vital importância da água potável para a nossa existência. A quem de nós já não foi recomendado beber mais água durante o dia a fim de nos mantermos saudáveis, ou, para não seguirmos prejudicando o nosso corpo. Claro também é que preferiríamos beber, em vez da água, uma cerveja bem gelada, ou um vinho, ou um whisky, ou um espumante, etc, afinal, a água não tem gosto (fora o do cloro), nem cheiro, muito menos provoca reações outras. (Aliás, me perdoem abrir estes parênteses, mas preciso aproveitar a ocasião para dar uma dica de saúde e anti-ressaca, aos bebedores de álcool: apenas tome água durante a tua tentativa de fuga da realidade, digo, durante o teu momento de mergulho no álcool. Apenas tome um copo de água após cada garrafa de cerveja, ou um copo de vinho, ou uma dose de whisky. Até nestes momentos a água é a salvação).

Agora ficou praticamente evidenciado, uma analogia possível entre o princípio da realidade e a água potável, ou seja, viver a partir do princípio da realidade é como beber água potável. Assim como poucos gostam de beber água, também poucos gostam da realidade, de sentir a monotonia do cotidiano. Preferimos beber um whisky, preferimos nos iludir com

pensamentos. Só que não podemos viver a base de whisky, muito menos a base de imaginações. A nossa vida real é o nosso cotidiano monótono, de encontros e desencontros com outras pessoas, de frustrações, de angústias, com apenas alguma dose de felicidade por dia. Querer estar sempre feliz é uma ilusão da mente. Aliás, a pior ilusão está por vir, qual seja, o “metaverso do Zuckerberg”, este sim será o verdadeiro ópio das próximas gerações. Sentiremos falta do tempo em que a religião era o ópio.

Enfim, meus caros e minhas caras, sejamos realistas. Saibamos/ aprendamos a viver o nosso monótono cotidiano.

Bebamos mais água, até mesmo durante os nossos momentos de tentativa de fuga da realidade.

## **22. DIGA-ME O QUE DESEJAS E EU TE DIREI O QUE TE “FALTA”**

**C**ertamente você já ouviu o ditado “diga-me com quem andas e eu te direi quem tu és” (que não é bíblica, pois não está na Bíblia), frase bastante provocativa e com uma profunda e significativa validade humana. E é, exatamente, a minha intenção, fazer este “trocadilho”, a fim de atrair a tua curiosidade e direcionar uma outra reflexão, um pouco menos intersubjetiva e muito mais subjetiva. Se bem que, a frase original, apesar de ela remeter às convivências sociais, ela também almeja o autoconhecimento, ou seja, conhecer e revelar a subjetividade (quem eu sou) e não há uma preocupação efetiva, com quem eu ando ou deixo de andar, de fato.

Convidado para caminhar comigo, além de você, o Freud e o Lacan, afinal, foram as teorias deles que me inspiraram a este modesto percurso.

Para Freud, o desejo é um movimento psíquico - de energia sexual (?) - que busca reinvestir/repetir a experiência da satisfação original vivenciada na infância. Essa energia psíquica, também entendida como energia libidinal, está sempre em movimento no aparelho psíquico (sistema inconsciente e sistema pré-consciente/consciente). Energia que sempre busca uma expressão na consciência, mas, para isso, precisa ultrapassar a barreira da repressão. Para tanto, os representantes da energia libidinal, presentes nos conteúdos inconscientes, fazem uma operação de “transação” com os demais conteúdos mentais, em que se ganham e se perdem cargas de energia, que fazem com que o conteúdo inconsciente seja deformado de tal forma que supere a repressão. É o caso do desejo, que realiza o mesmo processo para alcançar a realização do desejo no sonho. Além disso, o desejo fomenta a capacidade de fantasiar, de imaginar e, portanto, também constitui a base da articulação fantasmática da consciência.

Ainda, Freud explica que o desejo busca sempre um objeto perdido, mas perdido porque esse “paraíso” nunca existiu. Dessa forma, para Freud, o desejo tende a regredir, voltar à procura daquele objeto em sua nostalgia. O desejo, nos humanos, é por definição insatisfatório, nenhum objeto pode preenchê-lo, há sempre um traço de insatisfação. O que não significa que não haja momentos de realização. Mas também pode haver alucinações, que são realizações de desejos.

Para entender melhor, quais são esses desejos infantis, que vão para o lado do recalcado e do impossível, é preciso abordar a lógica do objeto que Freud desenvolve. Ele fala do “objeto de satisfação” (Freud, 1900), referindo-se a um objeto que parte de uma satisfação original que a partir daquele momento buscará ser revivida, nos moldes daquela primeira satisfação.

Assim, a realização do desejo é, na verdade, a realização alucinatória do desejo. É apenas a memória de uma realização daquele desejo, que ocorre através dos “representantes” psíquicos. O que é dado é uma ilusão de satisfação que só permite que o desejo emerja na consciência e essa energia seja transformada.

Enfim, só um pouco de Freud para fomentar o teu “desejo” por mais.

Enquanto para Freud a origem do desejo se deve à repetição da satisfação originária, para Lacan a “pressão que opera” se deve à “falta”, ou seja, a falta é uma característica inerente ao ser humano. É a falha constituída pela “castração” que o persegue constantemente, mas, da mesma forma, é também o motor que o impulsiona a fazer algo com sua própria vida. Além disso, é essa falta que nos faz participar da cultura, que nos empurra ao relacionamento com os outros e que permite a existência da linguagem.

Para Lacan, o desejo se define por uma separação essencial de tudo o que corresponde pura e simplesmente à direção imaginária da necessidade. O desejo, sendo um conteúdo implícito dentro da cadeia “significante”, causa um efeito de surpresa no sujeito, e é assim que as formações do inconsciente o demonstram. O desejo se sustenta na estrutura simbólica/memórias e por isso permanece em circulação no significante, que, como todo conteúdo inconsciente, está sempre disponível e pronto para reaparecer.

Por fim, quem sabe o teu maior desejo, agora, seja o mesmo que o meu: entender o que acabo de escrever. Assim sendo, o que nos “falta” é ler mais Freud e Lacan. hehehe

Mesmo assim, vou ousar uma reflexão conclusiva, a partir do exposto e do título desta “diga-me o que desejas e eu te direi o que te falta”: em primeiro lugar, deixo em tuas mãos, esse processo de você tomar conhecimento dos teus desejos mais profundos (ser amado, ser desejado, ser valorizado, ser importante, ser necessário...); segundo, estes desejos te remeterão, conforme Lacan, ao que falta em você, ou melhor, falta dentro

de você e nenhum outro, nada externo poderá preencher esta falta. Só você sente “a falta” que opera dentro de você. Claro que, em muitos casos, é salutar entender essa falta que te conduz e orienta, e nem sempre, te conduz por caminhos muito saudáveis e, com certeza, te orienta por caminhos de “uso” das outras pessoas e/ou da necessidade de “bengalas” para conseguir andar.

No fundo, é a falta que me/te faz desejar e move. Mas qual “falta”? Eis a questão! E cada um precisa - deveria - responder a sua própria.



## 23. “QUARTA TÓPICA”: UNTERMICH + BEIMICH + ÜBERMICH

Freud é o grande responsável por recompor e reconstruir a visão unilateral do humano, desenvolvendo duas teorias do aparelho mental: na primeira tópica, como já apresentado brevemente, ela foi dividido em três partes (consciente, pré-consciente, inconsciente), mas Freud compreendeu, rapidamente, os limites dessa concepção. Na segunda tópica (1923) ele constrói uma segunda “topografia”. Menos focado na mente e mais preocupado em compreender um aparelho psíquico ampliado, ele acaba concebendo uma outra/nova estrutura (o id, ego e superego) da subjetividade humana. A isto já propus uma possível “terceira tópica”, que considera o humano a partir da condição instintiva, afetiva e racional. Agora, venho propor uma possível “quarta tópica”, qual seja: unterMich + beiMich + überMich (embaixo de mim, comigo, sobre mim)

Quem já leu Freud, inevitavelmente, perceberá que estou “ousando” sugerir uma continuidade no percurso já caminhado por ele buscando chegar numa explicação científica para o aparelho psíquico que comporia a condição humana. No caminho de uma Metapsicologia, Freud se deparou com três dimensões constituintes da mente humana, quais sejam, os pontos de vista dinâmico, de economia e o ponto de vista topográfico.

Ele introduziu a ideia - a sua primeira tópica - de que o aparelho mental é composto de diferentes áreas da mente (inconsciente, pré-consciente e consciente), diferentes “territórios” regidos por diferentes processos. Não mais satisfeito com a estrutura apresentada na primeira tópica, Freud começou a redirecionar o seu percurso reflexivo. Com o texto Além do Princípio do Prazer (1920) e especialmente, em O Ego e o Id (1923), Freud propôs uma nova topografia do aparelho mental, ou melhor, uma segunda tópica que passou a “abrir” mais o aparelho mental, estruturando um sistema (Id, Ego e Superego) que ultrapassava a mente.

Nessa esteira reflexiva, provocativa e ainda um pouco insatisfieta, há tempos caminhamos em direção de uma, possível, “terceira tópica” para explicar a nossa condição humana, implicando, sobretudo, em recuperarmos a nossa condição de Natureza (instintos).

Que somos “animais racionais” já foi longamente fundamentado, apesar destes fundamentos focar, quase que exclusivamente, na condição

racional e bem pouco na nossa condição animal. Aí já temos um exemplo claro e evidente da nossa limitação racional, qual seja, nossa razão é tão débil que desconsidera a nossa condição animal, ou em outros termos, a nossa condição natural/de natureza, condição que nos enraíza, enquanto corpo orgânico, na Terra e nas leis da Natureza.

Um questionamento pertinente: é “inteligente” explicarmos uma árvore considerando apenas a sua “copa”? Pois, fazendo uma analogia, me parece que tendemos a entender o ser humano apenas a partir da sua razão. Perdoem-me os psicólogos e psicanalistas, mas não resisto a outro questionamento: será que a Psicologia também não está muito voltada para a condição racional das pessoas? Afinal, a consciência, as memórias, os sonhos, as percepções, a linguagem e até o comportamento e, por vezes, me parece que mesmo o inconsciente é tratado, em grande medida, apenas a partir da nossa condição racional, como veremos a seguir.

Porém, partindo do pressuposto de que a animalidade nos “enraíza”/raízes e a razão nos “eleva para os céus”/copa, faltaria considerar o que faz a ligação entre as raízes e a copa, ou seja, o tronco/caule da árvore. Seguindo a analogia entre a árvore e o humano, o que, em nós, desempenha a função do tronco/caule? Ou melhor, o que, em nós, liga a condição animal/instintiva com a condição racional/das ideias?

Parece que a “outra condição” que nos compõem, ou melhor, a condição que interliga o instinto e a razão é a nossa condição afetiva, esta então, que é comparável ao tronco/caule da árvore. E assim, além de termos uma árvore completa, ainda consideramos a sua ligação com a Terra e com a luz e o calor do Sol, ou seja, com a energia do Universo.

Mas e nós, seguindo a analogia, como seríamos? Um ser humano completo seria condição animal (instintos), afetiva (sentir) e racional (pensar/simbolizar) e a Terra poderia ser o contexto social e a luz e o calor solar poderiam ser os legados culturais humanos, construídos ao longo da história. O que Freud diria?

## **Freud e a primeira tópica**

O aparelho psíquico é o nome que Sigmund Freud usou para considerar a mente humana. Em uma de suas teorias para descrevê-lo, a psicanálise alude às “instâncias” onde ocorrem os diferentes processos psíquicos e fala sobre como a mente é organizada e dividida em diferentes sistemas interligados, cada um com características e funções específicas.

No nível consciente estariam todos os pensamentos, emoções e ações, diretamente relacionados à realidade. É a instância mais acessível para nós, através do qual nos relacionamos com estímulos externos ou internos por meio dos sentidos e das sensações. Esse sistema está relacionado à memória de curto prazo e representa nossa percepção no momento presente, tanto de nós mesmos quanto do ambiente/do entorno. Inclusive, uma característica central do Ego é o princípio de realidade, favorecendo tanto a adaptação às circunstâncias reais, quanto adiar (pré-consciente) nosso desejo se ele não puder ser satisfeito no momento. Ao contrário, o inconsciente não teria essa capacidade, pois procura a satisfação imediata dos seus prazeres e desejos, sem a capacidade de esperar e controlar, caso no qual, predomina o princípio do prazer.

No entanto, a percepção é subjetiva e diferente para cada pessoa, o que explica que não apenas percebemos através do sistema consciente, mas o sistema pré-consciente e inconsciente também estão envolvidos nesse processo e é por isso que às vezes a realidade pode ser vista de forma distorcida.

O nível pré-consciente é aquele entre o inconsciente e o consciente, mas, mais interligado com este último. Representa todos os sentimentos, pensamentos, fantasias, etc. que não estão na consciência, mas que podem facilmente se tornar presentes. É o caso de memórias que havíamos esquecido, mas que só lembramos quando alguém nos fala sobre, ou, quando quase nos lembramos, mas, acabamos usando a expressão “tenho na ponta da língua”.

O sistema inconsciente é o nível de consciência menos acessível. Nele estão todos os sentimentos, experiências, desejos, etc. que representam um conflito para nós e que são reprimidos. Isso ocorre porque sua intensidade e conteúdo estão associados a emoções e sofrimentos desagradáveis e, portanto, os afastamos da consciência como mecanismo de defesa. Apesar de, o que está no inconsciente não ser de fácil acesso e estar oculto à nossa consciência, ele nos influencia muito e se manifesta na forma de sintomas, sonhos ou atos fracassados, entre outros.

## **Freud e a segunda tópica**

A revolução realizada por Freud - e pela psicanálise - em seu caminhar compreensivo e explicativo, consiste em grande medida, numa nova concepção do sujeito humano, modificando a definição que tanto

Descartes quanto Kant haviam elaborado, dotando o ser humano apenas com uma faculdade de representação, ou seja, a consciência.

É Freud o responsável por recompor e reconstruir esta visão unilateral do humano, desenvolvendo duas teorias do aparelho mental: na primeira tópica, como já apresentado brevemente, ela foi dividido em três partes (consciente, pré-consciente, inconsciente), mas Freud compreendeu, rapidamente, os limites dessa concepção.

Para isso, na segunda tópica (1923) ele constrói uma segunda “topografia”. Menos focado na mente e mais preocupado em compreender um aparelho psíquico ampliado, ele acaba concebendo uma outra/nova estrutura (o id, ego e superego) da subjetividade humana. É esta segunda tópica que marca efetivamente a ruptura com a filosofia clássica racionalista.

Ao id foi atribuída a característica de “grande reservatório” da libido, das energias pulsionais e do desejo. É descrito por Freud como caos. Segundo ele, o id está em conflito com as outras duas instâncias (ego e superego) e persegue seu desejo de expressar essa energia e promover sua descarga. O id designa a parte mais inconsciente do homem, é o repositório dos instintos humanos, o receptáculo dos desejos reprimidos e não reconhecidos nas profundezas, segundo a teoria psicanalítica. Essas necessidades instintivas precisam ser canalizadas, em particular por meio da sublimação (que consiste em satisfazer indiretamente um desejo instintivo). O exemplo dado pela psicanálise de Freud é o artista sublimando seus impulsos através da arte.

O ego designa a parte da personalidade que assegura as funções conscientes. De acordo com a psicanálise freudiana, o ego é a parte defensiva de nossa personalidade. Tenta, graças a um papel mediador, responder aos respectivos interesses do id e do superego. O ego é descrito, muitas vezes, como uma pobre criatura que deve obedecer a três senhores: o mundo exterior, o id ou polo pulsional, e o superego, o juiz. O ego garante a estabilidade do sujeito, impedindo-o de liberar seus impulsos indiscriminadamente, mediando entre as demandas do id e as demandas do superego.

O superego, na teoria de Freud, representa uma internalização das proibições parentais e culturais, um poder de interdição que o ego é obrigado a levar em conta. Durante a infância, começa um longo e importante processo de construção do superego. O superego é aquela voz em nós que diz “não devemos”, uma espécie de lei moral que age sobre nós sem entender sua origem, mas que tem forte relação com os valores

culturais e sociais em que estamos imersos e em que nos desenvolvemos. De forma simplificada, o superego é aquela voz que nos diz o que está errado e que nos impulsiona a nos aproximarmos do ideal do que é bom e correto.

### Terceira tópica

Lamentavelmente, a humanidade se convenceu racionalmente, de que é a razão a infraestrutura sobre a qual se deve erigir a vida. Aliás, eu já fiz uma analogia para ilustrar esta ilusão, ou melhor, comparei este nosso equívoco com a possibilidade de estarmos num avião, a 4000 metros de altura, pisar no assoalho do avião e achar que estamos pisando em terra firme; terra firme que, inclusive, será a condição necessária para o próprio avião poussar, afinal, ele não poderá ficar no ar “a vida toda”. O signo da “terra firme” facilmente nos remete a nossa condição orgânica, aqui e agora, com os dois pés no chão da vida real – e não no assoalho do avião – e não do mundo ilusório, dos pensamentos e do imaginário.

Entretanto, a intenção com esta reflexão não é fomentar juízos de valor sobre, mas, mesmo sabendo do intermitente movimento e interação entre instintos, razão e afetividade, podemos ficar atentos, ao que em nossas vidas hodiernas, de fato é a infraestrutura sobre a qual erigimos a nossa existência diária/o nosso movimento de cada dia.

Não é difícil de verificar que a humanidade progrediu “astronomicamente” como animais racionais, a ponto de se “encantar” por ela e querer transformá-la em infraestrutura que tudo sustenta. Digo “e querer” porque, também, não é nada difícil de verificar que progredimos tecnicamente e em conforto devido a carências e medos. De forma que iludidos com a razão, seguimos carentes, com medo e infantis, inclusive na vida social.

Ainda somos, em grande medida, “analfabetos afetivos” em nossas vidas pessoais, o que repercute, inevitavelmente, na vida social e racional. Isto mesmo, não é possível uma sociedade equilibrada se as pessoas que a formam, são desorganizadas afetivamente. E isto não é individualismo, pelo contrário, somente uma pessoa “alfabetizada afetivamente”, conseguirá viver e conviver maduramente em sociedade, sem precisar usar os outros para se sentir bem (o que é uma enorme ilusão, achar que a minha vida/paz afetiva está fora de mim).

## Parte I

O corpo/o físico/o orgânico, que nos assemelha as plantas e aos demais animais, se desenvolve naturalmente, sem a necessidade de precisarmos nos preocupar com esse processo de fecundação, crescimento, envelhecimento e morte. Claro que, ainda infantis na idade afetiva, temos medo do envelhecimento e, sobretudo, da morte orgânica, levando-nos as mais variadas psicoses possíveis, no intuito de nos iludirmos sobre a inevitável morte, que nos aguarda (será que o corpo orgânico sabe disso, de sua finitude?).

Penso que já ficou latente, a partir do exposto, que considero podermos estar em três fases distintas de desenvolvimento ao mesmo tempo, ou melhor, a mesma pessoa pode ter uma idade instintiva, outra emocional e outra racional, ambas em fluxo constante. Certamente, todos já viram, ou ouviram falar, de algum cientista que é altamente intelectualizado (idade racional de ancião), mas na vida afetiva não passa de uma criança, em tal medida que ainda vive com a mãe.

Entretanto, estamos sempre entre o fluxo das nossas três condições, quais sejam, a instintiva, a emocional e a racional. No mínimo, ter consciência delas. No máximo, esforçar-se para seguir amadurecendo na/nas de menos idade. Apesar de nascermos frágeis, tendo a pensar que já nascemos adultos instintivamente, condição que empurra o desenvolvimento racional, e assim, ambas atropelam o processo de amadurecimento da idade afetiva na maioria das pessoas.

## Parte II

Confesso que também ando tentado a pensar que o instinto tem maior predominância na idade infantil, quando o feto/bebê, recém concebido/chegado, prioriza a lei natural da necessidade-satisfação, devido ao instinto da sobrevivência orgânica que se impõe. Nessa pulsão vital, que empurra cada indivíduo à autopreservação orgânica, a questão afetiva toma contornos angustiantes, de insegurança e de dependência, o que acaba por condicionar a organização da “base/matriz” do aparelho psíquico/afetos de cada qual.

Já na idade da adolescência - mesmo o instinto da sobrevivência orgânica seguir pulsando, aliás, este que pulsa até a falência do corpo se impõe – parece que esse mesmo instinto natural, qual seja, o da sobrevivência,

assume contornos da espécie, ou seja, agora não basta mais apenas a sobrevivência orgânica do indivíduo, mas pulsa também, a sobrevivência da espécie, o que por sua vez, envolve a relação sexual com um outro para que a espécie possa se reproduzir e seguir existindo. Assim, fica evidente, a potência sexual pela qual passamos na idade da adolescência, aliás, naturalmente, a melhor idade para que a procriação da espécie tenha êxito, logo, a lei do desejo-satisfação se impõe imperiosamente. Entretanto, nessa pulsão hormonal, que empurra um indivíduo à busca de outro, a questão afetiva passa a tomar outros contornos, em cada qual.

Aliás, ouso dizer aqui, que o Freud equivocou-se em atribuir tanta importância à sexualidade na infância, pois, é na adolescência que o imperativo sexual se impõe, organizando significativamente o aparelho psíquico/a afetividade. Evidente que a vida instintiva segue operando também, assim como a racional já está bem latente na adolescência e anda de “mãos dadas” com a sexual.

Enfim, chegamos à vida adulta. Os instintos seguem pulsando e a sexualidade já começa a dar um espaço maior aos “afetos não dependentes dela”, afinal, a razão já consegue se impor aos instintos, inclusive ao sexual. Claro que, bem sabemos, que com a idade orgânica progredindo, o próprio corpo já não é o mesmo. Essa questão fica evidente com a menopausa no gênero feminino, ou seja, a melhor idade para procriar já passou (isso sim, é uma castração traumatizante, que Freud nem mencionou). E no gênero masculino, o sangue já não circula mais na mesma velocidade (outra castração angustiante). Assim sendo, estamos na fase de um pouco de independência das leis naturais - apesar de seguirem lá enquanto o corpo tiver vida – e podemos ir um pouco além.

Claro que a maioria das pessoas prefere continuar na rotina de sempre, ou seja, pulsando necessidade-satisfação e desejos-satisfação, no máximo é carregado pelas imaginações/ideias-satisfação.

Assim “sendo”, parece que a organização do aparelho psíquico é fortemente condicionada pelos instintos da autopreservação, de forma que a fragilidade orgânica, também se converte em fragilidade afetiva. E mesmo na idade racional, muito se resume em apenas sobreviver com segurança e conforto. Segurança que começa a ser questionada, mas, dessa vez, na idade adulta, pelo progressivo declínio orgânico. Aliás, parece que instintivamente - ou inconscientemente, segundo Freud - o processo de caminhar para morte martela em nós com mais força depois dos 50?

Estaria, o sentido da nossa vida, na organização do aparelho psíquico a partir dos afetos? Em ir além dos instintos e da razão?

Seria a função da Psicologia ajudar cada indivíduo a compreender a própria matriz afetiva? A entender como se estruturou afetivamente, como organizou o próprio aparelho psíquico? Como estão as idades instintiva, afetiva e racional? Será que é esse o caminho para uma existência a partir da realidade?

Costumo usar o símbolo do átomo para representar esse movimento de constituição do eu, a partir de um intermitente movimento entre os instintos, as ideias e os afetos/sentimentos:

### **“Quarta tópica”: unterMich + beiMich + überMich**

Primeiramente gostaria de me justificar, brevemente, a respeito dos conceitos em alemão e não em português. Felizmente consigo ler, razoavelmente, na língua alemã e ao me deparar com os conceitos originais de Freud, que uma certa crise epistemológica se instalou. Acabei de falar, um pouco, da segunda tópica do Freud, e foi lendo esta, que eu percebi uma outra possibilidade de reflexão a partir dos conceitos em alemão, ou melhor, no original Freud fala em ES, ICH e ÜBER-ICH, o que foi traduzido para o inglês como Id, Ego e SuperEgo, tradução que chegou até nós, no português. Entretanto, a partir do original, é possível se falar em “Isso, Eu e Acima do eu”, conceitos que, por si só, já autorizam uma outra linha de reflexões.

Os impulsos, desejos e necessidades de uma pessoa estão ancorados no ES. Estes incluem, por exemplo, o instinto de sobrevivência, a ingestão de alimentos ou o instinto agressivo. Temos esses impulsos desde o nascimento. Isso torna o “Isso” a instância mais antiga no modelo de três instâncias. Os processos do ES podem ser, facilmente, observados em bebês. Se ele estiver com fome gritará até que suas necessidades sejam satisfeitas, ou seja, é o instinto de vida (Eros) operando. Entretanto, conforme Freud, também há, no ES, um instinto de morte (Thanatos) que pulsa. Esses processos “vivem” no inconsciente e se não houvesse restrições (repressões), você simplesmente perseguiria os seus impulsos.

Aqui está a deixa, para apresentar o meu conceito unterMich, ou melhor, partindo da argumentação freudiana em torno do ES, penso ser possível propor que há algo muito forte “embaixo de mim” que me sustenta e condiciona, mesmo que eu não saiba disso (o desconhecido, ou, o ES

para Freud). É fácil de exemplificar: pense no teu desenvolvimento como feto, intrauterino; naqueles nove meses você não tinha consciência de nada, porém, com magnífica inteligência, a própria natureza orgânica garantiu o próprio desenvolvimento. Ou seja, antes mesmo de você começar a pensar, já havia toda uma estrutura que, inteligentemente, se desenvolveu sem a tua menor ajuda. Estrutura que segue “embaixo de mim”, me sustenta e condiciona durante toda a existência orgânica (quem leu a minha terceira tópica, notará muita semelhança com a questão do instinto que pulsa em cada indivíduo).

Depois, como já visto anteriormente, Freud fala da instância do Ich. Este que assume uma tarefa mediadora, ou melhor, tenta encontrar um equilíbrio entre os impulsos do ES e os ideais do ÜBER-ICH. Os processos aqui ocorrem na mente consciente e aparecem na realidade vivida ao longo do dia a dia, sobretudo nos momentos de ciência das nossas ações, opções e consequências.

Isso posto, apresento o meu conceito de beiMich, que anda de mãos dadas com o Ich freudiano, ou melhor, considerando que este conceito pode ser traduzido por “eu” e não necessariamente por Ego, já fica mais claro a sugestão do “comigo”, implicando diretamente na questão da nossa socialização, esta condição que influencia na nossa subjetividade (no eu) na mesma medida em que pode ser influenciada.

Em contraposição ao unterMich, o beiMich se desenvolve com a socialização, ou seja, com a “adaptação” à sociedade, ou em outros termo, se desenvolve na vida real, no movimento do dia a dia, na interação com o outro. Os pais assumem essa tarefa socializadora, num primeiro momento. Lembrando sempre que a socialização e a individuação andam de mãos dadas, de forma que uma influencia, constante e ininterruptamente, a outra.

O beiMich se refere, essencialmente, a nossa condição afetiva, ou melhor, no eu que “sinto”, que tenho os meus sentimentos na vida hodierna. Sentimentos “agradáveis” ou não. Aliás, é na ambiguidade afetiva/de sentimentos que me constituo, ou ainda, é aqui que constituo a minha ética subjetiva. A mente, ou o überMich sonha e imagina/fantasia/idealiza uma vida só de momentos agradáveis, com prazeres eternos, em ser desejado, considerado importante, ovacionado pelos outros... enfim, como diz o ditado popular: vive sonhando, vive no mundo da lua.

Então, com o conceito überMich busco indicar para um eu idealizado, que está bem acima do meu eu real. O ideal que crio para mim,

surge através da identificação com modelos, logo, implica na comparação entre mim e os outros. Por isso, fica fácil de compreender que a minha relação com os outros é repleta de conflitos. O eu idealizado, também idealiza, em seu mundo perfeito, um estrito padrão moral, representa leis, regras e normas, proibições, mandamentos, modelos e a evitação de sentimentos de culpa, através das autojustificações. As exigências deste eu ideal favorecem, a meu ver, o desenvolvimento de um princípio moralizante (juízos de bom ou mau, por exemplo).

Isso posto, de forma apenas provocativa, fica evidenciado que diferente de Freud, posicionei o überMich (o mundo das ideias, logo, dos ideais) não entre o unterMich, o beiMich, mas, acima, porém, não no sentido de superioridade. Nesta linha hipotética, o beiMich estaria entre as outras duas estruturas, ou seja, a nossa condição afetiva estaria entre a instintiva e o nosso mundo das ideais.

## Considerações finais

Por fim, quero apenas, focar na nossa condição afetiva (beiMich), tão ignorada por nós humanos - inclusive nas ciências (inclusive por Freud?) - apesar de ser ela a condutora da vida de cada um, inclusive, a do cientista mais “calculista”. Aliás, ouso dizer de imediato, que é justamente esta, a condição, que nos torna humanos. Quero apenas enfatizar que a condição afetiva das pessoas, requer mais, no momento, a nossa atenção, sobretudo na Psicologia.

A razão, desde a filosofia grega, vem subjugando o ser humano. Na verdade, as pessoas racionais se iludiram com isto, afinal, a nossa condição animal jamais foi suspensa e jamais será; basta considerar a nossa condição orgânica, ou seja, enquanto tivermos corpo a condição natural estará pulsando em nós.

Assim como, a condição afetiva de cada pessoa/subjetividade que já viveu no planeta, também jamais foi “neutralizada”; basta analisar qualquer guerra que houve ao longo da história para perceber que todas, em sua base, foram movidas – ou não evitadas - por questões emocionais; até mesmo, se adentramos um pouco mais na história e construção das religiões, evidenciar-se-á que a condição afetiva das pessoas as fundamentou e alimentou, inclusive com algumas barbáries.

Aliás, a grande “motivação” (o eu ideal/überMich) de Freud não era ser alguém importante, respeitado e reconhecido pelos colegas? Mais

humano impossível. Afinal, quem não quer ser aplaudido e ovacionado? E, que bom que Freud “deixou” o afetivo movê-lo.

Pois bem, infiro a partir do exposto, que somos então: condição animal (*unterMich*), afetiva (*beiMich*) e racional (*überMich*). Porém, enquanto a nossa condição animal já está programada/dada, desde a concepção, para autopreservação (sobreviver e reproduzir (reprodução das células, da espécie...)), com a condição afetiva e racional não ocorre o mesmo, ou seja, estas duas condições não estão dadas, mas, precisam ser construídas “em” e por cada indivíduo. Felizmente, a condição racional é bastante nutrida pela educação escolar.

Parece que, de fato, apenas a nossa condição afetiva segue por conta própria, ou seja, acaba se desenvolvendo aos trancos e barrancos.



## **24. DO VAZIO DE AUTOESTIMA À AUTONOMIA AFETIVA = PSICOLOGIAFETIVA**

**P**enso ser bem fácil de entender que cada um de nós, quando chega ao mundo - ainda na vida intrauterina, inclusive - chega vazio de autoestima, afinal, não éramos ainda (se bem que, segundo a Psicologia, já éramos no desejo e na linguagem dos pais antes da nossa concepção).

Apesar de evidente, convém esclarecer também, que a autoestima se refere a estima que cada um tem por si mesmo (ao procurar pela etimologia da palavra autoestima, encontra-se uma mistura entre o grego e o latim, ou melhor, do grego utilizou-se o termo autós, que significa “a si mesmo” e do latim aestimare, que significa “valorizar, apreciar”). Assim, fica mais uma vez simples de entender que cada um nasce sem autoestima, afinal, como seria possível valorizar e/ou apreciar a si mesmo se ainda não havia um si mesmo? Havia, como já dito anteriormente, apenas um objeto de desejo de outros, ou ainda, havia um bebê que tinha valor/apreço (em medidas diversas) para terceiros. E me parece que é assim mesmo, nesse contexto de objeto de desejo, que cada um começa - precisa começar, ou, deveria começar - a engatinhar em direção a autoestima.

Se bem que, infelizmente, é possível perceber, hodiernamente, que a maioria das pessoas acaba “entulhando” esse vazio de autoestima com outras coisas, confundindo isso com autoestima. Inclusive, por incrível que pareça, uma pessoa milionária pode estar tão vazio de autoestima, quanto uma pessoa pobre; uma mãe com 10 filhos pode estar mais vazia de autoestima do que uma mulher sem filhos; um analfabeto pode estar menos vazio de autoestima do que um pós-doutor; uma faxineira de hospital pode ter autoestima e um médico não; um presidente da república pode estar mais vazio de autoestima do que um cubano desempregado; um ateu pode ter mais autoestima do que o papa; um galá de novela pode estar tão vazio quanto o mais feio dos homens.

Aliás, ultimamente ando pensando muito a respeito dessa condição nossa de cada dia, qual seja, a condição de corpo orgânico e como ele que define o destino de vida da maioria das pessoas. Não me parece ser nenhum absurdo, afirmar que o corpo que herdamos de nossos pais (23 cromossomos são da mãe e 23 são do pai, ou seja, nenhum cromossomo

é teu), ou, que ganhamos da natureza a partir da combinação daqueles 46 cromossomos - afinal, os nossos corpos se desenvolveram sem qualquer ajuda nossa - não é mérito ou demérito de qualquer um. Muito menos, um cadáver com vida, deveria ser a condição que define o destino de uma pessoa, mesmo que essa pessoa seja uma top model internacional. Aliás, é bem provável que uma linda modelo esteja mais longe de sua autoestima e tenha mais dificuldades em construí-la do que uma pessoa bem feia. Certamente a top model confunde ser desejada pelos homens e/ou invejada pelas mulheres com autoestima, o que é um grande equívoco. Aliás, uma pessoa feia, que é pouco desejada e/ou invejada, tem muito mais chances de ter que lidar com a própria autoestima do que uma top model.

Ainda em relação as comparações anteriormente feitas, penso que ficou evidenciado que a autoestima não tem nada a ver com bens, títulos, posição social, nem mesmo, tem a ver com os filhos ou com o casamento, afinal, a autoestima é uma questão estritamente pessoal. Na verdade, você conhecerá a tua autoestima se suspender todas essas personas (conceito desenvolvimento por Jung) que você desempenha durante o dia a dia e ver o que sobra de você. O pior é que, durante uma vida inteira pode-se exercer uma persona importante, ser, por exemplo, um grande intelectual, respeitado e aplaudido por todos, mas, seguir vazio de autoestima, ou seja, continuar sem apreço por si mesmo, afinal, a pessoa nunca teve tempo para si mesma, ou será que nunca teve coragem para conhecer e se encontrar. Confundir o que se consegue de fora com o que não se tem dentro, é mais comum do que se imagina. E é tão prejudicial que muitos chegam no fim da vida sem terem sentido a vida, condenando-se a si próprios por terem apenas existido, correndo atrás de desejos e ilusões infantis, entulhando o buraco/a falta da autoestima, logo, nem chegando perto de desenvolver uma alma afetiva.

Mas, retomemos a tese central, qual seja, de que nascemos vazios de autoestima e que, só depois de erigirmos esta, teremos condições de ser livre afetivamente, ou melhor, não ser dependente emocionalmente, mas, pelo contrário, ter autonomia afetiva.

Os relacionamentos familiares exercem papel fundamental no princípio da construção emocional, sobretudo, da aceitação que o sujeito tem de si e dos sentimentos auto-nutridos. Por exemplo, uma criança que tem uma mãe superprotetora, que não lhe permite sair, brincar com amigos, vivenciar costumes diferentes, adquirir outros referenciais de relacionamento e, ainda, recebe críticas por tudo que realiza, terá mais

dificuldades para se sentir segura emocionalmente com os outros, mas, sobretudo, consigo mesma.

Em geral, a autoestima é fruto do quanto o indivíduo se sente em relação aos outros e a si próprio: amado, autoconfiante, capaz, seguro afetivamente, ou inferiorizado, ignorado e inseguro emocionalmente.

Mais adiante, saindo da infância, as condições sociais e culturais também começam a influenciar e estabelecer limites para que o pré-adolescente/adolescente intensifique (ou prejudique) a própria valorização e se desenvolva e se torne uma pessoa com autoestima, ou não. Por meio de vivências emocionais, sobretudo, o indivíduo assimila valores, juízos pessoais, que começam a fazer parte dele e o identificam como um ser único e individual. Porém, o processo de individuação (conceito de Jung) e de constituição do “eu” requer anos de vivências e de experiências afetivas.

As pessoas costumam buscar seus semelhantes, ou seja, aqueles que compartilham suas crenças, valores e estilos de vida e elege ou não algumas pessoas como modelos de comportamento, estabelecendo com elas uma identificação positiva ou negativa. A partir de vivências afetivas assimiladas principalmente durante a infância e a adolescência, o indivíduo vai reforçando o que é prazeroso/vantajoso e recalca o que é doloroso, chegando à vida adulta com uma determinada organização emocional. A adolescência constitui a faixa etária em que o indivíduo apresenta modificações físicas, emocionais e cognitivas que, por sua vez, interferem intensamente na construção de sua autoestima.

O jovem e adulto, normalmente se autoavalia de acordo com os juízos de valor introjetados durante o processo de formação de sua identidade, que começou na infância e se intensificou na adolescência. Essa autoavaliação, enfatiza a comparação com os outros, sobretudo, as diferenças entre os indivíduos, resultando em muitos rótulos/juízos de valor como boas ou más, adequadas ou inadequadas, etc, o que implica em processos de aprovação ou de rejeição, levando a pessoa a apresentar comportamentos agressivos e/ou de defesa, implicando, por exemplo, em afastamento do contexto por sentir-se posto de lado e ignorado, considerando-se não interessante para os outros...

A baixa autoestima, geralmente tem origem no controle aversivo do comportamento, quando todas ou a maior parte das atitudes do indivíduo são criticadas e/ou ignoradas, desencadeando mais reclusão, inibição e medo de se expor. Nesse contexto, autoimposto, a pessoa se considera inferior aos outros, desenvolvendo sentimentos negativos em relação a si

mesmo. E esse fator de auto-desvalorização, acaba fazendo, muitas vezes, com que o indivíduo conduza sua vida projetando em ideais externos e/ou em outras pessoas, o que não tem/sente por si mesmo.

Por fim, a definição de autoestima é complexa uma vez que envolve a valoração própria e dos outros, assim como a percepção do “mundo interno” e do mundo externo. Trata-se de um constructo interno e pessoal, fortemente influenciado pelo contexto social e cultural no qual o sujeito está inserido, mas, de forma especial, intensamente influenciado pelas vivências emocionais com as outras pessoas. Assim, cada um “se” organiza/estrutura afetivamente e terá que viver a sua vida.

A essa altura já deve ter ficado claro que cada um precisa “sentir” por si mesmo, ou seja, ninguém pode sentir por você, nem mesmo, pensar por você. Claro que é possível influenciar e ser influenciado. Aliás, segundo Freud, inclusive sempre estamos sob influências inconscientes, mas, ainda assim, é preciso um sujeito inconsciente, ou seja, até mesmo o inconsciente depende de pessoas para existir.

Mas, considerando a tese/hipótese apresentada - e a provocação exposta até o momento - gostaria de insistir para que cada um olhe para o próprio umbigo, isso mesmo, olhe para você, pois ninguém é mais responsável por você do que você mesmo. E a vida em sociedade também será/seria outra quando as pessoas tiverem autoestima, quando os indivíduos tiverem autonomia afetiva. Ninguém mais precisará/precisaria usar ninguém.

A tua autoestima é responsabilidade exclusiva tua.

E nem mesmo, se você for eleito presidente do Brasil, você vai escapar disso, pois o teu vazio de autoestima está dentro de você e não fora. Nada de fora poderá preencher esse vazio. Mesmo que você passe a vida toda fugindo de você, no mais tardar, na hora da tua morte orgânica, você terá que ficar de frente com a tua alma afetiva e aceitar que precisará seguir sozinho, sem entulhos, bens, títulos, nem mesmo filhos e/ou esposa/marido... podem ir contigo.

A tua alma afetiva é apenas tua.

## **25. NECESSIDADE + NECESSÁRIO + DESNECESSÁRIO = ORGANIZAÇÃO PSÍQUICA, PADRÃO**

**D**e imediato antecipo que a hipótese a seguir, pode ser forte para a maioria das pessoas. Mas, penso ser possível. Então vamos a mais uma dura realidade:

Certamente, ninguém duvidará de que, ao sermos concebidos, somos completamente dependentes de um outro corpo, ou seja, cada um de nós já foi um parasita (e um ser aquático, também), e que, enquanto parasitas, dependíamos completamente do corpo que nos “hospedava” e que satisfazia as nossas necessidades primárias.

Ao sermos expulsos daquele corpo hospedeiro continuamos completamente dependentes, ainda por um bom tempo. Deixamos de ser parasitas “master” e passamos a ser parasitas em um outro grau. Felizmente, progressivamente, deixamos de ser parasitas primitivos – ao menos organicamente, pois afetivamente a questão é bem diferente – mas, continuamos dependendo de outros para satisfazer as nossas necessidades básicas. Necessidades que também vão se modificando e/ou sendo acrescentadas à lista/vida de cada um, durante o processo de crescimento e desenvolvimento pessoal.

Penso não ser exagero dizer que, até uns 18 anos, dependemos dos outros para satisfazer as nossas necessidades, afinal, o capitalismo deixou bem claro que só com dinheiro próprio é possível ser livre e independente, ao menos, no plano físico e material.

Apesar da condição humana parasitária, ser escandalosa para muitos, o que mais me deixa intrigado é a “organização psíquica, padrão”, da maioria dos seres humanos, que apenas transmutam isso para a condição de ser/sentir-se necessário para outros. Parece que a condição de parasita deixa uma marca profunda e indelével na psique de cada pessoa, ou melhor, resulta numa clivagem que demarca um caminho pelo qual será difícil não seguir e pelo qual, a maioria seguirá caminhando durante a vida inteira.

Caminho este, que levará praticamente toda humanidade, a passar da fase primitiva - na qual dependia de outros para satisfazer as necessidades básicas – para a fase do ser/sentir-se necessário, ou melhor, assim como,

antes, necessitávamos de outros, queremos agora, ser necessários para outros. E o que garantirá isso, para a maioria das pessoas, serão os filhos.

Ter filhos é a forma padrão – utilizada pela maioria das pessoas – que garantirá o “sentir-se necessário”, afinal, a dependência dos filhos é certa, ao menos até os 18 anos, ou até mesmo, em muitos casos, uma vida inteira. Evidente que gerar filhos não é a única estratégia para se sentir necessário, mas, com certeza, é a mais comum e a mais acessível aos humanos. Aliás, os animais, por imperativo da natureza (instinto), procriam apenas para garantir a espécie, já os humanos, dotados de instintos, sentimentos e ideias, parece que são condicionados por mais/outros imperativos.

E assim, um “círculo vicioso” está criado e será mantido pela raça humana, qual seja, de parasitas, passamos a querer ser “necessários”. Da necessidade de outros, passamos a querer ser “necessários” para outros.

Entretanto, esse caminho, que boa parte da humanidade percorre - afinal, é o caminho padrão - levará a fase do ser “desnecessário”. Penso nem ser preciso dizer que, este desnecessário, se refere a fase da velhice.

Não estou sendo neoliberal, no sentido de considerar as pessoas, apenas na medida em que são lucrativas ao capitalismo, mas, estou tentando mapear uma organização psíquica, que direciona a vida da maioria das pessoas. Mapa que não levará a um tesouro enterrado, mas, que levará a fase em que se passa a ser desnecessário. O caminho padrão resultará nisto, inevitavelmente, uma vez que quem se organizou psiquicamente a partir da satisfação das necessidades básicas e do “ser necessário”, acabará chegando na fase do “ser desnecessário”, pois é o caminho que a organização psíquica aprendeu a trilhar.

Porém, a fase do “ser desnecessário”, pode levar/levará muitos a uma grande frustração existencial, afinal, na fase anterior, foi feito de tudo para se sentir necessário.

Fase final nada fácil para quem se organizou dessa forma. E é possível se reorganizar psiquicamente, apenas na última fase? Melhor seria, se cada um já começasse a se reorganizar psiquicamente na juventude, ou, ao menos, começasse isto na vida adulta.

Por ora, veja se o mapeamento psíquico-afetivo, suposto, inclui a tua orientação existencial. Na verdade, o teu mapa afetivo pode te mostrar o caminho que você - que cada um - precisou construir na busca de “baús” cheios de bons sentimentos e de boas experiências emocionais.

Porém, o único “tesouro” que cada um precisa procurar é o da própria autoestima. Tesouro que está dentro de cada um (e não fora).

## 26. ENCERRANDO UMA ANÁLISE E/OU PSICOTERAPIA

**C**omeçar uma análise já é difícil, mantê-la seguirá sendo desafiador, mas, encerrar uma análise também anda demonstrando-se complicado e geralmente, não só por parte do paciente/cliente.

Curiosamente, mesmo não havendo uma promessa de cura, também não há uma estipulação de encerramento da análise e/ou da psicoterapia. Evidente que qualquer “queixa”, requer um processo de conhecimento, o que, por sua vez, além do acompanhamento de um profissional, requer um tempo para ser construído intersubjetivamente e para ser elaborado subjetivamente.

Mas, afinal, de quanto tempo estamos falando? E estamos falando do tempo subjetivo do cliente ou do psicoterapeuta?

Em relação ao tempo subjetivo do psicoterapeuta/do analista, ainda não me atrevo a entrar, pois isso implicaria em questionar teorizações do próprio fundador da análise, assim como, de muitos outros/as grandes teórico. Ousaria apenas perguntar, se em alguns casos, que ultrapassam 3 anos de análise/psicoterapia, não é o terapeuta que “precisa” do cliente.

Mas, posso falar como paciente/cliente que já fui/sou. Ou, em temos jurídicos, posso falar como consumidor desse serviço.

Sei muito bem, que depois de um ano, quase tudo passa por um reajuste monetário, então, também fica fácil de entender, que depois de um ano de acompanhamento psicológico, seja cogitado um reajuste no valor da sessão de análise ou de psicoterapia. Inclusive, acho justo.

Entretanto, uma questão que nem Freud percebeu, foi a de que no momento em que se cogita um reajuste, sai-se por um instante, da relação de analista e paciente e entra-se numa relação de consumidor e fornecedor de um serviço, de forma que, nesse instante específico - que sempre é criado pelo fornecedor do serviço - o consumidor tem o direito de optar em continuar, por um novo valor monetário, ou de encerrar aquele contrato.

Assim sendo, caros e caras profissionais da psicologia, me parece que há um momento objetivo, que vocês mesmos criam, para encerrar-se uma análise ou psicoterapia. Sem qualquer possibilidade para avocar

subterfúgios teóricos e até mesmo elucubrações científicas sobre a questão, a fim de convencer o paciente, ou melhor, o consumidor a continuar consumindo um produto que mudará de condição, ao menos em uma condição. Assim sendo, é preciso deixar claro não só o novo valor da sessão, mas também, a possibilidade de poder não querer refazer o contrato.

Evidente que o encerramento da análise ou da psicoterapia considerando a melhora psíquico-afetiva do paciente/cliente, é a melhor forma de se encerrar este contrato.

## 27. PARTE 1: AUTOESTIMA

Parto da hipótese de que cada pessoa, ao nascer, nasce vazia de autoestima, logo, construir a autoestima é construir-se como pessoa. Chego a comparar a autoestima com a alma afetiva, que é responsabilidade de cada e toda pessoa. Alma afetiva que requer desenvolvimento, caso contrário o vazio se tornará um “buraco” afetivo.

Mas, e o que é a autoestima? E o que é a falta dela? Como desenvolvê-la?

Autoestima é estar bem consigo mesmo, é a avaliação subjetiva que uma pessoa faz sobre si mesma, ou seja, é a percepção que uma pessoa tem sobre sua própria personalidade, competência, valor, capacidade e adequação para viver a vida de cada dia, a vida real.

Uma pessoa com autoestima tende a se sentir confiante, livre emocionalmente e capaz de lidar com as dificuldades e sofrimentos que surgem na vida hodierna, enquanto uma pessoa com baixa autoestima pode se sentir insegura, desvalorizada e incapaz de enfrentar desafios, desenvolvendo geralmente, uma dependência emocional das outras pessoas.

Aliás, a dependência afetiva é um padrão de comportamento em que uma pessoa precisa, excessivamente, de outra pessoa para satisfazer suas carências e necessidades emocionais, como o medo da solidão. A pessoa que é dependente emocionalmente pode sentir uma necessidade extrema de estar em um relacionamento, mesmo que não seja saudável ou positivo para ela (as vezes me parece que o ditado certo seria: melhor mal acompanhado do que sozinho).

As pessoas que são dependentes emocionais podem ter uma baixa autoestima e sentir que não são capazes de ser autônomas afetivamente, ou, de se sentir bem sem a aprovação da outra pessoa. Isso pode levar a comportamentos como colocar as necessidades da outra pessoa acima das próprias, desistir de atividades que gosta ou até mesmo tolerar abusos emocionais ou físicos.

A dependência emocional pode se desenvolver em qualquer tipo de relacionamento, incluindo amizades, relacionamentos românticos e relações familiares. É importante notar que a dependência emocional não é o mesmo que amor verdadeiro ou compromisso em um relacionamento saudável. A dependência emocional pode ser tratada com ajuda profissional,

como terapia, para que a pessoa aprenda a desenvolver sua autoestima/sua autonomia afetiva e consequentemente, possa estabelecer relacionamentos mais saudáveis e equilibrados.

É importante lembrar que aquele vazio de autoestima não é algo fixo, mas, que pode/precisa ser trabalhada e desenvolvida ao longo do tempo, através de vivências e relacionamentos “sustentáveis”, com o aprimoramento de habilidades e a mudança de pensamentos e comportamentos negativos.

O desenvolvimento da autoestima – que é responsabilidade exclusiva de cada um - pode ser influenciada por diversos fatores, como: experiências afetivas positivas na infância, uma infância com experiências positivas e uma boa base emocional pode ajudar a construir uma autoestima saudável; conhecer a si mesmo (autoconhecimento), suas habilidades, pontos fortes e pontos fracos pode ajudar a aumentar a confiança e a valorização pessoal; sucesso pessoal, ou melhor, alcançar objetivos pessoais e sentir-se bem-sucedido em diferentes áreas da vida pode contribuir para uma boa autoestima; apoio social, como ter um ambiente de apoio com amigos e familiares pode ajudar a sentir-se valorizado e amado; receber feedbacks positivos dos outros pode aumentar a autoconfiança e a autoestima, entretanto, isso é bem diferente de ser dependente emocionalmente dos outros; resiliência, ou seja, ter a capacidade de superar desafios, dificuldades e sofrimentos pode ajudar a desenvolver a crença em si mesmo e a confiança em lidar com situações difíceis na vida de cada dia; pensar de forma positiva/ otimista e desafiar pensamentos e crenças negativas pode ajudar a construir uma autoimagem mais positiva, mas sem forçar autoilusões; a autonomia afetiva, que implica em autonomia e em ter a capacidade de fazer escolhas e tomar decisões, podendo ajudar a sentir-se mais confiante e empoderado.

Convém reforçar que cada pessoa é única e que as vivências pessoais que influenciaram o desenvolvimento subjetivo, também são únicos, ou melhor, os sentimentos que cada um sentiu/sente – NINGUÉM PODE SENTIR POR VOCÊ – são exclusivos.

Assim também, cada um, precisa trabalhar na construção da própria autonomia afetiva, podendo recorrer a um apoio de profissionais da área da Psicologia e/ou de outras estratégias de autocuidado. Muitas vezes, uma pessoa com baixa autoestima, precisa apenas dessa ajuda para conseguir mudar a si próprio, afinal, a autoestima é algo pessoal e está dentro de cada um.

Uma pessoa com baixa autoestima é alguém que tem uma visão negativa sobre si mesma e não se valoriza. Ela pode ter uma autoimagem

distorcida e pode acreditar que não é boa o suficiente ou digna de amor e respeito. Algumas características comuns de uma pessoa com baixa autoestima incluem: insegurança emocional, ou melhor, a pessoa pode se sentir insegura em relação a si mesma e às suas habilidades; autocritica depreciativa, no sentido de ser muito crítica consigo mesma, focando nos seus pontos fracos e falhas em vez de valorizar suas qualidades e pontos fortes; comparar-se excessivamente com os outros e sentir-se inferior, geralmente, preocupando-se com a opinião dos outros; o isolamento, evitando relacionamentos com outras pessoas e situações sociais, ou ter dificuldade em se conectar com os outros por medo de ser julgada; muito medo de fracassar, o que a faz evitar tentar coisas novas ou desafios por medo de falhar ou ser rejeitada; sempre precisa agradar os outros para se sentir bem; auto sabotagem, também é uma característica da baixa autoestima; a pessoa pode ter dificuldade em tomar decisões ou confiar em suas escolhas; a baixa autoestima pode levar a depressão e ansiedade, muitas vezes fazendo com que a pessoa se sinta desamparada e sem esperança.

Mas lembre-se, desenvolver a autoestima é um processo pessoal, contínuo e requer trabalho e esforço. Se você está tendo dificuldade em desenvolver sua autoestima, considere a possibilidade de procurar ajuda profissional da área da Psicologia. Isso não é ser fraco, pelo contrário, é o maior e melhor passo que você dará no caminho da autoestima. Investir em você é o melhor investimento para você e para a sociedade, pois, somente quem tem autoestima não precisa usar os outros.

Por fim, convém deixar claro que a autoestima não tem nada a ver com bens, títulos, quantidade de amigos... e/ou em se sentir útil ou importante, afinal, a autoestima não está fora de você, mas, dentro.

Isso mesmo, o nosso maior tesouro está dentro de nós, dentro de cada um.



## 28. BEBER ÁGUA E SUBJETIVIDADE

Perante a repetitiva confusão sobre o objeto de estudos da Psicologia - a subjetividade - quero começar com a seguinte pergunta, aos confusos: ALGUÉM PODE BEBER ÁGUA POR VOCÊ? E já aproveito para emendar uma outra provocação, qual seja, será que só “pensar” em beber água vai saciar a sede de alguém?

Mas, a intenção com a pergunta inicial é, simplesmente, apontar para a subjetividade de cada qual, esta que é única e exclusiva de cada pessoa e sobre a qual a Psicologia se debruça (ou deveria se debruçar) enquanto ciência.

Então, assim como ninguém pode beber água por você, também ninguém pode “sentir” por você, ou melhor, cada pessoa precisa fazer as próprias experiências emocionais, estas que são a condição fundante da organização (desorganização?) psíquica de cada indivíduo, inevitavelmente. Aliás, convém ressaltar, que a partir dessas experiências afetivas - sobretudo as decorrentes de relações com outras pessoas - cada sujeito se organiza de uma forma.

Certamente você já ouviu falar da diferença de personalidade, até mesmo, entre gêmeos univitelinos, ou seja, mesmo em condições idênticas, cada um acaba por se organizar de uma forma particular/exclusiva. Portanto, nem mesmo um gêmeo univitelino pode saciar a sede do outro, o que deixa evidente que ninguém pode fazer isso por você, logo, assim como você precisa saciar a tua água, assim também você – e cada pessoa – precisa fazer as próprias vivências emocionais.

Evidente que no começo da vida, a dependência e a influência dos outros é enorme, entretanto, ao longo do nosso desenvolvimento subjetivo/psíquico/afetivo essa dependência e influência dos outros deveria ir diminuído, e eis que nos deparamos com a questão da nossa autoestima, esta que também, ninguém pode saciar por você.

Aliás, cada um nasce vazio de autoestima, o que é bastante lógico, afinal, chegamos nesta dimensão como bebês, extremamente frágeis e dependentes. Lembrando que na vida intra uterina eramos completamente dependentes. O desenvolvimento do corpo está garantido naturalmente, porém, o desenvolvimento racional e afetivo não. E justamente está aí o

sentido de vida, qual seja, ir integrando e progredindo no desenvolvimento orgânico, mental e emocional, ou seja, subjetivar-se na intersubjetividade.

Jung (o suíço), nesse sentido, fala em “individuação”.

Kohut, James, Winnicott...falam em desenvolvimento do “Self”.

A Psicologia Individual, patrocinada por Adler, trata do indivíduo.

Maslow, Rogers e a Psicologia Humanista se referem a essa questão como “autorrealização”;

E eu, o Jung brasileiro, denomino este cerne, em torno do qual a vida emocional gira, como “autoestima”.

Ouso dizer, por fim, que o ápice da maturidade subjetiva é quando cada um pensar, sentir e agir baseado numa ética interna, fundada numa autoestima que me faz íntegro. Por exemplo: vou declarar corretamente o Imposto de Renda porque eu quero fazer a coisa certa. Afinal, a lei/regulamentação do Imposto de Renda foi uma construção republicana e é uma arrecadação para o Brasil/todos os brasileiros e brasileiras. Bem sabemos que, facilmente, podemos justificar uma ação de sonegação, alegando que é uma exploração, que é abusivo, que já se paga muito imposto, que esse dinheiro arrecadado no IR vai para o bolso dos políticos e assim, mais uma vez, justifico uma ação a partir de outros que me convém, e não a partir da minha maturidade/ética subjetiva/interna/autoestima.

Busque-se, encare o teu vazio de autoestima, e como diz o ditado popular, pare de fazer tempestade em copo d’água.

## 29. PARTE 2: AUTOESTIMA

**M**e ocorreu uma analogia possível, para tentar definir melhor o conteúdo/a estrutura da autoestima, qual seja, que construir a autoestima é semelhante a construir uma casa. Apenas semelhante, afinal, a construção da autoestima é permanente e pulsa a vida inteira, além disso, ela não pode ser construída por outros, como uma casa, mas, precisa ser erigida por cada um.

Quando alguém vai construir uma casa, o recomendado é que se comece a edificação pela fundação/pelo alicerce, sobre o qual todo prédio será erguido. Evidente que esse alicerce dependerá da questão geológica do solo e do tamanho do prédio que se quer construir. Me parece ser viável, nesta analogia, dizer que o solo pode ser comparável a família (ou o primeiro grupo vivencial), na qual cada pessoa precisa começar a sua existência, a ser de alguma forma.

Então, uma vez conhecendo o solo e sabendo o tamanho do prédio, mãos a obra da fundação. Porém, em relação a construção da autoestima, o processo não é tão racional-lógico, afinal, apesar dos pais colocarem os filhos no mundo, a preocupação deles, em geral, é fortemente orgânica, no começo. Depois passa também, a focar a questão racional (educação escolar), entretanto, raramente há uma preocupação com o desenvolvimento psíquico-emocional, que é, justamente, a fundação sobre a qual o filho vai se erigir, vai iniciar a sua autoestima e construir-se enquanto sujeito/ser.

Evidente é, como bem sabemos, que uma criança sem as condições orgânicas/primárias garantidas, dificilmente vai progredir racionalmente e emocionalmente, ainda pior será, se o meio familiar for um “solo” pobre, sem condições para qualquer obra melhor planejada, semelhante a querer construir uma casa em um solo arenoso ou pantanoso e não investir numa fundação melhor elaborada.

Aliás, será que uma crise depressiva grave, na adolescência ou na vida adulta, não pode ser comparada ao desmoronamento de uma casa devido aos precários alicerces? Ou ainda, um desmoronamento causado pela desproporção entre o tamanho do prédio (o ego ideal, ou o princípio do prazer?) e capacidade dos alicerces (o “eu”, ou o princípio da realidade?)?

Mas, nem todo desmoronamento é ruim. Muitas vezes é preciso implodir o velho para que o/um novo possa ser construído. O

desmoronamento poderá ser uma oportunidade ímpar, apesar do sofrimento psíquico, para que a pessoa comece uma nova construção, qual seja, erigir-se como sujeito bio-psico-racional, capaz de lidar - e aprender com - o sofrimento, sobretudo. Na verdade, estou cada vez mais convencido, de que é o sofrimento psíquico que coloca o indivíduo perante o mundo real e perante si mesmo (o próprio vazio de autoestima), desafiando-o a construção de uma fundação profunda, capaz de sustentar, “realmente”, um prédio de muitos “andares”.

A felicidade constante e interminável, é uma autoilusão, que só nos mantém na infantilidade, na dependência emocional e afastados da nossa vida real, geralmente bastante monótona. Ou ainda, na maioria das vezes, muito pouco aprendemos e evoluímos nos, viciantes, momentos de euforia...

## 30. “TER QUE SER” ENTRE: DESEJOS + CARÊNCIAS + ILUSÕES

**H**eidegger, filósofo alemão do sec XX (muitas vezes acusado de ser mais psicólogo do que filósofo), é o autor do famoso conceito DaSein, que é comumente traduzido por “ser aí” e que acaba remetendo ao “ter que ser”, imperativo que sempre angustiou e segue angustiando o ser humano, este que precisa ser cumprido por cada um de nós, inevitavelmente.

Heidegger critica a investigação entabulada ao longo da história humana, que se prendeu demasiadamente, a uma compreensão dominada pelo Ente, em vez de se debruçar mais ao estudo do Ser. Dessa forma, critica os gregos por fundamentarem-se em uma metafísica cosmológica, os medievais por se fundamentarem em uma metafísica teológica, e o humanismo moderno por um discursos positivo-racionalista.

Porém, é conveniente antecipar, que as conclusões deste “filósofo-psicólogo”, não são nada entusiastas, como já devem ter notado, afinal, “ter que ser” indica mais para uma ordem, do que para algo que possa ser evitado ou resolvido com “o jeitinho brasileiro”.

Existência, e o que pertence à existência, é sempre um “ter que ser”, no sentido de um empenho necessário: é esforço, labuta, luta, embate, combate... Existir é empenho de combater, de combater o bom combate, em que está em jogo, nada mais nada menos, do que o ser aí, ou seja, a necessidade de cada um “ter que ser” na vida real hodierna. E aí, acabamos nos encontrando com os outros, que também precisam “ter que ser” aqui e agora.

Assim, para o humano, é respondendo ao imperativo “ter que ser” e correspondendo ao dom da existência que o indivíduo se constitui como ser humano, no sentido de estar “sendo” enquanto existência e presença aí. Esse humano que inclusive, é um ser que caminha para a morte, segundo Heidegger.

Mas enfim, depois desse balde de água fria, eu gostaria de contribuir com mais um balde: o “ter que ser”, de cada um de nós, ainda precisa se dar entre desejos, carências e ilusões. Certamente Freud acrescentaria o Inconsciente pessoal e o Jung acrescentaria, ainda, o Inconsciente coletivo. Porém, vou me ater aos desejos, carências e ilusões que estão em intermitente

movimento nesse processo pessoal – consciente ou inconscientemente - de “ter que ser”.

Os desejos dizem respeito a nossa condição animal/de natureza, ou seja, aos instintos que nos são inatos por natureza. Desejos que fortemente nos empurram para avante (nascer, crescer, reproduzir e morrer) sem mesmo pedir permissão para nós. Aliás, a nossa maior ingenuidade é achar que a razão consegue dominar a natureza.

A razão, apenas nos diferencia dos demais animais, em grande medida, pela capacidade de acumular informações e memórias, o que por sua vez, nos capacita para o conhecimento, as ideias e para as fantasias/ ilusões. As memórias nos condicionam em nosso “ter que ser” e as ilusões, mais ainda, pois o “metaverso” está aí (e basta ver a necessidade humana de religiões). Parece que a razão tende a nos afasta do “princípio de realidade”.

Como se isso não fosse suficiente, ainda temos as nossas carências emocionais que nos arrastam, inúmeras vezes, por caminhos tortuosos e acidentados. Fruto das vivências emocionais de cada pessoa, as carências tendem a criar trilhos pelos quais andamos repetidamente, até mesmo sem percebermos. Saber desses nossos trilhos e atalhos, assim como tomar consciência das próprias carências, pode ser o caminho para um “ter que ser” um pouco mais equilibrado, sobretudo, emocionalmente.

Desejos e ilusões/fantasias não são o caminho indicado para superar as carências pessoais. É preciso encarar tudo isso, ou melhor, encarar nossos desejos, nossas ilusões e nossas carências para que o nosso “ser ai” seja um pouco mais tranquilo e equilibrado. Inclusive, só depois disso, do meu “ter que ser” estar um pouco melhor estruturado é que será possível contribuir, de fato, com o existir coletivo/social, caso contrário estarei apenas, usando as outras pessoas para tapar os buracos das minhas carências, ou, usando-as para satisfazer as minhas ilusões e os meus desejos.

Já que “ter que ser” é necessário e inevitável, vamos fazer isto buscando o autoconhecimento, erigindo a autoestima e focando numa autopreservação humana e sustentável.

## 31. “ORIENTAÇÕES DE SEGURANÇA DE VOO”

Ladis end Gentlemens!

Bem vindas/os a mais uma viagem/viajem...

Atenção as orientações de segurança: ... se a cabine da aeronave despressurizar, máscaras de oxigenação cairão, USE PRIMEIRO A TUA PARA DEPOIS AJUDAR AOS DEMAIS, INCLUSIVE, USE PRIMEIRO A TUA, PARA DEPOIS COLOCAR A DO TEU FILHO/A.

Certamente todas as mães que já viajaram de avião, condenaram esta orientação absurda. Claro que estou me referindo a relação mãe-filho, porque em qualquer outra relação isto não seria tão dramático, ainda mais, em relação a ajudar desconhecidos.

Tenho certeza de que a maioria das mães colocaria a vida do filho e a sua em risco por agir instintivamente, ou melhor, tentaria colocar a máscara no filho primeiro e possivelmente não conseguiria, devido ao nervosismo e aos poucos segundos que teria antes de desmaiar por falta de ar, por não ter colocado a máscara em si primeiro.

Entretanto, gostaria de enfatizar outra questão com essa “orientação de segurança da tripulação de bordo”: fiz uma analogia com a Psicologia e a nossa condição emocional, qual seja, que antes de se preocupar com o outro/os outros, cada um deve focar em si mesmo; e só depois de estar com a própria “máscara de oxigênio”, será possível ajudar o outro.

Acredite, isso não é egoísmo, nem individualismo. Pelo contrário, isso é ajudar o outro. Isso é necessário para poder a do teu filho e a de muitos outros. Mas, antes de tudo, coloque a máscara em você. E me parece, que a Psicologia precisa orientar exatamente para isto, ou melhor, antes de você querer se preocupar com a vida dos outros, PREOCUPE-SE COM A PRÓPRIA. Aliás, o objetivo de qualquer psicoterapia e a psicanálise é este: fazer você, num momento de “queda”, de pânico, colocar, antes de mais nada, a própria máscara de oxigênio; primeiro, é preciso que você garanta a própria respiração, inclusive, antes mesmo dos teus filhos, do teu marido, do teu pai, da tua mãe e de qualquer outro/a que esteja do teu lado. E, provavelmente, depois, você conseguirá ajudar todos eles.

Penso que, assim é possível deixar evidenciado que a função da Psicologia é a subjetividade, ou seja, a própria organização psíquica precisar vir em primeiro lugar, só depois, será viável, de fato, ajudar os outros. Logo

- considerando que ninguém, no começo da “viagem da existência”, recebe essa “orientação de segurança vital”, ou seja, o ser humano, em geral, não é formado para essa organização psíquica subjetiva - seguimos colocando vidas em risco.

Inclusive, me parece ser possível afirmar, que apenas aqueles que já passaram por uma psicoterapia (longa e séria) são os que iniciaram uma formação subjetiva e já embarcaram numa viagem existencial razoavelmente segura, com a capacidade de superar quedas e ainda, ajudar muitos outros em suas viagens existenciais.

Por fim, preciso aproveitar a deixa para ressaltar: assim como ninguém pode respirar pelo outro, ninguém pode “sentir” pelo outro, ou seja, cada um precisa fazer as próprias vivências emocionais e cada um precisa “SE” organizar psiquicamente. Claro que os outros podem me influenciar – e sempre influenciam – na minha “alfabetização/formação emocional-psíquica”. Na verdade, é na relação com os outros que cada um se organiza psiquicamente.

## **32. POR UMA “TERCEIRA” TEORIA PULSIONAL**

### **I. Freud e a primeira teoria pulsional: pulsões do ego e Pulsões sexuais**

Em sua primeira formulação, que vai de 1905 a 1914, Freud reconhece e contrasta pulsões性uais com as pulsões de autopreservação. Nesta aproximação, a primeira representa os interesses da espécie, enquanto esta última representa o conjunto de necessidades ligadas às funções corporais indispensáveis à preservação da própria vida, cuja função é salvaguardar os interesses do indivíduo.

As pulsões de autopreservação, teriam a função de preservar a existência do indivíduo, do ego, enquanto as pulsões sexuais se esforçavam na busca de objetos com vistas à preservação da espécie e a satisfação sexual. Segundo Freud, as pulsões sexuais estariam ligadas às de autopreservação, e por isso buscariam vinculação, satisfação, com aquilo que preservaria a vida.

### **II. Freud e a segunda teoria pulsional: pulsão de vida e pulsão de morte**

A partir de 1920 em seu livro “Além do Princípio do Prazer”, Freud propõe a noção de uma pulsão de morte, introduzindo uma mudança fundamental na teoria pulsional. Essa contribuição teórica encontrou grande resistência no campo psicanalítico, despertando oposições mais ou menos categóricas de diferentes linhas de pensamento dentro da psicanálise. Para alguns autores, o conceito de pulsão de morte permitiu uma compreensão mais profunda dos fenômenos agressivos na vida mental, incluindo a autodestruição e o sofrimento do indivíduo.

Quando Freud levanta o conceito de pulsão, ele o faz com base na descrição da sexualidade humana, definindo-a como um impulso que se origina de uma excitação corporal (fonte) e que mobiliza o corpo para conseguir suprimir o estado de tensão em que se encontra a partir dessa excitação. O fim ou objetivo da pulsão é que se reinstale o equilíbrio anterior, aquele do início do estado de tensão. O objeto seria o elemento que permite que o impulso alcance o fim.

Freud tenta designar com o termo pulsão de morte o retorno a um estado anterior, em última análise, o retorno ao resto absoluto do

inorgânico, destacando a concordância do conceito do pulso da morte com o caráter regressivo básico de toda pulsão. Em oposição a pulsão de vida (Eros), a pulsão de morte (Thanatos) representa a tendência fundamental de cada ser vivo retornar ao estado inorgânico de onde emergiu, através da completa redução das tensões. Freud entende a pulsão da morte como uma necessidade primária, que a coisa viva tem para retornar ao inanimado.

Para concluir essa brevíssima apresentação da pulsão de vida e de morte, é necessário enfatizar que a pulsão de morte marcou um ponto de virada na concepção pulsional - e na psicanálise - e revolucionou a compreensão de fenômenos agressivos na vida mental.

PS.:

Por fim, referente a essa progressão teórica do Freud, fico a me questionar: será que a primeira teorização não deveria ser desconsiderada, uma vez que o autor elaborou uma nova concepção/teoria? Faço essa observação porque é possível notar a repetida confusão teórica – mistura de conceitos - que ocorre na academia e em quase todos os escritos na área. O mesmo ocorre com as “tópicas freudianas”, sobre o aparelho psíquico, ou melhor, tratam todos os conceitos (inconsciente, consciente, pré-consciente, Id, Ego, Superego, Isso, Eu e Supereu) como se fossem sinônimos, desconsiderando completamente, a construção evolutiva feita pelo autor/Freud.

Neste ínterim, caso minhas (Jung brasileiro) hipóteses psicológicas vinguem, exijo que apenas ensinem a última teoria, afinal, a minha pesquisa, os debates e o trabalho prático me levaram a tal progressão, no intuito de estar melhorando a fundamentação teórica. Enfim, a minha última versão, de uma mesma teoria, será a melhor e a que deverá ser ensinada. E por favor, não fiquem misturando tudo. Insisto: houve uma evolução na pesquisa, por isso, da mudança teórica.

### III. Jung brasileiro

A minha hipótese, para uma terceira teoria pulsional, funda-se na minha concepção de ser humano, qual seja, o humano enquanto corpo/instintos + mente/pensamentos + SNC/sentimento.

Isso considerado, me parece ser possível afirmar que as duas teorizações de Freud, se situam sempre, na nossa condição orgânica, ou melhor, de corpo e de instintos. Eu penso que o corpo enquanto natureza, vem fortemente condicionado pela lei da AUTOPRESERVAÇÃO, ou seja, cada ser vivente deste Planeta é empurrado pela pulsão: sobreviva a qualquer custo e reproduza a fim de garantir a manutenção da espécie.

Reprodução que não é apenas a sexual, mas basta lembrar das nossas células, que estão em constante reprodução. Claro que a reprodução sexual, evoca muitas questões humanas, o que, por sua vez, teve grande atenção de Freud. Claro que nos animais o imperativo natural é um, nas plantas é um pouco diferente e nos humanos mais ainda. Na verdade, me parece que piorou nos humanos, pois nos animais o “cio” é só momentâneo, assim como nas plantas é apenas sazonal, já nos homens há um “cio” permanente, assim como nas mulheres há um imperativo constante (inconsciente/instinto) em gestar/em ser mãe, ao menos, até os 40 anos de idade.

Então, será que os humanos procriam mais por instinto do que por nobres valores?

Aliás, aqui não resisto a uma outra questão: se fazer filhos doesse - o coito sexual fosse dolorido - será que a humanidade já não estaria extinta?

Retomando a lei/pulsão orgânica da autopreservação, me parece que temos evidenciado os dois polos que colocam a vida em movimento, ou melhor, se a autopreservação é tão imperiosa na Natureza é porque o seu contrário também existe/ameaça, qual seja, o risco da “aniquilação”. Assim, temos aqui, a pulsão de morte e a pulsão de vida operando, colocando a vida toda - e toda vida - em movimento, inclusive a vida do próprio Planeta, que também é um ser vivo.

Arrisco ainda a suposição de que o corpo sabe que é finito, por isso, carregamos desde o início da nossa vida, o saber do seu fim, ou seja, a morte/finitude também está no corpo, assim como a pulsão de vida.

Agora, me pula o seguinte questionamento, considerando nossa condição de instintos + ideias + sentimentos: será que, assim como o corpo/orgânico se movimenta a partir daqueles dois polos, também a mente teria dois polos? E quais seriam os dois polos que colocam a nossa condição emocional em movimento? Enfim, como cada indivíduo organizará estes 3 conjuntos de polos, ou melhor, estas 6 forças que pulsam, ininterruptamente, em cada ser humano?

Concluo propondo que essas 6 forças possam ser: viver/prazer x morrer/dor (autopreservação/corpo) + real x memórias/idealizações (autoconhecimento/mente) + interação/relações x “individuação” (autoestima/emocional) = subjetividade.

Ainda: será que, assim como a mente precisa do corpo (dos 5 sentidos orgânicos) para conhecer os objetos, não há outras correlações necessárias entre corpo + mente + emocional? Como instintos, ideias/memórias e emoções se correlacionam? E essas interações ocorrem da

mesma forma em todos os indivíduos? Seria exagero dizer que no psicótico o mental predomina, enquanto no neurótico o emocional se destaca e já no perverso o instintivo sobressai?

## 33. CASTRAÇÃO: FREUD X BASTET

Neste dia, enquanto está ocorrendo a castração física do gato de estimação, estou eu, aqui, entabulando uma analogia com a teoria da castração de Freud.

O Bastet, o gato – preto - de estimação, foi encontrado na rua, com apenas poucos dias de vida. No começo, era para ser uma fêmea, entretanto, ao crescer começaram a aparecer características de macho. E ter/criar um gato, num apartamento, é bem diferente de ter uma gata. E isso, quem explica, não é o Freud, mas, a própria Natureza com seus instintos imperativos.

Assim, antes que o gato macho (agora já com 6 meses) fosse carregado prédio abaixo, pelo instinto reprodutor e para viabilizar a sua permanência num apartamento, onde ele leva uma vida confortável, foi recomendado a castração física.

Evidente que a minha namorada ficou com pena dele, remarcando a cirurgia por algumas vezes com a veterinária. Mas, como ele seguia crescendo em idade, tamanho, instinto e pirraça, a recomendação também foi crescendo. E eis que um problema, para vários debates, apareceu: não castrar e arriscar perdê-lo a qualquer momento, além de ter que lidar com a agressividade dele hodiernamente, ou, castrá-lo para “acalmá-lo” e mantê-lo numa vida tranquila e confortável por muitos anos?

Mas e o Freud, como ele entra nessa história? Na verdade, ele entra numa história paralela a essa, pois a teoria dele trata da castração humana. Calma! Calma! Não é castração física, como a do Bastet, mas, trata-se de uma castração “simbólica”.

Pois então, a castração foi/é um conceito fundante na teoria psicológica do Freud. Tão significativa – e significante – na constituição da subjetividade humana, que ele dedica muito tempo, pesquisa e teorizações a ela, o que o levou a criar uma teoria específica para tratar do “Complexo de Castração” na constituição do ser humano.

O complexo de castração, é uma teoria freudiana, que se aplica, principalmente, ao desenvolvimento psicossexual da criança em sua interação com os pais, a família e os membros mais próximos. Porém, a castração para a Psicanálise, é sobretudo imaginária, ou melhor, trata-se de fantasias que habitam o inconsciente, dando sentido àquilo que é vivido

pela criança na relação com os seus pais e consigo mesma. Da mesma forma, o que está sob ameaça de ser cortado não é propriamente o pênis como órgão genital, mas, simbolicamente, aquilo que permite vínculo e ligação com o outro, ou ainda, simbolicamente um falo, representante de potência e virilidade (não restrito ao gênero masculino).

No entanto, alguns psicanalistas e teóricos contemporâneos expandiram o conceito, para analisar como questões relacionadas a “castração simbólica”, pela qual todas as pessoas precisam passar, podem influenciar a vida em sociedade de forma mais ampla. Pois, o “corte” que o pai – ou a função paterna – faz, num primeiro momento, depois, em sociedade, será feita pelas normas e as leis.

Essa angústia da castração é um eterno conflito entre a autoridade e o desejo, transgressão e proibição. Uma “ameaça” insere a criança em sociedade, com seus limites, leis e proibições. O impacto disso é que ao aceitar estes “cortes” se aceita a condição limitante, ou seja, não podemos ter ou ser tudo que queremos.

Em outros termos, para a vida em sociedade ser possível, é preciso que, não apenas o instinto sexual seja contido, mas, que qualquer instinto egoísta seja controlado, pois viver em sociedade requer outras condutas, ou melhor, não posso fazer apenas o que eu gosto e desejo, mas, preciso considerar se isso não irá contra a lei, que busca garantir a vida em sociedade. Aqui, lembrei do Contrato Social de Rousseau (a transição do estado de natureza para a sociedade civil) e do Imperativo Categórico kantiano (“Age apenas segundo uma máxima tal que possas ao mesmo tempo querer que ela se torne lei universal”).

Mas, retomando a analogia premeditada - informo primeiramente, que tudo ocorreu conforme previsto pela veterinária, com a castração física do Bastet. Agora, é só cuidar da recuperação dele para prosseguir a vida “mansa” de gatão de apartamento - será que esta vida confortável do gato compensará a castração dele? Será que a vida em sociedade compensa a nossa “castração” de indivíduos com instintos, ou seja, de animal desejante?

Pelo jeito, a vida “confortável” tem seu preço. Assim como a vida em sociedade também tem seu ônus pessoal.

## 34. DESENVOLVIMENTO HUMANO “CUMULATIVO”

Lendo um livro sobre a Psicologia do Envelhecimento e imerso em muitas reflexões devido a um estágio num Lar de Idosos, onde ouço muitas histórias de vida, além de observar a existência em seu ápice – ou não – e ainda, lembrando de algumas teorias já estudadas nas aulas de Psicologia, acabou me “pulando” uma intuição/uma pergunta, qual seja: será que, em vez de irmos progredindo em nosso desenvolvimento humano através de estágios, níveis ou fases sucessivas, não vamos acumulando-os?

Claro que há diferença entre o desenvolvimento orgânico/físico, o cognitivo/mental e o psíquico/emocional. E convém deixar claro que estou me referindo ao nosso desenvolvimento psíquico-emocional. Mas, também é preciso enfatizar, que essas nossas três “dimensões” estão interligadas e se afetam mutua e continuamente ao longo da vida de cada pessoa.

Separado-as, pode-se dizer que a Biologia já explicou que o corpo vai PROGREDINDO no seu desenvolvimento, ou seja, passamos do estado de feto (intrauterino) ao de criança (extrauterino), seguindo ao estado da adolescência, depois a fase adulta e por fim, a velhice, até ocorrer a falência desse corpo orgânico (um pós-orgânico?).

Em relação ao desenvolvimento cognitivo também há muitas teorias, penso que a mais estudada seja a de Piaget. Para ele, vamos PROGREDINDO – ou cada pessoa deveria progredir - no desenvolvimento cognitivo” começando no estágio sensório-motor (do nascimento até aproximadamente os 2 anos), seguindo para o pré-operacional (dois a sete anos), passando para o operacional concreto (sete aos 12 anos), até chegar nas operações formais (a partir dos 12 anos). Nessa passagem de estágios e processo de desenvolvimento cognitivo, a criança passa pela adaptação, acomodação e assimilação do conhecimento, possuindo um equilíbrio de maturação que rege este processo, o qual faz a ligação do estágio anterior para o posterior.

Outro teórico que aponta para estágios de desenvolvimento é Wallon, que partindo de uma perspectiva psicogenética, indica que o desenvolvimento da pessoa se faz a partir da interação do potencial genético, típico da espécie, e uma grande variedade de fatores ambientais e sociais. Em cada estágio de desenvolvimento (Wallon propõe os seguintes estágios:

impulsivo-emocional — 0 a 1 ano; sensório-motor e projetivo — 1 a 3 anos; personalismo — 3 a 6 anos; categorial — 6 a 11 anos; puberdade e adolescência — 11 anos em diante), um dos conjuntos predomina e o conjunto afetivo estaria mais evidenciado nos estágios do personalismo, e da puberdade e adolescência.

Me perdoem caros biólogos, wallonianos e piagetianos, pela excessiva simplificação e por este recorte, a bisturi, em teorias tão amplas, coletiva e historicamente já validadas ao longo da construção cultural da humanidade.

Antes de prosseguir no meu devaneio, repito que há diferença entre o desenvolvimento orgânico/físico, o cognitivo e o psíquico, porém, também há uma ligação significativa e significante entre eles. E para complicar mais um pouco, proponho então, a hipótese de que, no desenvolvimento psíquico, as fases não vão sendo superadas progressivamente, mas, elas vão se “acumulando/somando” em nossa estruturação psíquica.

Entretanto, também parto de uma distinção de fases no nosso desenvolvimento psíquico, fases que não vão sendo superadas progressivamente, mas, vão se SOMANDO e ACUMULANDO em cada pessoa/subjetividade: 1 preconcepção + 2 intrauterina + 3 infância + 4 adolescência/juventude + 5 adulto + 6 velhice (+ 7 pós-orgânico?)

Vou dar apenas uma notícia de cada fase:

1 preconcepção (pré-orgânico): seria o momento que antecede a nossa concepção, ou seja, podemos dizer que seria o clima/ambiente psíquico-emocional dos nossos pais e demais familiares ao sermos planejados e concebidos. Infelizmente, para muitos, essa fase já deixa marcas psíquicas significativas, que serão carregadas por toda existência, afinal, vamos progredindo nas fases mas também, vamos acumulando-as, logo, mesmo na velhice, uma marca emocional da preconcepção segue presente e atuante. Aliás, tendo a pensar que herdamos algumas marcas de nossos pais, afinal, somos 23 cromossomo da mãe + 23 cromossomos do pai.

2 intrauterina: esse período, assim como o primeiro, geralmente é pouco considerado em nossa formação psíquica, porém, como já indicado, ambas estão em nós e permanecem em nós até o final. Essa fase implica num período em que somos parasitas e aquáticos, ou seja, período em que eramos uma condição completamente diferente da que nos tornamos ao sermos expulsos/expelidos para fora e termos que iniciar uma “outra” existência/condição. Na vida intrauterina levamos uma vida de rei, em

geral, pois somos carregados de um lado para outro, nos alimentamos sugando o corpo que nos carrega e nem respirar nós precisamos. Será que essa vida de rei/parasita deixa marcas profundas em nosso psiquismo?

3 infância: período em que precisamos começar a “vingar” como indivíduos. Precisamos aprender praticamente tudo, pois somos uma nova condição. Entretanto lembro, que também seguimos carregando as duas fases anteriores em nós, logo, alguns aprendizados já foram feitos.

4 adolescência/jovem: se na infância somos apenas um pedaço de carne, como dizia Lacan, na adolescência, digo eu, somos um saco de hormônios em ebulação. Basta lembrar do período da nossa adolescência e veremos que fizemos muitas coisas sem nem saber o motivo que nos moveu, ou seja, os hormônios nos carregaram. Aliás, para mim, é nesse período que a sexualidade se inscreve no psiquismo dos e das adolescentes, e não na infância, como preconizou Freud. Um pouco mais avante e entra-se na juventude: aqui, os hormônios ainda estão potentes, mas, outras questões também começam a se impor e requerem atenção, assim, é preciso começar a controlar os hormônios e começar a pensar em médio e longo prazo.

5 adulto: de imediato lembro que chegamos nessa fase com um belo acúmulo psíquico-emocional, ou melhor, como adultos carregamos as 4 fases anteriores, de forma que aqui, pode estar acumulado em cada um, aquele desejo/investimento dos nossos pais, aquela memória da vida de rei que trazemos da fase intrauterina, as vivências emocionais da infância, as experiências sexuais/namoros da adolescência e as decisões tomadas na juventude em relação ao próprio futuro. Então, isso posto, ou melhor dizendo, isso somado em nós, convém nos perguntar: como nos organizamos psiquicamente até agora? Ou será que, apenas fomos “entulhando”? Aliás, arrisco dizer que as pessoas, nesta fase da existência, deveriam despertar para uma “reorganização psíquica”, entretanto, são raros os casos em que essa busca ocorre.

6 velhice: de imediato lembrei das pessoas idosas que andam com dificuldade, curvados, ou precisam de bengala ou até mesmo, de uma cadeira de rodas para se deslocar... enfim, será que é o peso da “carga psíquica-emocional” acumulada de todas as fases anteriores? Aliás, é curioso como muitas pessoas idosas, apesar de fragilizadas fisicamente, seguem ativas sexualmente, mesmo que só no imaginário, ou seja, parece que aqueles hormônios da adolescência seguem pulsando, como se não tivessem sido superados, o que vai de encontro a minha hipótese da acumulação/soma psíquica de todas as fases, ou seja, todas elas seguem em nós.

7 pós-orgânico: já deixei entre parênteses e com um ponto de interrogação pois não sei ao certo, se pode ser, de fato, um estágio/uma fase/um nível da nossa organização psíquica. Em todos os casos, nos ocupamos bastante com essa questão. Inclusive, todo marketing das religiões gira em torno disso.

Então, na próxima vez em que for meditar, pense em você enquanto “organizado – ou desorganizado - psiquicamente a partir desta soma” e veja se faz sentido: 1 preconcepção + 2 intrauterina + 3 infância + 4 adolescência/jovem + 5 adulto + 6 velhice (+ 7 pós-orgânico?).

## 35. COMPLEXO DE ÉDIPPO X COMPLEXO DE ELÉCTRA

Freud foi um gênio/um iluminado ao desvelar o Inconsciente que habita em cada um de nós, ao investir no entendimento dos sonhos e ao erigir a técnica psicanalítica (da escuta qualificada), entretanto, é difícil de aceitar a excessiva “sexualização” da criança, afinal, até uns 3 anos de idade – ou mais – a criança nem sabe o que é uma vagina e/ou um pênis, questão que já colocaria o Complexo de Édipo em xeque. Claro que, a partir de uns 7 anos de idade – ou mais – a percepções sexuais das crianças já são outras. E na adolescência então, quase tudo gira em torno disso.

Outro exagero teórico de Freud, a meu ver, é a questão do interesse sexual (não genital, ok!) do menino pela mãe, transformando o pai em rival e vice-versa com a menina. Isso me parece exagerado até para depois dos 7 anos de idade. Aliás, um detalhe que Freud “omitiu” ao buscar uma analogia com o Mito de Édipo, qual seja, que o Édipo já era um jovem quando retornou a Tebas e o desenrolar da profecia teve início, ou seja, a analogia freudiana - que resultou no famoso “Complexo de Édipo” - não faz sentido algum, ao atribuir as crianças, a “tragédia amorosa/sexual/conjugal” de Édipo.

Agora, uma “tragédia amorosa/sexual/conjugal” do pai para com uma filha/criança (da mãe com um filho/criança já me espantaria), já não me espantaria tanto. Mas, mesmo isso sendo bem frequente no tempo histórico de Freud, jamais entrou em sua pauta de pesquisa e análise.

Outro fato “complexante”, bem mais plausível, não poderia ser esse desejo sexual entre irmãos? Me parece que isso também não foi abordado por Freud. E quando Jung, nesse sentido, apresentou a sua teoria do Complexo de Electra, Freud simplesmente não deu bola.

Claro que o Mito de Electra se refere mais a raiva pela mãe, por ela ter assassinado o próprio marido, logo, assassinado o pai de Electra. A raiva da Electra pela mãe é tamanha que a levou a se “unir” ao irmão Orestes, que acabou sendo convencido a assassinar a própria mãe. Essa união entre os irmãos não é sexual ou conjugal, mas, uma união de cumplicidade/companheirismo, que leva a morte da própria mãe, o que, a meu ver, é muito mais grave do que apenas desejar a mãe – ou a irmã – ou no caso do

Mito de Édipo, foi casar com a própria mãe sem ter ciência que era filho dela.

Entretanto, considerando a nossa condição animal, que carregamos hodiernamente – ou ela nos carrega - podemos afirmar que instinctivamente, em nome da lei da autopreservação da Natureza, os animais não fazem distinção entre mãe, pai, irmã ou irmão, ou seja, nem Complexo de Édipo nem Complexo de Electra tem importância. Porém, o que segue operando é que todo e qualquer animal – inclusive as plantas – jamais tentará “cruzar” “precocemente”, pois o organismo ainda não estará desenvolvido para tal função. Então, por que isso pulsaria nas crianças?

Me parece que essa nossa condição animal, evidencia novamente, que Freud equivocou-se em delegar tanta carga sexual as crianças. Prefiro, em relação as inscrições sexuais/de gênero nas crianças, a teoria e conceituação freudiana que enfatiza as funções “passivo e ativo”. Não ativo ou passivo no sentido sexual, mas em relação a vida cotidiana da família, ou melhor, se o pai é provedor financeiro da família, certamente ele também é um referencial de “ativo” para criança. Ou o avô, ou a irmã mais velha, que ajuda no sustento e na segurança da família. E me parece que, dificilmente, uma criança vai se identificar com o “passivo”, que é mais dependente, tem pouca liberdade, pode ser visto pela criança como mais fraco... percepções repetidas que acabam se inscrevendo na psique infantil.

Apesar de ser uma temática bastante delicada, e ainda hoje com muitas resistências e julgamentos moralistas, penso que convém uma revisão do Complexo de Édipo.

Por fim, considerando o exposto até o momento, enfatizando a importância disso na organização psíquica de cada infante, ainda ouso uma última provocação reflexiva: os pais podem ser os melhores exemplos de mãe e pai, mas, podem, ao mesmo tempo, ser um desastroso referencial de marido e esposa. Não sei se a criança já percebe isso aos 7 anos de idade, mas, certamente, na adolescência isso já é notado e pode inscrever-se psiquicamente, repercutindo pelo resto da vida.

Então, prezados pais, será que vocês são um exemplo razoável ao menos (para não exigir demais), de esposa e marido?

Será que “ter” filhos e/ou filhas não deveria ser levado muito mais a sério pelos casais?

Apesar de óbvio é preciso dizer: os primeiros responsáveis pelos filhos são os pais e não o Estado. Delegar grande parte da educação dos filhos ao Estado, é um alarmante sinal de perigo. E podemos afirmar

que muitas crianças estão bem melhor em berçários, pré-escolas... do que com os próprios pais, é outro grave sinal de risco. E o Estado ter que sustentar uma família, também é preocupante, afinal, lembrando da teoria do “ativo e do passivo”, nesse caso, nem o pai nem a mãe serão uma referência provedora/de “ativo”, já que são dependentes do Estado. E como isso se inscreve na psique das crianças? Com isso não estou querendo dizer que o Estado não possa/deva ajudar, mas, mesmo assim, os pais ainda são (deveriam ser) os primeiros responsáveis pelos filhos, afinal, não é a cegonha que traz um filho.



## 36. O MITO DA HORDA PRIMITIVA: FREUD X JUNG BRASILEIRO

Para Freud, a “horda primeva”, descrita no texto Totem e Tabu (1913), é formada por um bando de irmãos que vivem sob a liderança e domínio sexual de um pai violento, que possui e vigia todas as fêmeas contra as possíveis investidas sexuais dos filhos machos, e tão logo eles se tornam grandes o suficiente para pôr em risco o poder absoluto dele, já os expulsa do bando.

Movidos pelos seus desejos e com sentimentos contraditórios em relação a esse pai tirano, invejado e admirado, o bando de machos se une para despojar-lhe de seu poder. Matam-no, apaziguando o ódio que sentiam por ele.

Mas o remorso pela morte do pai enche-os de culpa, sentimento este que os faz criar um totem simbólico de poder, o qual adoram.

O sentimento de culpa gera duas proibições fundamentais: matar o pai (parricídio) e obter satisfação sexual com a mãe e irmãs (incesto).

Estes são os dois interditos ativos que atuam na cena edípica. O conhecimento sobre o mito freudiano do pai primitivo e dos sentimentos ambivalentes que moveram os filhos (admiração e ódio), ajuda-nos a entender a sobrevivência de uma mitologia infantil arcaica que compõe a estruturação da vida psíquica de cada qual, segundo Freud.

Já para mim, em vez de simplesmente fantasiar uma história/mito para tentar explicar e fundamentar uma hipótese, qual seja, o princípio da civilização humana, busquei partir do seguinte problema investigativo: por que os macacos/chimpanzés não continuaram/continuam evoluindo naturalmente?

Este problema/pergunta me levou a um novo/outro mito de horda primitiva:

Considerando que os chimpanzés não continuam evoluindo, cheguei a cogitar que, em algum momento da história, OCORREU ALGO que fez o cérebro de algum primata “dar esse salto evolutivo/qualitativo”. Este ALGO pode ter sido um cruzamento alternativo, fora da linha biológica comum entre os primatas. Como ainda não tinha humanos, esse ALGO, ou melhor, esse ALGUÉM pode ter vindo de fora do Planeta (será que

veio de Marte? Será que destruíram Marte?). E isso pode ter acontecido a uns 2,5 milhões de anos atrás, quando os primeiros hominídeos bípedes apareceram. Estes chamados de australopitecos, andavam sobre duas pernas e tinham cérebros maiores do que os hominídeos anteriores.

Então, esse extraterrestre, que veio sozinho, pode ter cruzado com alguma primata para tentar garantir-se, ou, ter apenas imitando os primatas, ou, até mesmo, ter “inseminado” uma macaca. Assim o fruto desse cruzamento é o ser humano, logo, somos meio primata e meio extraterrestre em nossa gênese. Afinal, bem sabemos que nossa semelhança com os chimpanzés é grande demais para não termos nenhuma ligação maior. E como os macacos pararam de evoluir, não podemos ser mero resultado evolutivo natural.

Tenho certeza de que muitos estão rindo da minha hipótese, inclusive, muitos destes, possivelmente são psicanalistas “esclarecidos”, que acreditam na historinha do Freud, mas, consideram a minha uma loucura total. Tudo bem que, acreditar em extraterrestres é algo bastante difícil para nós humano, mas... Aliás, se alguém puder me responder porque os macacos pararam de evoluir naturalmente, quem sabe eu também descarte essa minha hipótese.

Mas, por enquanto, sigo com a minha historinha/mito: aquele macho alfa, do mito freudiano, poderia ser aquele extraterrestre, ou também, poderia ser o novo ser gerado daquele cruzamento, ou melhor, o primeiro ser humano, este que, por sua vez, começou a dominar com certa facilidade, o bando de primatas e a pegar/cruzar geral. Certamente, mais adiante, vendo as próprias filhas se desenvolvendo fisicamente, acabou abandonando as macacas e começou a cruzar com as próprias filhas (incesto?), o que resultou em uma nova linha evolutiva. Aqui já teríamos duas linhagens geradas, ou seja, o que foi resultado do cruzamento entre o extraterrestre e a macaca e o que é resultado do cruzamento dele com as filhas.

Claro que não nasciam apenas fêmeas daquele cruzamento, mas também, filhos machos, que, aos poucos, começaram a “desejar” cruzar também. Possivelmente, os irmãos desejavam as irmãs e não tinham interesse pelas macacas. (Aliás, seria a expulsão de Adão e Eva do paraíso, o primeiro caso de “união” entre irmãos, que não foi admitido pelo macho alfa?(o incesto proibido?)). Aqui já teríamos três linhagens humanas.

## 37. ADEUS “COMPLEXO DE ÉDIPÓ”

Freud é o cara, sem sombra de dúvidas! A humanidade pôde dar grandes passos (poderia dar bem mais), com as teorias freudianas. Entretanto, algumas teorias dele podem ser questionadas/ criticadas, afinal, não é uma religião dogmática, pelo contrário, o pai da psicanálise se dedicou, arduamente, a construção de uma teoria científica, logo, passível de crítica.

Buscar desvelar/conhecer a estrutura psíquica do ser humano é/ foi um pequeno passo para humanidade mas, um gigantesco salto para o homem (trocadilho com a frase proferida por Armstrong, ao pisar na Lua), enquanto subjetividade. Evidente que o homem – subjetividade – estando organizado psiquicamente, contribuirá inevitavelmente, para uma sociedade inclusiva e cooperativa. Infelizmente, insiste-se no oposto, ou seja, quer-se forçar uma sociedade solidária, democrática... mas as pessoas, em geral, seguem crianças desamparadas, carentes, iludidas e cheias de desejos egoístas, de forma que é certo que a humanidade seguirá caminhando “com passos de formiga e sem vontade” cooperativa.

E Freud foi a pessoa responsável por essa “revolução copernicana”, ou melhor, assim como Copérnico compreendeu e explicou que era a Terra girava em torno do Sol – e não o inverso – de forma comparável, Freud compreendeu e explicou que o Ser Humano gira em torno de um inconsciente, inerente a cada um e não em torno de algo externo. Claro que tudo que é externo ao sujeito, sempre o influenciará, mas, é a organização psíquica interna/pessoal/subjetiva que será o determinante na vida de cada um, inclusive será a partir desta (des) organização que cada um/uma retribuirá a vida em sociedade.

Falando em “determinantes”... apresentarei a minha crítica ao famoso Complexo de Édipo freudiano e minha hipótese:

O Complexo de Édipo é o conceito central para a psicanálise, pois alicerça a psicopatologia nele, na medida em que desempenha um papel primordial na constituição psíquica do ser humano e na orientação do seu desejo. Esse Complexo, para Freud, se refere às relações que a criança estabelece com as figuras parentais, das quais resultará a constituição de uma rede de representações inconscientes e de afetos. Ou ainda, é uma teia

de sentimentos amorosos e/ou hostis, ou seja, sentimentos polarizados e angustiantes, que a criança vivencia em relação a seus pais.

Entretanto, me parece que Freud atribui muita responsabilidade aos infantes. E pior, uma responsabilidade sexual que nem cabe, tão cedo, na estrutura infantil. Claro que tudo isso é jogado no inconsciente e “voilà”, tudo está explicado.

Na teoria freudiana o Complexo de Édipo anda de mãos dadas com o Complexo de Castração, que refere-se à fantasia de castração que a criança elabora em uma tentativa de responder a questão da diferença anatômica entre os gêneros, ou seja, o masculino com pênis e o feminino sem pênis, criando uma angustiante necessidade nos infantes para entender isso.

E a explicação-teoria de Freud segue complicando a vida das crianças: para ele, no começo, a criança deseja ser tudo para a mãe; o desejo da criança é ser objeto do desejo do Outro (mãe); identifica-se com o que é objeto do desejo da mãe. Esta seria uma relação dual, na qual os dois personagens estão presos pela mesma ilusão de completude. Na sequência, aparece o pai como aquele que priva a criança de ser o objeto que completa a mãe. O pai intervém como aquele que priva a mãe do bebê, possibilitando desamarrá-lo da identificação de ser o objeto do desejo materno (a criança deixa de “ser o falo” da mãe para voltar-se para “ter o falo”). Apesar dessa resolução, a criança fica enlaçada nesse outro objeto (o pai), que tem aquilo que a mãe deseja (o falo); o pai também apresentaria a criança, a questão da lei, que passará a fazer parte da existência.

Enfim, a meu ver, a teorização de Freud atribui muita responsabilidade para os infantes e a responsabilização dos pais, pela criação dos filhos, é mínima.

E eis que apresento a minha hipótese, para tentar, no mínimo, dividir tamanha responsabilidade, qual seja, estruturar um psiquismo que definirá uma existência toda.

Como cada nascimento envolve diretamente três pessoas, me parece bastante lógico dividir em três aquela responsabilidade que o Freud colocou nas costas só dos infantes. Aliás, as vezes até me parece necessário colocar toda responsabilidade pela criança nos ombros dos pais, que sempre são dois, obviamente. Lamentavelmente, nos dias de hoje, parece que o Estado tem mais responsabilidade do que os pais, pelos filhos.

Mas, como o objeto de estudos da Psicologia é a subjetividade, ou seja, a estrutura psíquica de cada sujeito, vou permanecer na hipótese de dividir em três, aquela responsabilidade toda por uma nova vida. Então,

prezados pais, lamento informá-los, mas atrás de um filho problemático há sempre um pai e uma mãe.

E mais, agora desvelo algo nunca visto, algo que contraponho ao Complexo de Édipo: atrás de um filho há uma mãe, um pai, mas também, há uma esposa e um marido, ou seja, será que a angústia fundante nos infantes não se situa nessa complexidade, qual seja, conciliar os significantes mãe e pai + os significantes esposa e marido. Nesse ínterim costumo dizer/pensar: os pais podem ser bons exemplos de pai e mãe, mas, ao mesmo tempo, péssimos exemplos de marido e esposa. E como isso se inscreve na psique das crianças? E a inscrição dos significantes marido e esposa não pode afetar a organização sexual, sobretudo na adolescência, quando os filhos/as entram na puberdade?

Qual a implicação na organização psíquica de uma criança, que enxerga o pai como um super-herói, batalhador, provedor, forte ... mas, ao mesmo tempo, este mesmo homem, é agressivo com a sua esposa, ou seja, agride a mãe dela/criança? Ou, a mãe é uma mãe atenciosa e cuidadora, mas passa ignorando afetivamente o marido? Ou será que o significante marido-esposa, do pai e da mãe, simplesmente não é considerado pela criança, como se acreditou até agora? Como um filho é influenciado por essa complexa teia relacional e emocional?

Aliás, se a minha hipótese for válida, me parece que conviria dividir aquela responsabilidade toda em 5, e não apenas em 3, ou seja: a mãe + o pai + a esposa + o marido + a criança/o filho = estrutura psíquica do infante. Assim, de uma responsabilidade total, a criança passaria para apenas 20% de responsabilidade e os pais teriam que assumir 80% da responsabilidade. Acho que isso até deixaria o Freud em choque, afinal, ele não foi um marido e pai muuuuito dedicado. Isso também, tiraria o foco do Complexo de Édipo e do infante, transferindo-o em boa medida aos dois adultos que geraram esta nova vida, logo, os dois maiores e principais responsáveis.

Ainda, ao estudar o Caso Dora, um famoso caso tratado por Freud, fiquei intrigado com as contingências familiares e temporais, nas quais Dora estava envolta. Por exemplo, a mãe (mulher, feminina...) era frágil, ou em outros termos, “PASSIVA” frente a vida e frente a relação conjugal... e já o pai, o “ATIVO”, afinal, era um empresário bem-sucedido, que, com certeza era o mantenedor material da família e mantinha o controle das finanças ... e certamente, a Dora, saindo da infância e adentrando na adolescência, enxergava um pai poderoso e a mãe como uma coitada... fazendo com que

ela – mulher/feminina - entrasse numa crise de identificação e por que não, de identidade, afinal, não queria ser fraca como a mãe, ao mesmo tempo, não podia deixar de ser mulher. Ou ainda, ao mesmo tempo em que idealizava o pai, como forte, poderoso, ativo inclusive sexualmente pois tinha até uma amante, não podia deixar de perceber que ele apenas “usava” as mulheres, aliás, mesmo ela/Dora era usada como moeda de troca com o casal K.

E mais, retomando o Complexo de Édipo, trago outro caso freudiano, ou melhor, a questão da sexualidade precoce de Hans “o interesse de Hans pelo próprio pipi e os dos outros, incluindo pessoas mais velhas e animais (Lacan, 1956/1957)”, a questão que eu investigaria seria ver de quem ele “herdou” isto, esta força que o impulsionava em tenra idade. Pelo que consta em relatos posteriores, o próprio Hans, já mais velho, teria revelado sua admiração pelo pai: “...ele sabia como desfrutar de um copo (ou mais) de vinho, e da companhia de mulheres bonita. Uma das minhas memórias infantis mais vívidas é a de vê-lo no estribo do trem lotado de gente, indo à partida de futebol de domingo”.

Isso posto, destaco que sempre me intrigou/intriga, o pouco interesse de Freud pela personalidade da mãe e do pai (de esposa e marido, também). Afinal, se somos a soma de 23 cromossomos da mãe + 23 cromossomos do pai, será que não podemos herdar traços psíquicos e/ou traços instintivos deles? Traços instintivos que podem levar diretamente a sexualidade e a sua estruturação na/a partir da infância.

Por fim, reforço a minha tese da angústia infantil: mãe e pai x esposa e marido, ou seja, os pais podem ser uma excelente referência enquanto mãe e pai, entretanto, ao mesmo tempo, podem ser uma desastrosa referência de casal, ou seja, de esposa e marido. Então, **COMO UM FILHO ORGANIZA ISSO?**

Então, caro pai, cara mãe, prezado marido e prezada esposa, até agora, Freud tinha livrado vocês da responsabilidade que é gerar uma nova vida, mas, agora, está desvelado que ter filhos é uma responsabilidade gigante e intransferível. E que vocês condicionam a estruturação psíquica dos filhos, não só como mãe e pai, mas também, como esposa e marido. E que a criança não é mais, exclusivamente responsável por seus Complexos.

## 38. VAI DOER, MAS, SÓ VAI DOER.

**P**or que não sabemos lidar com a dor emocional? Pior ainda, parece que a dor invoca milhares de consequências desastrosas, porém, no fim, apenas doerá, e apenas por um tempo.

Por que então, temos tanto medo da dor?

A dor parece ser uma ameaça direta à nossa vida.

Será que não temos estrutura psíquica para lidar com a dor emocional?

Organicamente, assim como qualquer animal, parece que há um instinto de autopreservação, que nos afasta de qualquer situação que possa indicar um risco a sobrevivência. Inclusive, naturalmente os animais são impelidos a reprodução para garantir a preservação da espécie. **AQUI CONVÉM LEMBRAR QUE TAMBÉM TEMOS O NOSSO LADO ANIMAL.**

Entretanto, não é apenas a razão que nos diferencia dos animais, mas também, a nossa estrutura psíquica-emocional. Isso é vantajoso, mas também, é um peso para humanidade, afinal, nunca vi um cachorro ou um gato perder o sono por questões emocionais. E pelo contrário, a história nos mostra que os homens não perdem só o sono, mas também perdem o “juízo” por causa da dor emocional e pior, por apenas se sentirem ofendidos, inferiores... chegam até a criar armas nucleares e fazer guerras, que dizimam inúmeras vidas humanas, mas vejam, o motivo da guerra nunca foi a preservação da vida e/ou da espécie, pelo contrário. Aliás, nunca vi animais chegarem perto de tais “racionalidades” e atrocidades. Logo, as guerras parecem não ser movidas por instinto, nem pela razão.

Curiosamente, até a Psicologia ainda trata tudo isso como “mental/racional”, apenas. Porém, insisto: isso não parece ser de ordem racional nem instintiva, mas é de outra ordem. Ou melhor, o motivo das guerras é de ordem emocional, ou ainda, resultado de uma desorganização psíquica dos que detêm o poder. Desorganização emocional que leva a “loucuras rationalizadas”.

Mas, voltando a dor. Se os líderes das nações soubessem lidar com a própria dor emocional, motivada pelo sentimento de inferioridade, em grande medida, será que ainda teríamos guerras?

Aliás, sempre cito o caso fatídico do Michael Jackson, ou melhor, se ele tivesse optado por um bom acompanhamento psicológico, a fim de conseguir lidar com as dores pessoais... será que ele não estaria vivo ainda?

Vai doer. E só você sentirá a tua dor.

Mas, só vai doer.

“Só” não no sentido de ser pouca coisa, mas no sentido de que é apenas uma única emoção que nos mete tanto medo. Inclusive, em muitos casos a dor emocional pode ser tanta que é preferível morrer a seguir sentido a dor.

Mas, a dor psíquica também pode provocar outros muitos e belos movimentos subjetivos. Um desses movimentos, revolucionário geralmente, é a busca de um profissional da Psicologia para ajudar na organização psíquica subjetiva.

Aliás, me parece que essa é a nobre função da Psicologia, qual seja, ajudar o humano a se preparar/estruturar/organizar para lidar com a dor emocional.

Já imaginou você estar “disposto”/em condições afetivas para lidar/aceitar/atravessar qualquer vivência dolorosa? Reforço a ideia: lidar/aceitar/atravessar e não mais fugir ou evitar ou se iludir... Com medo, com sofrimento, angustiado... mas, disposto a lidar com isso e seguir em frente.

Enfim, bem-vinda dor em minha vida e obrigado por me desafiar/me fazer caminhar! Desculpa por não lhe ter dado o devido espaço e a devida atenção que mereces! (Não que eu seja um masoquista, mas também, não estou mais tão iludido e me movendo a partir de memórias, apenas sou um pouco mais realista.)

## 39. INDEPENDÊNCIA EMOCIONAL OU MORTE

Certamente, a maioria dos brasileiros e das brasileiras já ouviu falar do famoso brado de Dom Pedro, ou melhor, isto teria ocorrido na tarde de 7 de setembro de 1822, às margens do riacho do Ipiranga, voltando de Santos, que Dom Pedro teria “epifanado” tal sentença. O quanto disso de fato ocorreu e os motivos de tal brado, não vem ao caso no momento. Mas, não convém acreditar em qualquer “estória”. Entretanto, o resultado é o que me interessa, analogicamente é claro.

A declaração da independência da coroa portuguesa foi algo extraordinário para o Brasil. Foi, na verdade, o nascimento do Brasil. Entretanto, foi um passo tão grande que a maioria dos promotores disto, acabaram se perdendo na continuidade do processo, ou melhor, no começo de um novo processo, qual seja, o de construção da nação brasileira.

Por isso, da minha analogia, que segue.

Primeiramente, convém reconhecer que Portugal descobriu o novo continente, mas, descobriu-o apenas, para as coroas europeias, afinal, as populações indígenas já o povoavam. Lamentavelmente, só o interesse das coroas europeias era o que importava, resultando na invasão, na exploração e na colonização do continente. Subjugo que levou 322 anos até ser rompido, ao menos parcialmente.

Infelizmente, retomando o título desta crônica - Independência emocional ou morte – nós humanos não temos tanto tempo para tal epifania de independência.

E nossa independência, como já sinalizado, precisa ser a EMOCIONAL. Aliás, se Dom Pedro e seus camaradas tivessem mais independência emocional na época, com certeza o Brasil, recém concebido, teria encontrado um “berço esplêndido” (não apenas geograficamente) e poderia ter sido criado em um ambiente melhor preparado para acolher esta nova vida.

Mas e o que seria esta Independência emocional?

Bom, todos já sabem que começamos completamente dependentes, basta lembrar da nossa condição intrauterina, de parasitas da mãe. Depois, como infantes, seguimos dependentes, inclusive, emocionalmente. E, a

criança que tem boa parte essas condições atendidas, de fato, crescerá e um “berço esplêndido” e com certeza, se estruturá psiquicamente em direção a independência emocional, condição fundamental para ser livre em nosso mundo humano.

Ainda quero, por ora, apontar para a autoestima como construto subjetivo necessário para cada qual poder bradar: Independência emocional ou morte. E assumir a batalha interior inevitável, na busca da autonomia afetiva.

Por fim, penso que é preciso evidenciar que a independência emocional não é sinônimo de frieza, de indiferença... Pelo contrário, apenas o ser humano livre afetivamente tratará o outro com a dignidade que toda e qualquer pessoa merece, ou até mesmo, poderá cumprir o grande mandamento de Jesus: ame ao próximo como a si mesmo.

E, assim como Buda investiu tudo na “independência mental” para libertar os humanos, me parece que é preciso, atualmente, investir tudo na construção da autoestima e da organização psíquica-emocional, construção que é interior. E só depois disso erigido, estaremos em condições de contribuir para uma sociedade fraterna e solidária.

## 40. “CONSCIENTE COLETIVO”

Desde o princípio do curso de graduação de Psicologia, venho/viemos dedicando grande parte dos estudos sobre a teoria psicanalítica de Freud. Uma teoria volumosa, que requer muito mais tempo para ser vista/lida com todo respeito e seriedade que merece.

Entretanto, foi lendo também, Jung, que me ocorreu o conceito de “consciente coletivo”, uma vez que de Freud obtivemos o conceito de Inconsciente, mas, em Jung encontramos o conceito de Inconsciente Coletivo.

Em ambos os autores, essas instâncias são caracterizadas como mentais, porém, nos dois também é possível encontrar uma confusão entre elementos da mente e elementos dos instintos, instâncias inconfundíveis para mim, e essa distinção é essencial e revolucionária para a Psicologia, esta que pouco trata dos instintos humanos-animais e raramente se debruça sobre a condição emocional.

Acredito que foi com Charcot e sua técnica de hipnose para tratar das histéricas, que Freud – enquanto médico – tenha percebido que há doenças orgânicas que tem sua causa para além do corpo, ou melhor, hipnotizando as pessoas Charcot conseguia induzir as pessoas a fazer o que não conseguiam fazer quando conscientes, por exemplo: uma mulher que não caminhava, não mexia um braço, ou não conversava... quando hipnotizada, conseguia fazê-lo normalmente. Logo, a causa não era física, mas mental e era a mente que precisaria/precisava de atenção e de cuidados. A partir disso, não tardou para que Freud atribuísse/localizasse essas causas numa instância mental mais profunda e desconhecida, ou seja, o Inconsciente. Este, exclusivamente mental. Nada de instintivo e muito menos de emocional. Enfim, Freud passou a vida de estudos e pesquisas em torno do “aparelho mental” e mesmo que ele tenha colocado o racionalismo cartesiano em crise, ao apresentar o Inconsciente, ainda assim, prosseguiu com a visão unilateral – mental – do ser humano.

Carl Gustav Jung parece que se incomodou com isso, e buscou fundamentar um Inconsciente menos mental (?), trazendo para discussão o conceito de Inconsciente Coletivo, ou seja, uma instância (ainda mental?) que ultrapassaria a mente individual. Assim como Freud, ele também não conseguiu evitar a instância dos instintos e acabou enfiando-os no

Inconsciente Coletivo, ou seja, enfiando-os no aparelho mental. O que para mim é “desumano”, isso mesmo, desumaniza as pessoas na medida em que situa tudo no mental, ou ainda, desumaniza os sujeitos ao ignorar o seu lado animal/instintivo, assim como desumaniza o humano ao desconsiderar a condição emocional que, também, o constitui.

Enfim, retomando a temática anunciada, ou melhor, a do “consciente coletivo”, ouso propor que tudo aquilo que implica em memórias (conscientes, reprimidas e/ou recalcadas; inclusive os arquétipo junguianos) e em ideias (próprias ou coletivas/culturais/que a humanidade pensa), seja considerado como pertencente ao aparelho mental, ou seja, ao consciente individual-coletivo; já os instintos animais, que também carregamos e nos condicionam fortemente, seja considerado como pertencente a natureza que “herdamos” através de um corpo físico. Natureza que se garante enquanto natureza; já a nossa condição emocional (afetos, sentimentos e emoções) dizem mais respeito ao que fica, subjetivamente, entre o mental e o instintivo, ou ainda, ao que resulta desse intermitente movimento entre.

Aliás, será que reconhecer nossa condição instintiva não seria melhor – mais simples - do que elucubrar um Complexo de Édipo, um tanto quanto fantasioso? Não sei se os freudianos sabem, mas os animais não fazem distinção entre mãe, pai e filhos, tudo gira em torno da autopreservação natural (o que implica na reprodução da espécie, não importando se é com a mãe, o pai, filho/a ou uma irmã/irmão). E mais, mesmo assim, a própria natureza inibe a reprodução “em família”, pois “cruzamentos internos” assim, acaba gerando, naturalmente, filhotes frágeis e/ou problemáticos.

Isso posto, não teríamos um aparelho mental dividido entre Inconsciente, Pré-consciente e Consciente, nem mesmo entre Inconsciente Individual, um Inconsciente Coletivo e a Consciência, mas, teríamos um humano que é – e precisa ser – ENTRE: instintos, ideias e emoções, ou melhor, entre o natural (que sempre se repete), o mental (que só representa e associa memórias) e o emocional (que pode – deveria – sentir/vivenciar o que é real).

Enfim, ser humano é ser entre instintos, ideias e emoções, logo, a Psicologia teria uma psique bem mais complexa do que apenas a do aparelho mental.

## 41. DESINTEGRAR A SUBJETIVIDADE X INTEGRAR A COLETIVIDADE

Não é de hoje minha preocupação com o enfoque, exageradamente, social da Psicologia (aqui incluo Psicanálise e Psiquiatria). Evidente que a Psicologia tem uma gigantesca e vital função social, entretanto, esta se dá de forma indireta, pois o objeto de estudos, pesquisas e práticas da Psicologia é o psiquismo humano, que sempre é uma estrutura subjetiva. Claro que os outros, o mundo externo influenciam e condicionam fortemente os psiquismos subjetivos.

Lendo Jung (o suíço), referente a temática da individuação, me pulou o título desta crônica. E como já dediquei o meu TCC do curso de Psicologia a questão da subjetividade como objeto de estudos desta Ciência, penso que mais um esclarecimento se tornou possível a este respeito: ao insistir no enfoque social, de maneira direta, a Psicologia não está fomentando, arriscadamente, uma “desintegração do indivíduo” no coletivo? A Psicologia, como Ciência do psiquismo (o que é diferente de Ciência da mente), não deveria investir todas as suas energias para “integrar o social no indivíduo?”. Na verdade, me parece exageradamente óbvio que, uma vez estando o psiquismo - sempre subjetivo - integrado (princípio do prazer + princípio da realidade; consciente + inconsciente + inconsciente coletivo; pulsão de vida + pulsão de morte; anima + animus; sombra + arquétipos; id + ego + superEu; etc), a sociabilidade estará garantida, consequentemente.

Já o contrário, também me parece evidente, ou melhor, se a Psicologia continuar insistindo diretamente no social, ela estará contribuindo pouco para a sociabilidade e menos ainda, para a integração psíquica dos indivíduos, estes que formam os coletivos e a sociedade como um todo. Aliás, me parece que a necessidade de tantas leis, é um resultado inevitável, para esta situação, ou melhor, quando o social não está integrado no psiquismo/indivíduo, só a lei para obrigar (e/ou as religiões?).

Enfim, felizmente eu sei que a grande maioria dos profissionais da área da Psicologia, atendem indivíduos/sujeitos/subjetividades/psiquismos, ou seja, estão honrando, efetivamente, com a função social da Psicologia, esta que se dá de forma indireta. De forma direta, enquanto Ciência, a

Psicologia se debruça apenas sobre o psiquismo/o subjetivo, que precisa ser integrado, na maioria das vezes.

Encerro deixando perguntas: é possível uma sociedade melhor sem sujeitos integrados/organizados psíquicamente? É possível mudar um psiquismo (subjetivo) de fora para dentro? Forçar a sociabilidade não é desumano? Desintegrar o indivíduo/subjetivo não é uma estratégia de domínio?

## 42. O TRIPÉ DA PSICANÁLISE X A PRÁTICA EM PSICOTERAPIA

Envolto no Estágio em Clínica, do curso de Psicologia (que não é estágio em Psicanálise; na verdade nem sei se tem estágio em Psicanálise, pois o caminho formativo é outro), também ando envolvido em diversas reflexões e questionamentos a respeito da minha prática profissional futura. Convém informar ainda, que também ando envolto com inúmeras dúvidas, uma vez que a Psicologia prepara para a Psicoterapia, entretanto, a linha teórica do curso que frequento é Psicanálise, esta que, por sua vez, requer/recomenda outro caminho formativo (uma pós-graduação específica?), ou melhor, requer uma base teórica, análise pessoal e a supervisão dos atendimentos.

Mas, ignorando esse “emaranhamento” entre Psicologia e Psicanálise, já “clivado” na formação acadêmica brasileira, gostaria de entabular uma reflexão construtiva a respeito da futura profissão.

Então, retomando a recomendação do pai da Psicanálise, temos um tripé, necessário para que alguém possa exercer a profissão de psicanalista: a teoria - para aprender o conteúdo técnico e os conceitos essenciais/fundamentais (conhecimento); a análise pessoal - o psicanalista precisa seguir sendo analisado por outro profissional, durante o tempo em que quiser atuar como psicanalista (autoconhecimento); e a supervisão - seguir as orientações e os estudos de casos com o auxílio de um psicanalista mais experiente (acompanhamento dos atendimentos/da prática).

Ao lado disso, de mãos dadas muitas vezes, caminha a formação/graduação em Psicologia, que por sua vez, prepara futuros profissionais para atuarem como psicoterapeutas (e não como psicanalistas). Certo que a formação teórica da graduação em Psicologia é bem maior que uma pós-graduação em Psicanálise. Graduação que também exige estágios práticos, no intuito de solidificar aquela teoria acadêmica toda. Entretanto, a graduação em Psicologia não requer a “análise pessoal”, ou melhor, que o acadêmico esteja em atendimento psicoterápico pessoal (aliás, suspeito que muitos se formem em Psicologia sem nunca ter pisado num consultório psicológico), nem exige que o futuro profissional da Psicologia faça a supervisão de seus atendimentos.

Que nó.

Acho que a “família Borromeo” - e Lacan - ficaria com inveja deste nó formativo que atamos.

Entretanto, apesar de tudo, me parece que há um “enlace” possível e até mesmo, necessário para ser um responsável profissional da Psicologia: a supervisão complementaria uma base teórica viciada por veias teóricas, ou melhor, alguém da educação, como eu, pode ser condicionado por interpretações muito pedagógicas e pouco psicológicas. A supervisão também pode complementar a falta de base teórica, uma vez que durante a graduação em Psicologia, muitos alunos nunca compraram um livro da área e/ou nunca pisaram na biblioteca para pesquisar e/ou são alérgicos à leitura de livros a fim de aprofundar algum estudo psicológico; a análise pessoal pode complementar a falta de prática na área da Psicologia, ou, até mesmo, complementar a pouca experiência de vida de muitos acadêmicos, que acabaram de sair do Ensino Médio e já adentraram numa área tão complexa quanto a Psicologia (será que não é mais complexa até mesmo que a área da Medicina?). Além é claro, da análise/psicoterapia pessoal ser um momento e movimento fundamental para a própria estruturação psíquica, indispensável para um atendimento profissional responsável e ético, afinal, o paciente/cliente não precisa de um companheiro; por fim, o aprofundamento teórico - a teoria - precisa prosseguir ao longo da futura prática profissional, sobretudo para seguir-se com uma prática bem embasada teoricamente, afinal, a prática se alimenta da teoria, assim como a teoria pode ser alimentada pela prática clínica.

Enfim, lutemos, “desatemos” e brilhemos profissionalmente, para que a Psicologia (comportamental, cognitiva, psicanalítica/do inconsciente...) siga progredindo como uma Ciência - única - do psiquismo humano, este que sempre é organização/estruturação subjetiva, mesmo que em contínua interação com outros.

## 43. A REJEIÇÃO PRIMORDIAL E O NASCIMENTO DO PSIQUISMO/SUBJETIVO

**M**inha hipótese é que na vida intra-uterina todo feto se “sente” num paraíso, afinal, é carregado de um lado para outro como um rei, alimentado e nutrido continuamente, passando os dias imersos nas “águas” daquele paraíso. Claro que em muitos casos o lado externo deste paraíso é um inferno.

E eis que, um dia, vem a expulsão do paraíso. (seria esta a expulsão do paraíso descrita no Gênesis?)

O trauma primordial ocorre.

A rejeição que “pare” – de parir - o psiquismo humano. Psiquismo que é nossa condição/estrutura emocional (e não mental).

O ser subjetivo é parido, pois é ele que vivenciou naquele momento, a expulsão e “sentiu” o ocorrido como “a rejeição”. Em termos psicanalíticos poderia se dizer que o “sujeito” passou a se sentir “objeto” também, ou seja, a estrutura psíquica sujeito-objeto nasceu. Afinal antes, na vida intra-uterina, ele era só sujeito – único, inclusive com o corpo da mãe – e ao ser separado daquele corpo, a unicidade também é cindida, de forma que o sujeito passa a ser também, objeto, graças a traumática e precoce vivência da expulsão/rejeição.

Não há culpa original, como a religião inventou.

Há apenas, uma expulsão orgânica. Mas veja, ninguém tem culpa disso. Nem a mãe, nem o nascituro. É simplesmente um processo natural.

Claro que essa experiência precoce e traumática de expulsão/rejeição, pode ser enormemente amenizada – ou agravada - pelas contingências externas e nisso, lamento informar, mas os pais tem toda responsabilidade, ou culpa. Evidente que depois, o sujeito precisa – ou deveria - assumir a responsabilidade pela sua “ré” estrutura psíquica, mas, bem sabemos, que a maioria prefere continuar culpando os outros pela própria desorganização psíquico-emocional, ou seja, a rejeição/expulsão primordial se apoderou de uma existência inteira.



## 44. ENERGIA PSÍQUICA: SEXUAL OU DE DINHEIRO, OU...

Freud dedicou sua vida de pesquisador em torno da questão da “energia” que move o ser humano. Intrigado com a técnica da hipnose e com as experiências de Charcot, logo ficou claro que não era o físico/orgânico que “comandava” o humano, afinal, a pessoa hipnotizada conseguia fazer o que em circunstâncias normais não lhe era possível, como por exemplo, até mesmo caminhar. Enfim, estava claro que o problema não era físico, mas que havia alguma outra “força” que impedia a pessoa de caminhar. Possivelmente, no período medieval isso seria atribuído a bruxaria ou a outras credices.

Entretanto, lamentavelmente, Freud restringiu tudo ao mental, ou seja, aquela “força” que impedia a pessoa de caminhar seria mental. Mental “inconsciente-consciente” foi a grande hipótese de Freud para explicar a energia que move o ser humano. Felizmente, graças a Freud, as credices medievais aumentaram a perda de espaço para as pesquisas e especulações racionais-científicas, na busca de entendimentos e explicações para a “energia-força” que move as pessoas.

Mesmo focando demasiadamente no mental, ficou evidente que a energia movente era interna e não externa a pessoa,

Na verdade, também está visível na teoria freudiana, que ele forçou a sua hipótese mental em tal medida, que o racional tentava continuamente engolir o animal, em sua teoria. Entretanto, felizmente, essa “digestão” nunca foi possível/definitiva, já que a condição animal sempre continuava lá, e pior, engolindo o racional em muitos momentos (da sexualidade?). Enfim, para não dar o braço a torcer, Freud ensacou tudo no “mental inconsciente-consciente”: instintos, sexualidade, emoções, corpo... tudo acabou no saco do “mental”.



## **45. A REJEIÇÃO PRIMORDIAL E O NASCIMENTO DO PSIQUISMO/SUBJETIVO**

**M**inha hipótese é que na vida intra-uterina todo feto se “sente” num paraíso, afinal, é carregado de um lado para outro como um rei, alimentado e nutrido continuamente, passando os dias imersos nas “águas” daquele paraíso. Claro que em muitos casos o lado externo deste paraíso é um inferno.

E eis que, um dia, vem a expulsão do paraíso. (seria esta a expulsão do paraíso descrita no Gênesis?)

O trauma primordial ocorre.

A rejeição que “pare” – de parir - o psiquismo humano. Psiquismo que é nossa condição/estrutura emocional (e não mental).

O ser subjetivo é parido, pois é ele que vivenciou naquele momento, a expulsão e “sentiu” o ocorrido como “a rejeição”. Em termos psicanalíticos poderia se dizer que o “sujeito” passou a se sentir “objeto” também, ou seja, a estrutura psíquica sujeito-objeto nasceu. Afinal antes, na vida intra-uterina, ele era só sujeito – único, inclusive com o corpo da mãe – e ao ser separado daquele corpo, a unicidade também é cindida, de forma que o sujeito passa a ser também, objeto, graças a traumática e precoce vivência da expulsão/rejeição.

Não há culpa original, como a religião inventou.

Há apenas, uma expulsão orgânica. Mas veja, ninguém tem culpa disso. Nem a mãe, nem o nascituro. É simplesmente um processo natural.

Claro que essa experiência precoce e traumática de expulsão/rejeição, pode ser enormemente amenizada – ou agravada - pelas contingências externas e nisso, lamento informar, mas os pais tem toda responsabilidade, ou culpa. Evidente que depois, o sujeito precisa – ou deveria - assumir a responsabilidade pela sua “ré” estrutura psíquica, mas, bem sabemos, que a maioria prefere continuar culpando os outros pela própria desorganização psíquico-emocional, ou seja, a rejeição/expulsão primordial se apoderou de uma existência inteira.



## 46. INCONSCIENTE = CONDUTOR DA VIDA SUBJETIVA

Faz dias que ando cogitando a hipótese do Inconsciente como condutor da existência subjetiva, mas num sentido construtivo, bem diferente daquele Inconsciente freudiano e também, divergente, em boa medida, daquele junguiano, em ambos, um inconsciente exclusivamente mental, mesmo que Jung tivesse ampliado o entendimento para um inconsciente coletivo, mais ainda, coletivo-mental.

Mas então, e se o inconsciente fosse o condutor da tua existência num sentido construtivo? Querendo que cada um cresça e amadureça como sujeito? Bem divergente do inconsciente problemático e emblemático de Freud, também, por sua vez, condutor da vida, mas, em direção ao caos, sempre cobrando algo.

Porém, e se não for cobrança e caos, mas, um desafio na esperança que eu amadureça um pouco mais, aos poucos?

Essa concepção, inclusive tiraria a excessiva “responsabilidade” que Freud colocou nas costas das crianças, ou melhor, na nossa fase infantil do desenvolvimento. Assim como, criaria um questionamento para as religiões, afinal, não teria mais um condutor externo, pelo contrário, a condução da existência de cada indivíduo se daria de dentro para fora, claro que ainda continuará sendo o inconsciente, isto é, algo pouco consciente//claro para cada um.

Mas, vamos ver rapidamente, o que já foi dito sobre ele:

Inconsciente freudiano

O inconsciente, na psicologia e psicanálise, refere-se a uma parte da mente que contém pensamentos, desejos, memórias e sentimentos dos quais a pessoa não tem consciência direta. É um conceito fundamental na teoria psicanalítica de Freud, que o descreveu como a camada mais profunda da mente, onde residiria a maior parte da atividade psíquica.

O inconsciente não é apenas, para Freud, uma área de armazenamento, mas um sistema ativo que influencia pensamentos, sentimentos e comportamentos, mesmo sem o conhecimento consciente. O inconsciente opera de maneira diferente da consciência, com lógicas e

mecanismos próprios, como a condensação e o deslocamento, identificados por Freud.

O inconsciente contém experiências/vivências reprimidas, desejos proibidos, traumas, medos e fantasias, muitos dos quais, inacessíveis à consciência.

Freud considerava o inconsciente como a chave para entender a dinâmica da mente humana e para o tratamento de transtornos mentais. A psicanálise busca trazer à consciência os conteúdos reprimidos no inconsciente, a fim de aliviar o sofrimento psíquico e promover o desenvolvimento pessoal.

O inconsciente não está presente apenas no setting terapêutico. Ele também se manifesta em nossas escolhas, reações emocionais, lapsos de fala, em nossos sonhos... Assim, compreender o inconsciente pode ajudar a entender melhor a nós mesmos e aos outros, e a tomar decisões mais conscientes.

Em resumo, o inconsciente é uma parte fundamental da nossa vida mental, comparável a um “depósito” de experiências e desejos que moldam nosso comportamento e emoções, na existência cotidiana, mesmo que não estejamos cientes disso. A psicanálise busca explorar e trazer à consciência esses conteúdos, a fim de promover a saúde mental e o autoconhecimento.

## Inconsciente junguiano

Na psicologia junguiana, o inconsciente se divide em duas categorias principais: o inconsciente pessoal e o inconsciente coletivo. O inconsciente pessoal contém experiências reprimidas, esquecidas e reprimidas do indivíduo, semelhante ao inconsciente freudiano. Já o inconsciente coletivo é uma camada mais profunda, compartilhada por toda a humanidade, e é composta por arquétipos, padrões universais de pensamento e comportamento.

Para Jung, o inconsciente não é apenas um lugar de conteúdos reprimidos, mas uma fonte de criatividade, intuição e sabedoria.

A compreensão e integração do inconsciente são vistas como essenciais para o processo de “individuação”, que é o desenvolvimento da personalidade e a realização do potencial subjetivo.

## Inconsciente condutor da existência subjetiva

Então, retomando a hipótese inicial: e se o inconsciente for um/o condutor da vida de cada um de nós em direção ao desenvolvimento humano? Por exemplo, ele opta por uma doença na esperança de me ajudar a amadurecer internamente através dela, através das dores e sofrimentos, ele pretende que eu comece a enxergar a vida de uma outra forma.

Cada um tem a vida que precisa ter para “tentar” amadurecer. E é o inconsciente que dirige esse projeto subjetivo.



## 47. UMA ANALOGIA POSSÍVEL ENTRE O SILENCIO E AS RAÍZES DE UMA ÁRVORE

As raízes de uma árvore crescem em silêncio.

Uma analogia possível entre o silêncio e as raízes de uma árvore.

Comumente as pessoas se impressionam com a copa de uma árvore, ou melhor, com a viçosidade de uma árvore. Tiram milhares de fotos perante essa parte majestosa da árvore.

Comumente, as pessoas também se impressionam com aquilo que enxergam numa pessoa: um corpo esbelto, ou musculoso, ou o carrão no qual chega, ou com as roupas que estão ostentando...

Entretanto, nos dois casos, não é notado, o que está por debaixo daquilo tudo, ou seja, as raízes da árvore, e por que não, as “raízes” da pessoa. Ocorreu-me agora, que há algo incomparável nesta analogia, qual seja, uma árvore frondosa PRECISA de raízes profundas ou de muuuitas raízes menos profundas, já uma pessoa “extravagante”, geralmente tem poucas raízes e sempre superficiais, pois a “extravagância humana”, normalmente, é uma fuga do silêncio e sem silêncio interior - e exterior - também não há profundidade.

As raízes de uma árvore crescem em silêncio e no “anonimato” e graças a isto - silêncio, anonimato e raízes profundas - uma árvore frondosa se desenvolverá e sustentará.

Então, considerando a analogia possível, comecei a pensar no medo do silêncio do ser humano e na grande superficialidade em que vivemos.

Seria exagero da minha parte pensar que, o nível de profundidade/ interioridade das pessoas pode ser comparado com o nível de silêncio que cada um suporta? (Convém dizer de imediato que silêncio é bem diferente de isolamento; ficar quieto no celular... também não é silêncio; uma mente “histérica” é o oposto de raízes crescendo em silêncio).

Se você tiver interesse - ou coragem - faça um inventário dos barulhos do teu dia a dia e possivelmente, descobrirás a profundidade da tua vida interior. Aliás, a vida mais solidária e caridosa possível, ainda pode ser uma “extravagante” fuga do silêncio pessoal.

Ou, por fim, será que a vida humana é comparável apenas, a um pé de milho, que não tem raízes profundas e com qualquer estiagem ou sol forte já murcham e até morrem?

## **48. MENTIRAS E PROMESSAS: CAUSAS OU SINTOMAS DE IMATURIDADE PSÍQUICA?**

Mentiras e promessas: causas ou sintomas de imaturidade psíquica?

Indo direto ao que precisa ser dito: quantas vezes você já mentiu hoje? E quantas promessas você fez na última semana?

Ainda: por que você mente? Por que mentimos tanto?

Evidente que aqui estou me referindo a mentira intencional. Mentira consciente, ou seja, nada de dar a culpa para o inconsciente.

Quem sabe, um questionamento pertinente ainda, seria: quando comecei a mentir? Certamente a resposta será unânime admitindo que começamos a mentir na infância, na pré-adolescência. Em geral, é uma forma de autodefesa, logo, revelando que há algo para ser defendido e algo do que se defender.

Considerando que as crianças também mentem para outras crianças - e não somente para os adultos - parece ser possível ratificar que a mentira é, de fato, uma autodefesa. Mas, o que uma criança quer defender tanto? A sua imagem, a sua aceitação, a sua não rejeição...?

Claro que ela tem exemplos de sobra para ir aprendendo e crescendo num mundo de mentiras, ou, o papai noel existe de fato? Então veja, caro pai e prezada mãe, no mínimo, uma vez por ano, você mente “cerimoniosamente” (evitei o termo “religiosamente” para evitar mal entendidos) para o seu filho/filha.

Aqui, poderiam ser elencadas milhares de outras mentiras que o adulto aplica aos infantes, mentindo assim, para si mesmo que isso não é nada de grave, ou pior, que é para o bem da criança.

Parece que a mentira é inevitável mesmo. Faz parte da condição humana. Quem sabe seja por isso que o ser humano precisou começar a fazer promessas para os outros, como que reconhecendo: sou mentiroso nato, por isso preciso prometer para tentar convencer alguém, novamente.

Penso que todos concordarão comigo, que uma pessoa séria/honrada, não precisa prometer nada, pois a confiabilidade o precede. Na realidade, esta pessoa nem está preocupada com a confiabilidade dela, afinal, ela não precisa se autodefender ou se autopromover frente a ninguém, pois ela está segura consigo mesma no sentido de ser autossuficiente, ou melhor, não

precisa usar ninguém para se sentir bem. Não precisa de aplausos externos, assim como não precisa da aprovação dos outros, pois ela sabe o que é e o que precisa ser. Mentir e fazer promessas não fazem sentido algum para ela, apenas revelam psiquismos infantis, em busca de reconhecimento externo.

Viver o que é real - e não o ilusório/ideal - é o que importa para a pessoa adulta.

## 49. “VERGAS” PSÍQUICAS

Primeiramente convém explicar o conceito verga: se refere ao sulco feito na terra por um arado. Entretanto, o detalhe que quero aproveitar aqui, requer que este arado seja puxado por bois e ao arar a terra de um lado para outro, um dos bois sempre estará caminhando pela verga feita na volta anterior, o que possibilita um arar contínuo da terra e um caminhar/puxar dos bois, também constante e adequado.

Outro exemplo de verga poderia ser aquele trilho que o gado vai fazendo ao longo de seu caminhar por um potreiro. Eles tendem a passar sempre no mesmo trilho, que vai afundando aos poucos até virar uma verga na terra, claramente visível e fielmente mantida dia a dia. Curiosamente, eles podem ter milhares de metros quadrados à disposição para caminhar, mas, seguirão o trilho de sempre quando precisarem atravessar um campo.

Isso posto, parece que também criamos “vergas psíquicas” pelas quais seguimos caminhando fielmente, dia a dia. Aliás, parece que construímos várias vergas que vão nos apontando o caminho rotineiro, este que nem sempre pode ser o melhor, entretanto, a verga nos atrai e acabamos caindo na mesma verga de sempre quando, por exemplo, entro num relacionamento conjugal. Já em relação ao meu trabalho/emprego, a verga é outra, e quando percebo, estou nela, seguindo um traçado que muitas vezes nem faz mas sentido. Quando o assunto é dinheiro, gastar, economizar dinheiro etc, a verga se altera para mim, outra vez e sem perceber, muitas vezes, teimo em caminhar pelo trilho de sempre, trilho que me levará, fatalmente, ao destino de sempre.

Então, parece que temos, de fato, “vergas psíquicas” que não conseguimos superar. Podemos abandoná-las por um tempo, ou seja, por exemplo, fiquei solteiro, que significará outro “campo” para mim, mas, quando volto para o campo conjugal, novamente, tenderei a seguir o trilho psíquico-emocional já feito anteriormente.

Sendo assim, convém tomarmos, ao menos, consciência das nossas “vergas psíquicas”. Superá-las é outra questão, na qual a Psicologia - análise pessoal/psicoterapia - pode ajudar.

Saber dos meus trilhos, velhos e pisoteados trilhos, pode ser o começo da mudança para melhor.

Claro que em alguns “campos” da minha vida, convém seguir, simplesmente, a verga de sempre, inclusive já andada pelos antepassados, mas em outros, pode ser necessário mudar.

# **50. PSICOLOGIA SOCIAL: ENTRE A VULNERABILIDADE SOCIAL E A PSÍQUICA**

## **Introdução**

Partindo do Estágio de Psicologia realizado no CRAS - Centro de Referência de Assistência Social, foi possível verificar continuamente, um esforço hercúleo e nobre, de toda equipe do CRAS, em buscar atender da melhor forma possível, as demandas sociais das pessoas, ou melhor, dos usuários que vinham em busca desse serviço. Entretanto, a questão psicológica que ecoava: qual a da relação entre a vulnerabilidade social e a psíquica desses usuários?

## **A vulnerabilidade social**

O cenário nacional, segue marcado por elevados índices de vulnerabilidade social, que se refletem tanto em condições materiais precárias quanto em desafios psíquicos significativos. Segundo a Síntese de Indicadores Sociais 2024, elaborada pelo Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE), a taxa de pobreza no Brasil apresentou redução, passando de 31,6% em 2022 para 27,4% em 2023, atingindo o menor patamar desde 2012, o que representa cerca de 8,7 milhões de pessoas que saíram dessa condição (IBGE, 2024). Paralelamente, a extrema pobreza recuou de 5,9% para 4,4%, impactando aproximadamente 9,5 milhões de brasileiros (IBGE, 2024). Apesar dessa melhora, ainda persistem condições graves de vulnerabilidade, com cerca de 59 milhões de pessoas vivendo com renda per capita inferior a R\$ 665 mensais e 9,5 milhões abaixo do limite de R\$ 209 (IBGE, 2024).

Outrossim, a pobreza não é homogênea, atingindo de maneira desproporcional grupos historicamente marginalizados, como mulheres (28,4%), pessoas negras (pretos e pardos, entre 30% e 35%) e crianças e adolescentes até 14 anos (44,8%) (IBGE, 2024). As regiões Norte e Nordeste apresentam índices ainda mais alarmantes, com taxas superiores a 47% (IBGE, 2024). Além disso, o Censo Demográfico de 2022 revelou que cerca de 8,1% da população brasileira, equivalente a 16,4 milhões de pessoas, reside em favelas, locais caracterizados pelo acesso irregular a

serviços básicos essenciais, tais como saneamento, saúde e educação (IBGE, 2022).

Esses dados refletem um quadro complexo de vulnerabilidade social e carência material que perpassa o campo de atuação do CRAS, inserido nas políticas públicas de proteção social. A Agenda 2030 das Nações Unidas, por meio dos Objetivos do Desenvolvimento Sustentável (ODS), especialmente o ODS 1 (Erradicação da Pobreza), ODS 3 (Saúde e Bem-Estar) e ODS 10 (Redução das Desigualdades), orienta as estratégias para a promoção do desenvolvimento social integrado e sustentável, alinhando assim, o fazer do CRAS à perspectiva global de combate às vulnerabilidades.

Diante desse contexto - e de teorias psicológicas estudadas - emerge a indagação fundamental: é possível desvincular a vulnerabilidade social/material da vulnerabilidade psíquica? A literatura científica demonstra que as condições socioeconômicas adversas impactam diretamente a saúde mental e a construção subjetiva dos indivíduos (WHO, 2021; Silva et al., 2023). Contudo, estudos apontam para a existência de processos subjetivos resilientes, que possibilitam a reorganização psíquica e a ressignificação das experiências traumáticas, mesmo em contextos de extrema pobreza (Masten, 2018). Assim, torna-se essencial refletir sobre a dimensão subjetiva da vulnerabilidade e o papel do psicólogo no CRAS para promover intervenções que transcendam a vulnerabilidade material, integrando uma acolhida e escuta aprofundada e sensível, procurando viabilizar a conscientização dos sujeitos e quiçá, potencializar “ancoragens psíquicas” que nutram o viver saudável em condições e situações adversas.

Essa análise é fundamental para compreender a complexidade do sofrimento vivido pelas populações atendidas e para viabilizar práticas psicológicas que dialoguem com as demandas sociais/coletivas e subjetivas/pessoais, ampliando a perspectiva de transformação, a ressignificação psíquica e a emancipação dos indivíduos/usuários em situação de vulnerabilidade social.

## **Metodologia**

Este trabalho caracteriza-se como uma pesquisa de natureza qualitativa, com enfoque teórico-reflexivo. A metodologia adotada baseia-se em uma análise bibliográfica, ancorada em obras de referência no campo da Psicologia Social, da Psicanálise e das Políticas Públicas de Assistência Social.

A análise teórica parte de um levantamento sistemático de literatura acadêmica e institucional, envolvendo autores como Freud, Foucault, Spinoza e Dejours, bem como documentos oficiais como a Tipificação Nacional dos Serviços Socioassistenciais, a Política Nacional de Assistência Social (PNAS) e as resoluções do Conselho Federal de Psicologia. As contribuições desses referenciais permitiram problematizar a relação entre vulnerabilidade social e vulnerabilidade psíquica, especialmente, no contexto da atuação do psicólogo no CRAS.

A partir desse referencial, a reflexão foi conduzida de modo a integrar aspectos subjetivos da constituição do psiquismo com as condicionantes sociais e materiais, que atravessam a vida dos usuários do CRAS, da assistência social. Trata-se, portanto, de uma investigação de cunho teórico-reflexivo, que visa provocar um debate crítico sobre a prática profissional do psicólogo em contextos de vulnerabilidade social.

## **A vulnerabilidade psíquica**

No começo do curso de Psicologia, fiquei desapontado com o foco excessivo no mental, com raros acenos para a nossa condição emocional. Como fui notando que a Psicologia toda, ou melhor, de praticamente todos os continentes, fora fundada por médicos neurologistas, optei por me recolher na minha insignificância de neófito dessa nova ciência, nova para mim e nova no mundo humano (tem apenas uns 150 anos).

Enfim, basta dizer que os médicos seguem mandando em tudo e a Psicologia segue rendida à Neurologia, no “mental”. Infelizmente o Freud, como médico que era, também não superou o paradigma mental, tanto que para a Psicanálise pré-consciente, consciente e inconsciente são condições mentais, apenas.

Para complicar, a minha perplexidade foi agravada ao notar que, inconsistentemente, os Psicólogos de formação - ou seja, os não médicos - estão confundindo Psicologia com Sociologia. Ao menos essa confusão o Freud evitou (e os demais médicos também).

Até parece que a Neurologia cedeu lugar à Sociologia na Psicologia, e esta, enquanto Ciência, segue sem se encontrar. Ou seria melhor dizer que as pessoas continuam sem entender a Psicologia como uma Ciência autônoma?

Aliás, qual é o objeto de estudos/trabalhos da Psicologia enquanto Ciência? E qual é o objeto de estudos/trabalhos da Medicina? E da Sociologia enquanto Ciência?

A questão não é isolar a Psicologia, muito menos ainda, defender que o psiquismo se forma e se desenvolve longe do convívio social. Entretanto, o psiquismo é sempre subjetivo, ou seja, eu tenho a minha organização psíquica e você tem a tua, assim como também, cada um reagiu/reage de uma maneira, perante um contexto social específico, contexto que por sua vez, também o influencia.

Então, a organização psíquica de cada pessoa é única, inclusive, a de gêmeos univitelinos, gerados pelos mesmos pais, criados na mesma família e influenciados pelo mesmo meio social-cultural.

Parece que o objeto de estudos e de trabalho da Psicologia deveria ser esta organização - ou desorganização - subjetiva, que sempre é única. Este psiquismo que uma vez “conhecido” pelo seu proprietário/organizador, trará um imenso retorno pessoal e poderá resultar em significativas contribuições no seu entorno social, mas insisto, um nobre retorno social é consequência de um psiquismo estruturado/organizado. Raramente o contrário dá certo.

A Psicologia não pode se ocupar com todos os problemas sociais/externos que afligem uma pessoa, mas, precisa se ocupar com todos os sintomas psíquicos/internos que afligem aquela pessoa.

Por exemplo: uma mulher grávida, já com três filhos pequenos, morando sozinha, numa casinha precária, dependente do “bolsa família” e de outras ajudas sociais, ainda pode ser uma fortaleza psíquica para os seus 4 filhos. Criá-los com tanto carinho e dedicação emocional que os filhos se sentirão mais seguros/desejados por essa mãe humilde e sozinha, do que aquele filho único de mãe empresária e pai fazendeiro, mas que pagam uma cuidadora para dar conta do filho único, este que não se sente “desejado” por nenhum dos três, o que pode resultar em desorganização psíquica para uma vida toda.

Enfim, a questão psíquica não se restringe, direta e exclusivamente, à classe social a qual se pertence.

Ou ainda: vulnerabilidade material não implica, necessariamente, em vulnerabilidade psíquica. Afinal, nesse caso, o pessoal das classes abastadas jamais teriam problemas psicológicos.

Acho que aqui, convém repetir: sabemos, muito bem, que é na convivência com os outros que o psiquismo se desenvolve. Sim, somos seres sociais. Assim como também está claro que as condições materiais, sociais, culturais e/ou religiosas também podem influenciar, enormemente, a organização psíquica subjetiva.

Aliás, falando em religião - e lembrando da questão da neutralidade na Psicologia - no livro Psicologia e Alquimia, Carl Gustav Jung deixa claro que o inconsciente é pagão, ou seja, a religião não faz parte da estrutura inconsciente, portanto, é um construto do consciente. E a Psicanálise, assim como a Psicologia Analítica, buscam sempre - ou deveriam buscar - a causa dos sintomas no inconsciente, lá onde, então, não existe religião. Pior que já criaram a psicologia da religião.

E se o inconsciente também não tiver classe social, assim como não tem religião?

Continuando a questão da “neutralidade” na Psicologia... e considerando a teoria de Freud sobre a bissexualidade inata no humano, não parece absurdo cogitar que, para ele, o inconsciente também é outro em relação à “sexualidade”. Apesar dele focar, exageradamente, na sexualidade como causa da maioria dos problemas psíquicos das pessoas. Mas, ele também sempre focou na busca das causas dos sintomas no inconsciente, lá onde todos somos bissexuados.

Outra questão que implica em “neutralidade” na teoria freudiana é o “tempo”, ou melhor, para Psicanálise, o inconsciente é considerado atemporal, logo, não se submetendo à ordem linear do tempo consciente. Isso significa que os conteúdos inconscientes, como memórias, desejos e conflitos, não estão sujeitos à passagem do tempo - a cronologia - como na consciência. Em vez de uma sucessão de acontecimentos, o inconsciente comporta uma simultaneidade de memórias, onde o passado, presente e futuro não se distinguem, o que transparece nos sonhos.

Então, a Psicanálise busca sempre - ou deveria buscar - a causa dos sintomas no inconsciente de cada sujeito, lá onde não existe gênero definido, nem tempo cronológico. Será que por isso a Psicanálise é tão desafiante e difícil de ser “praticada”? Só sustentar uma escuta, já é um desafio gigantesco para egos histéricos, imaginemos então, como acessar o inconsciente, como “pescar” (que requer muito silêncio, também) o inconsciente. Aliás - aproveitando a analogia com a pesca - é possível o ego do analista pescar o inconsciente do analisando? Ou só é possível o

inconsciente do analista pescar o inconsciente do analisando? Infelizmente, o mais comum, é apenas o ego do analista e o ego do analisando se notarem.

E se o inconsciente também não tiver classe social, assim como não tem gênero nem tempo cronológico?

Pois então, caros psicólogos sociais, chegou o momento - consciente e presente - de perguntar se o inconsciente tem classe social. Claro que, outra pergunta importante seria: a Instituição CRAS, permite ir além do “consciente” e dos sintomas?

Provocação feita, lembro do exemplo citado anteriormente, o da mulher grávida do quarto filho e em sérias situações de vulnerabilidade material, que, afinal, ainda pode ser uma mãe que sustenta o desejo dos filhos, apesar das desafiadoras circunstâncias externas. Assim como é bem comum ver que pais de classe social melhor, não sustentam nem o próprio desejo, muito menos conseguem sustentar o desejo do filho único, o que, curiosamente, é mais comum na classe média e alta.

Mas então, afinal, por que a Psicologia também está se rendendo ao assistencialismo social? Insistindo em buscar, excessivamente, fora dos sujeitos os motivos da vulnerabilidade psíquica.

Quem sabe, a questão que precisa ser esclarecida é distinguir mais e melhor a vulnerabilidade social/material da vulnerabilidade psíquica. Caso contrário a Psicologia se resignará em escutas parciais/assistenciais, pois perdeu seu objeto científico.

## Resultados e discussão

A partir da provocação teórica-reflexiva desenvolvida, observa-se que a atuação do psicólogo no Centro de Referência da Assistência Social (CRAS) exige uma compreensão ampliada do sujeito, que considere simultaneamente os aspectos subjetivos e as condicionantes sociais que atravessam as vivências da vulnerabilidade. A vulnerabilidade social, enquanto expressão das desigualdades estruturais — como pobreza, racismo, exclusão de direitos e violências institucionais — pode ser dissociada da vulnerabilidade psíquica, que se manifesta por meio de sofrimentos silenciosos, inibições, angústias e adoecimentos psíquicos singulares.

A literatura analisada indica que há um risco de psicologização da pobreza, quando se atribui, exclusivamente, à dimensão coletiva a responsabilidade por condições historicamente produzidas. Também Freud

(1920), ao discutir o mal-estar na civilização, aponta que a repressão social e as imposições culturais geram tensões psíquicas inevitáveis. Foucault (1979), por sua vez, contribui ao revelar como os saberes e práticas institucionais — como as da assistência social — produzem modos de subjetivação, disciplinamento e normalização dos corpos e condutas.

Spinoza (1677) propõe uma visão potente da afetividade, compreendendo que os corpos são atravessados por forças que aumentam ou diminuem sua potência de agir. Essa perspectiva é retomada por autores contemporâneos, como Deleuze e autores da Psicologia Social Crítica, ao analisarem como os afetos são mobilizados no encontro com a miséria, o sofrimento e a violência cotidiana. Christophe Dejours (1992), ao tratar da centralidade do trabalho na construção da saúde mental, alerta para os efeitos psíquicos da exclusão produtiva (realidade que atravessa os sujeitos atendidos pelo CRAS).

Diante desse cenário - e das reflexões teóricas entabuladas até o momento - a análise teórica reforça que a prática profissional no SUAS requer o enfrentamento de uma lógica meritocrática e patologizante, substituindo-a por um olhar que acolhe e escuta os sujeitos envoltos em sofrimento devido à vulnerabilidade social e material, entretanto, não “sentenciados” a isso e por isso, psiquicamente.

Ao problematizar a atuação do psicólogo no CRAS, à luz da vulnerabilidade psíquica, o presente escrito pretende contribuir para ampliar a compreensão do sofrimento não como mera patologia coletiva, mas também, como expressão subjetiva de processos significantes. Essa compreensão fortalece a atuação ética e comprometida com os princípios da organização psíquica subjetiva e da emancipação possível, dos sujeitos em situação de vulnerabilidade social.

## Considerações finais

A análise teórica realizada neste trabalho indica que a atuação do psicólogo no CRAS, diante da realidade da vulnerabilidade social, exige um compromisso ético-profissional com a dignidade humana e o enfrentamento das condições, também, psíquicas. A vulnerabilidade, longe de ser apenas uma característica social e coletiva, se constitui também, como vivência pessoal, atravessada por desigualdades estruturais que impactam profundamente os modos de existir dos sujeitos.

Ao reconhecer que o sofrimento psíquico nas populações atendidas pelo CRAS está intrinsecamente relacionado, também, às condições de vida precárias, à exclusão social e às violências institucionais, reafirma-se a importância de uma acolhida e escuta qualificada, que vá além da psicologia tradicional e diagnosticante. A prática do psicólogo deve acolher as expressões subjetivas do sofrimento sem desconsiderar os condicionantes sociais que o produzem, integrando saberes da Psicologia, da Assistência Social, da política, da ética e da filosofia.

A leitura de autores como Freud, Foucault, Spinoza e Dejours contribui para expandir o campo de compreensão do sofrimento humano, apontando para a necessidade de práticas profissionais que não, apenas, intervenham sobre os sintomas, mas que também, questionem e enfrentem as estruturas que perpetuam a miséria, a desigualdade e a exclusão.

Dessa forma, este estudo reforça a urgência de um debate crítico, comprometido com os princípios do SUAS e com a construção de políticas públicas que considerem mais a subjetividade, a singularidade e a potência dos sujeitos. O psicólogo no CRAS não deve ocupar, apenas, o lugar de técnico, mas, de agente de transformação pessoal-psíquica, que por sua vez, repercutirá positivamente no social.

Buscamos provocar assim, no decorrer deste escrito, um questionamento em torno dos impactos dos contextos de vulnerabilidade social na construção do psiquismo/da subjetividade. Depreender como se dá a construção de um contexto de vulnerabilidade, possibilitou rever algumas implicações na constituição psíquica dos sujeitos, mas que, não precisa ser determinante, muito menos, ser uma “sentença de vida” para o sujeito/usuário.

## Referências

BRASIL. Constituição da República Federativa do Brasil de 1988. Brasília, DF: Senado Federal, 1988.

BRASIL. Ministério do Desenvolvimento Social e Combate à Fome. Orientações Técnicas: Centro de Referência de Assistência Social – CRAS. Brasília: MDS, 2014.

BRASIL. Ministério da Cidadania. Relatório de informações sociais – 2023. Disponível em: <https://www.gov.br/cidadania>. Acesso em: 10 jun. 2025.

DEJOURS, Christophe. A banalização da injustiça social. Rio de Janeiro:

Fundação Getúlio Vargas, 2009.

FOUCAULT, Michel. Microfísica do poder. 15. ed. Rio de Janeiro: Graal, 2013.

FREUD, Sigmund. O mal-estar na civilização. Obras completas. São Paulo: Companhia das Letras, 2011.

IBGE – Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. Síntese de Indicadores Sociais: uma análise das condições de vida da população brasileira. Rio de Janeiro: IBGE, 2023.

SPINOZA, Baruch. Ética. Tradução de Tomás da Silva. São Paulo: Martins Fontes, 2009.

WANDERLEY, M. N. B. A construção da cidadania e a política social no Brasil. Revista Serviço Social & Sociedade, n. 87, p. 94-118, 2006.



## 51. SIGNIFICANTES (NÃO SÓ DOIS)

Mãe + Pai e Esposa + Marido (ativo x passivo): 4 SIGNIFICANTES (não só dois)

Que os “significantes” mãe e pai vão se inscrevendo no psiquismo desde criança, já foi/é longamente abordado nas teorias da Psicologia/ Psicanálise. E concordo plenamente com isso. Entretanto, venho percebendo que há mais dois significantes que a criança também vai internalizando, desde o começo, quais sejam, os significantes de esposa e marido, ou ainda, em outros termos , poderia se falar, quem sabe, em ativo e passivo da relação conjugal.

Nesse sentido, já venho dizendo a algum tempo: os pais podem ser excelentes exemplos de mãe e pai, mas, não necessariamente, são também, bons exemplos de esposa e marido (ou, de ativo e passivo numa relação). E que marcas isso deixa/deixou em nossos psiquismos?

Afinal, convém deixar enfatizado, que somos gerados a partir de 23 cromossomos da mãe + 23 cromossomos do pai, ou seja, nenhum cromossomo é meu/teu. Ninguém escapa dessa herança biológica. E será que a herança é apenas biológica?

Mas, retomemos a hipótese dos 4 significantes. Na verdade, me refiro ao “significante-mestre” lacaniano. Em Lacan, o significante-mestre (S1) é um termo privilegiado que inicia e organiza uma cadeia significante, funcionando como um ponto de partida para a produção de sentido e para a inscrição do sujeito na ordem do discurso. Ele representa um elemento fundamental para a função de legibilidade dentro de um discurso, sendo o “núcleo” que ancora as relações sociais e permite a interpretação da ordem discursiva.

Ainda segundo Lacan, o significante mestre (S1) é o significante primordial/primeiro que, para um sujeito, ancora a noção de identidade, sendo muitas vezes associado, em sua função simbólica, à figura do pai e à mãe em um complexo processo de estruturação psíquica. Enquanto o significante pode ser substituído na cadeia, o significante mestre é o ponto de ancoragem, o traço que marca a singularidade do sujeito e permite que o desejo se organize em torno da figura paterna, com a mãe mediando essa entrada na ordem simbólica.

Isso posto, retomo a hipótese de que os pais também seriam “internalizados” pela criança, como significante-mestre de esposa e marido (ou, de ativo e passivo) e em torno desses 4 “S1” o psiquismo passaria a se organizar. Com ativo e passivo não me refiro ao sexual, mas ao relacional, ou melhor: entre uma esposa Doutora, professora universitária, poliglota, salário bem maior que o do marido, que é um modesto eletricista, quem você diria que representa o “ativo” desse casal? E será inevitável para filha perceber isso na relação do casal e ir internalizando esses “S1”?

Enfim, os pais não seriam apenas “representantes” de paternidade (filiação), mas também, de relacionamento com o outro. Enquanto pais eles representam apenas, a relação comigo. Enquanto esposa e marido (ativo x passivo) eles também “significam” o relacionamento com o outro/os outros.

Quem sabe a segunda clivagem psíquica (a primeira é a da rejeição/expulsão do útero), ou seja, inscrições para uma vida toda.

### Hipóteses.

## **52. EMPODERAMENTO DO EGO X EMPODERAMENTO PSÍQUICO/EMOCIONAL**

**C**ertamente, você já ouviu falar do tal do empoderamento, conceito bastante utilizado ultimamente e para inúmeras ocasiões. Só espero que o Trump não esteja nessa “vibe”, de estar se empoderando.

Aliás, aqui já transparece o primeiro equívoco, qual seja, achar que o empoderamento se dá de fora para dentro, ou seja, isso é simples e puramente empoderamento do EGO, ou em outros termos, é inflar o imaginário e fantasioso pessoal, tipo um balão de balonismo, apenas cheio de ar quente, e que é carregado pelo vento, na direção que a corrente de ar determinar. E se não me engano, o melhor passeio de balão é onde o vento/ar estiver em menos movimento, o que também já é um determinante externo para o balonismo.

Comparando, poder-se-ia dizer que primeiro inflamos o nosso balão/EGO com itens externos a nós, como: dinheiro, bens materiais, títulos acadêmicos, fama, likes/curtidas, sucesso, corpos atraentes, posições sociais de poder, empregos/trabalhos/cargos de destaque, religião, deuses, até mesmo casamentos e/ou filhos podem ser apenas um “ar quente” para inflar o EGO pessoal.

Assim fazendo, saiba que sua vida será levada conforme a direção do vento, ou melhor, a direção externa determinar.

Empoderar o EGO é um perigo. Veja quantos EGOS inflados (inflamados) o Hitler dirigiu. Aqui, é claro que eu poderia mencionar ideologias políticas bem recentes, mas, melhor evitar uma outra direção dos ventos.

Empoderamento, na maioria dos usos atuais, restringe-se a empoderar apenas, o imaginário e a ilusão pessoal, o que na Psicologia é tratado como “eu ideal”. Entretanto, o contraponto a isso, é o “eu real”, esse que precisar ser e viver no aqui e agora, ou como diria o Heidegger: “ter que ser”, ou, “ser-no-mundo” (Dasei), onde o homem é lançado e deve projetar-se em suas próprias possibilidades existenciais, encarando a finitude e a morte como as possibilidades mais próprias da sua existência. O ser-aí, ou Dasein, é o ente que comprehende e questiona o ser, e a sua existência

é marcada pela facticidade (ser lançado ao mundo), a existencialidade (a projeção em possibilidades) e a finitude (o ser-para-a-morte).

Nesse sentido, não é mais o vento que nos direciona, pois nosso EGO não é mais um balão inflado por itens externos a nós, mas é a nossa condição interna, a psíquica-emocional que passa a ser empoderada. Em outros termos poderia se dizer que o “eu ideal” não está mais sozinho no trono, mas, precisou dividi-lo com o “eu real”. Inclusive, conciliar essa divisão do trono é a melhor possibilidade de um reinado humano. Se só o “eu real” ocupar o trono, a tirania também retornará.

Então, dito isso, o empoderamento psíquico-emocional, refere-se a esse “conciliar o ideal e o real que sou”.

O empoderamento psíquico-emocional é um processo de autoconhecimento, autocuidado, autoestima... enfim, é um fortalecimento interior, que permite ao indivíduo reconhecer, compreender e gerir as próprias emoções, assumindo um papel ativo na construção do próprio bem-estar psíquico. Desenvolver este empoderamento implica ter mais confiança em si, desenvolver a resiliência, a autonomia e a capacidade de enfrentar desafios, ou seja, é empoderar-se de dentro para fora e não mais de fora para dentro, o que na verdade, é empoderar o outro/o de fora

Repto: o empoderamento se dá de dentro para fora.

## 53. UMA PSICOLOGIA ANTROPOLOGICA

**N**ão há dúvidas que Freud construiu uma consistente “Psicologia da mente”, ou melhor, da mente inconsciente e da mente consciente. Essa “mente consciente” me parece ter resultado, mais tarde, na Psicologia Cognitiva, que também foi e é, longamente desenvolvida, por vários autores.

Já - em contrapartida a psicologia da mente - Pavlov, Watson e Skinner fundaram uma outra Psicologia, propondo o estudo do comportamento em vez da mente. A Psicologia Comportamental, ou behaviorismo, é uma abordagem psicológica que foca na análise do comportamento observável e na interação entre o indivíduo e o ambiente. Ela parte do princípio de que os comportamentos são aprendidos através de processos como condicionamento clássico e operante, sendo influenciados por estímulos e suas consequências (reforços e punições). Aqui, ouso dizer que temos uma “Psicologia dos instintos”, pois em certa medida, ela pode ser comparada com um adestramento dos instintos, este que mais conhecido por ser usado/praticado para condicionar os animais.

O que me intriga, é que a busca por ajuda psicológica, geralmente se restringe a: “estou me SENTINDO mal, está doendo muito, estou angustiado com aquilo, SINTO muita tristeza, estou sem ânimo, não aguento mais esse sofrimento” ... ou seja, geralmente a queixa inicial e principal se refere a uma condição emocional, condição psíquica que ainda não foi tratada, com a devida atenção, pela Psicologia. Ou ela estaria dentro da “Psicologia da mente inconsciente” de Freud? Ou dentro dos comportamentos de Watson? Ou a condição emocional estaria inclusa na “Psicologia da mente consciente” dos Cognitivistas? Em todos os casos, me parece que cada uma das Psicologias mencionadas, explica e trabalha o humano a partir de uma parte dele e não do todo humano.

Então, aqui, apresento mais uma vez, a minha visão do humano formado por instintos (corpo, comportamentos) + mente (razão, inconsciente e consciente) + SNC (emoções, sentimentos e afetos), lembrando que esta última, ou seja, a “Psicologia das emoções” ainda tem pouco desenvolvimento teórico. Menor teorização do que ela, apenas a Psicologia Antropológica - do humano/subjetivo total - conseguiria/ consegue atingir, pois até o momento, ninguém havia reunido esses pedaços do mesmo “corpo”, “corpo singular” que a própria Psicologia

ajudou a desmembrar. (Abro um parêntese aqui para acalmar - ou não - os Psicólogos Sociais e aos Psicólogos Transcendentais, pois considerei e considero, todas as teorias psicológicas, mas, prefiro manter a cautela e tentar evitar mais confusão entre o que é interno/subjetivo/psiquê e o que externo/intersubjetivo/cultura. Claro que o externo influencia, condiciona e sempre está pressionando para entrar).

Por fim, reunindo as três partes do humano, me parece que teremos uma Psicologia Antropológica, do psiquismo humano todo, ou seja, teremos um/o humano inteiro em análise (e não apenas uma das partes dele: a mente inconsciente, ou o comportamento/instinto, ou a mente consciente, ou até mesmo, só a condição emocional).

**Convido-os/as para acessar meu  
blog, caso queiram ver futuras  
publicações:**



**Tenho, ainda, outro blog, com  
escritos/provocações menos  
psicológicas:**



ISBN 978-656135187-4



A standard linear barcode representing the ISBN number 978-656135187-4.

9

786561

351874