

**PONTIFÍCIA UNIVERSIDADE CATÓLICA DE SÃO PAULO**

**PUC-SP**

**GISELA TURCHETTI DE ALMEIDA**

**RETRATO DE UMA FORMA CONTEMPORÂNEA DE  
ANGÚSTIA**

**MESTRADO EM PSICOLOGIA CLÍNICA**

**São Paulo**

**2021**

**PONTIFÍCIA UNIVERSIDADE CATÓLICA DE SÃO PAULO**

**PUC-SP**

**GISELA TURCHETTI DE ALMEIDA**

**RETRATO DE UMA FORMA CONTEMPORÂNEA DE  
ANGÚSTIA**

**MESTRADO EM PSICOLOGIA CLÍNICA**

**Dissertação apresentada à Banca Examinadora da Pontifícia Universidade Católica de São Paulo, como exigência parcial para obtenção do título de Mestre em Psicologia Clínica, pelo Núcleo de Método Psicanalítico e Formação da Cultura, do Programa de Estudos Pós-Graduados em Psicologia Clínica, sob a orientação do prof.º Dr.º Renato Mezan.**

**São Paulo**

**2021**

Autorizo a reprodução parcial ou total desse trabalho, por processo de fotocopiadora ou eletrônico, exclusivamente para fins acadêmicos, com a devida **citação bibliográfica**.

**Gisela Turchetti de Almeida**

**Assinatura** \_\_\_\_\_

**Local e data** \_\_\_\_\_

**PONTIFÍCIA UNIVERSIDADE CATÓLICA DE SÃO PAULO**

**PUC-SP**

**GISELA TURCHETTI DE ALMEIDA**

**RETRATO DE UMA FORMA CONTEMPORÂNEA DE  
ANGÚSTIA**

**Banca Examinadora**

---

---

---

À pessoa mais especial na minha vida,  
minha filha Lara de Almeida Furlan

## Agradecimentos

A Renato Mezzan, meu orientador, que acompanhou e direcionou meu percurso.

Ao departamento de psicologia clínica da PUC SP que fundamentou todo esse trabalho.

A Lygia V Humberg pela participação essencial na elaboração teórica e no meu incentivo pessoal.

A Marlise Bassani pelo apoio e pelo toque especial que acrescentou a esse trabalho.

A Nelson, meu companheiro, que esteve sempre ao meu lado.

A minha família pelo apoio de sempre.

Às amigas Cassia Domingues, Marta Kuczynski e Angela Rinaldi pela contribuição ativa e pelo incentivo.

Aos amigos e professores da Puc SP pelas inúmeras contribuições e sugestões.

ALMEIDA, G.T. **Retrato de uma Forma Contemporânea de Angústia**. 2021. Dissertação (mestrado em Psicologia Clínica) – Pontifícia Universidade Católica de São Paulo, 2021.

Orientador: prof.º Dr.º Renato Mezan.

## RESUMO

As pressões contemporâneas funcionam como um cenário que formata e condiciona o comportamento humano. Este trabalho visa a compreender as características dessas pressões como gatilho da angústia. Nossa hipótese é que, em função do consumo, as pressões psíquicas da contemporaneidade alteram a moral e as relações sociais, e transformam a vida cotidiana em um palco de espetáculos. O desejo sem destino e o desconhecimento do Eu, estimulados pelas características da contemporaneidade, são fatores chave para a instalação e aumento da angústia. O Nós em detrimento do Eu torna o sujeito refém de demandas externas e o deixa com pouca habilidade para atuar sua própria subjetividade. O consumo passa a ser o destino mais procurado para conter a angústia, e a dedicação ao trabalho a forma aparentemente mais eficaz de obter os objetos - físicos ou imateriais, como o prestígio - que ele poderia nos proporcionar. Quais seriam as condições psicológicas a sustentar tais crenças? Baseando-se na teoria de D. W. Winnicott sobre o processo de maturação, e em particular no que ela sustenta quanto às falhas que podem ocorrer na fase crítica da dependência, a dissertação busca investigar se pessoas em cujo desenvolvimento tais falhas foram graves são mais sujeitas ao tipo de angústia considerado. Neste caso, a fixação emocional no trabalho seria uma das maneiras de se proteger dela: a constante busca por atividades que impelem ao movimento entraria no lugar do objeto transicional, portanto desempenhando papel essencial na integração do sujeito ao seu meio social. Em tal cenário, organiza-se um *false self protector* patológico que, no entanto, falha em controlar a dita angústia: esta aparece sob a forma de uma “compulsão a agir”. O conceito de “projeto” de Jean Paul Sartre revela-se útil como maneira complementar de compreender tal situação, pois o ideal de dedicação e o temor de fracassar na sua realização passam a integrar de forma praticamente exclusiva a perspectiva de futuro do indivíduo. Ficam assim postas as condições para uma completa exaustão - o que na literatura recente vem sendo chamado de “síndrome do *burnout*”. Relata-se então um caso clínico, com o objetivo de aprofundar a compreensão psicanalítica desses processos, e discutir recursos terapêuticos passíveis de auxiliar pacientes com esse tipo de adoecimento.

Palavras-chave: contemporaneidade, agir compulsivo, angústia, dedicação excessiva ao trabalho, síndrome de *burnout*

ALMEIDA, G.T. **A Portrait of a Contemporary Form of Distress**. 2021. Thesis (Master's Degree in Clinical Psychology) – Pontifical Catholic University of São Paulo, 2021.

Supervisor: Prof. Renato Mezan, PhD.

### ABSTRACT

Contemporary pressures act as a scenario that shapes and conditions human behavior. This work aims to understand the characteristics of these pressures as a trigger for distress. Our hypothesis is that, due to consumption, the psychic pressures of contemporary times change morals and social relations and turn everyday life into a show stage. Desire without destination and ignorance of the Self, instigated by the characteristics of contemporary times, are key factors for the onset and growth of distress. The Us at the expense of the Self makes the subject hostage to external demands, with little ability to act on its own subjectivity. Consumption becomes the most sought-after destination to contain anguish, and dedication to work seems to be the most effective way of obtaining the objects – material or immaterial, such as prestige – that it can provide us. What are the psychological conditions that support such beliefs? Based on D.W. Winnicott's theory of the maturational process, and in particular on what the theory supports regarding the failures that can occur in the critical stage of dependence, this thesis seeks to investigate whether people in whose development such failures were serious are more subject to the type of distress under consideration. In this case, emotional fixation on work would be one of the ways to protect oneself from it: the constant search for activities that drive movement would take the place of the transitional object, therefore playing an essential role in the integration of the subject into his social environment. In such a scenario, a pathologic *protective false self* arises which, however, fails to control said distress: the latter appears in the form of a “compulsion to act”. Jean Paul Sartre's concept of “project” proves to be useful as a complementary way of understanding this situation, since the ideal of dedication and the fear of failing in its completion come to integrate almost exclusively the perspective of the individual's future. Thus, the conditions for complete exhaustion are placed – what has been called “burnout syndrome” in recent literature. A clinical case is then reported with the purpose of deepening the psychoanalytical understanding of these processes and discussing therapeutic resources that can help patients with this type of illness.

Keywords: contemporary times, compulsive acting, distress, excessive dedication to work, burnout syndrome



## SUMÁRIO

<b>AGRADECIMENTOS.....</b>	<b>4 - 5</b>
<b>RESUMO.....</b>	<b>6 - 7</b>
<b>INTRODUCAO.....</b>	<b>10-15</b>
<b>CAPÍTULO 1:</b>	
<b>- Idade Contemporânea: características sócio-históricas e adoecimentos.....</b>	<b>16-32</b>
1.1 – A tendência ao adoecimento na contemporaneidade.....	27-28
1.1.1 – Angústia na perspectiva winnicotiana.....	28-32
<b>CAPÍTULO 2:</b>	
<b>- Um olhar psicanalítico sobre o trabalho.....</b>	<b>33-47</b>
2.1 – <i>Trabalho, saúde e subjetividade.....</i>	<i>33-44</i>
2.1.1 – As novas demandas do mercado.....	35-39
2.1.2 – O auge do esgotamento profissional: síndrome de burnout.....	39-42
2.1.3 – O significado do trabalho na existência humana .....	42-44
2.2 – <i>Psicodinâmica do trabalho e a psicanálise de D. Winnicott.....</i>	<i>44-47</i>
2.2.1 – Brincar de trabalhar na infância e na vida adulta.....	45-47
<b>CAPÍTULO 3:</b>	
<b>- Teoria do amadurecimento em Winnicott.....</b>	<b>48-58</b>
3.1 – Objetos e fenômenos transicionais, falso e verdadeiro self .....	55-58

**CAPÍTULO 4:**

- <b>Caso clínico: da angústia ao burnout</b> .....	59-73
4.1 – Primeiras impressões.....	59-61
4.2 - Histórico familiar.....	61-64
4.3 – Inserção no campo profissional e adoecimento.....	64-71
4.3.1 – A internação.....	70-71
4.4 – O final do processo de análise e a promessa de recomeços .....	71-73
<b>5 - CONCLUSÕES FINAIS</b> .....	74-76
<b>6 - BIBLIOGRAFIA</b> .....	77-85

## INTRODUÇÃO

*- A história que tenho para contar é a história dos próximos dois séculos....*

*Há muito tempo que toda a nossa civilização está caminhando, com uma intensidade torturada, crescendo de década a década, como se fosse uma catástrofe: inquieta, violenta e tempestuosa, como um rio que deseja o fim de sua jornada, sem parar para refletir, de fato, com medo de reflexão ... Onde vivemos, em breve ninguém será capaz de existir.*

Friedrich Nietzsche 1968, p52.)<sup>1</sup>

No trabalho clínico que venho realizando em psicanálise, tenho recebido pacientes excessivamente ocupados com inúmeras atividades laborais e que se encontram em estado de exaustão física e mental. A manifestação comum a todos, que aparece nos relatos e pedidos de ajuda, diz respeito à falta de sentido em suas vidas, descritas como tediosas, ainda que alcancem sucesso em seus campos de trabalho. Em alguns casos, há ainda a tendência de agir compulsivamente, iniciando várias atividades ao mesmo tempo e certa dificuldade de finalizá-las, restando um sentimento de vazio. Ao mesmo tempo, observo nesses pacientes um profundo desconhecimento de seu próprio estado psíquico, que em geral é manifestado em crises de angústia.

Essa angústia pode se intensificar, sendo um de seus destinos uma compulsão por agir, como uma tentativa de aliviá-la. Em casos mais extremos, o indivíduo pode desenvolver a síndrome de *burnout*, ou síndrome do esgotamento profissional, descrita em 1974 por um médico americano de nome Freudenberger. O transtorno faz parte da Classificação Estatística Internacional de Doenças e Problemas Relacionados à Saúde (CID-11), sendo caracterizado como um dos fatores que podem impactar negativamente a saúde<sup>2</sup>.

---

<sup>1</sup> NIETZCHE, F. (2014). *Assim falou Zaratustra. Berlim vol 1 1968*

<sup>2</sup> Mais adiante, faço uma descrição mais detalhada desse quadro.

Minha experiência com esse tipo de situação não vem apenas dos atendimentos clínicos, e é, na verdade, prévia à minha formação em psicanálise. Sou graduada em Economia pela Unicamp com MBA pela Fundação Getúlio Vargas e uma sólida experiência profissional na área de *marketing* de grandes corporações. Durante aproximadamente 25 anos, observei e, principalmente, vivi as pressões corporativas no Brasil e no exterior (EUA, Europa e Coréia do Sul), que, a despeito de algumas diferenças relacionadas a aspectos socioculturais, são de fato muito similares em qualquer lugar do mundo, assim como suas consequências na psique e seus sintomas.

Porém, longe de conclusões absolutas e generalistas, enfatizo de antemão que busco neste estudo caracterizar tendências contemporâneas, predisposições ou propensões que incidem em parcela significativa de um determinado grupo de indivíduos. A compulsão pelo agir que lhes é marcante, travestida de ambição profissional ou financeira, faz com que sejam muito valorizados por lideranças de seus ambientes de trabalho, no caso de empresas. Mas essa compulsão também se faz presente entre pessoas que trabalham como autônomas e/ou cuidando de seus lares e famílias, que se apresentam como muito ocupadas e cujos afazeres são de vital importância na própria vida e na de outras pessoas. Porém, não existe uma análise prévia consciente da utilidade e da priorização desse montante de tarefas sem fim, tornando o processo cansativo e extenuante.

Assim, mesmo sem ter clareza dos objetivos ou resultados a que almejam chegar, consomem-se em um turbilhão de afazeres, mantendo-se em movimento e constantemente ocupadas, o que parece aliviá-las de uma pressão, ou de um excesso psíquico que não conseguem explicar.

Podemos pensar então que estamos diante de um fenômeno que vem marcando a contemporaneidade e que se refere à ideia de que o tempo é precioso e, como tal, não pode ser desperdiçado em nada que envolva subjetividade, identificada como algo não produtivo.

Mas o que seria essa produtividade? A resposta não exige muita reflexão: trata-se de algo similar a uma atividade que possa ser medida em consumo. Ou será que podemos pensar em uma organização defensiva diante do incômodo gerado por angústias inconscientes? Talvez estejamos

testemunhando uma tentativa de anular a dor, derivada de sentimentos de impotência, inferioridade ou incapacidade diante da cultura em que se está inserido (BAUMAN, 2003).

Lembro-me de uma paciente que atendi há alguns anos. Com aproximadamente 30 anos de idade na ocasião, iniciava a carreira em uma multinacional, mas não conseguia distinguir a que se propunha o seu trabalho. A capacidade de avaliação do sentido e do destino de seus atos era insuficiente, levando-a a se exaurir em uma sequência interminável de horas de trabalho na empresa, sem objetivos específicos. Aliás, esta era uma de suas principais queixas, o fato de muitas atividades lhe parecerem improdutivas, apesar de consumirem muito esforço. A razão e o destino de todo seu esforço não estavam conectados a nenhum fim. O agir pelo agir e a interrupção desse fluxo de atuação geravam um sentimento significativo de culpa. Na vida pessoal, com as poucas horas que lhe sobravam, a situação não era diferente. Não existia tempo para o vazio, para o contemplativo. Um agravante: as avaliações que recebia de superiores, mesmo com as incontáveis horas de dedicação à empresa, não eram boas. Isso a levou a uma tortura psíquica sem precedentes que a fez trabalhar mais e mais, ou melhor, agir mais e mais, até a beira de um colapso nervoso e a um quadro de depressão.

Penso que esse comportamento expressa a vivência de uma angústia que é descarregada no agir compulsivo e que, na vida moderna, é atribuída ao desejo negado. Existe um mal-estar na perda do contato do sujeito com o seu *self*, mesmo que não tenha consciência dessa perda – a angústia e a confusão têm origem, então, no não reconhecimento das próprias necessidades e no desconhecimento de seus desejos.

O que faria um sujeito se privar de prazeres básicos da vida, como lazer, repouso, relacionamentos, família, entre outros, para se consumir em tarefas, a ponto da exaustão física e mental? O que poderia ser mais importante do que respeitar as próprias demandas internas e os próprios limites? O que levaria à tamanha alienação de si? Ou melhor, qual é a dor subjetiva que tem de ser anestesiada pela compulsão, até se desenvolver a síndrome de *burnout*?

Para refletir sobre essas questões, este trabalho está estruturado da seguinte forma: o primeiro capítulo tem como objetivo caracterizar a

contemporaneidade do ponto de vista social e psíquico, discutindo algumas transformações sócio-históricas e econômicas que nos fizeram alterar o rumo e a percepção de mundo, inclusive com a introdução massiva dos meios de comunicação (fator-chave à contemporaneidade). Z. Bauman e J. Birman, entre outros, são utilizados como base teórica para fundamentar a ideia de uma sociedade em que a mudança é permanente e a incerteza, a única certeza. Afinal, a nova forma líquida de vida (BAUMAN, 2003) e seus efeitos nos indivíduos atuam como geradores e propulsores da angústia e do consequente sintoma do agir compulsivo? O entendimento desse conteúdo é essencial como alicerce e pano de fundo para todo o desenvolvimento desta dissertação.

Também nesse primeiro capítulo, trago dados estatísticos sobre o aumento de quadros de ansiedade e depressão, e dedico uma parte para abordar a angústia, e sua relação com a teoria psicanalítica na infância e na vida adulta.

O capítulo 2 é dedicado à representatividade das atividades simbolizadas como produtivas, entendidas como laborais (corporativa ou não), na vida do indivíduo e ao panorama do esgotamento profissional na atualidade. Quais são os fatores que atuam e modificam o comportamento do indivíduo? O que é visto como valor na nova sociedade e entre seus membros? Aqui, torna-se essencial a análise das características, dos comportamentos e dos valores vigentes na sociedade atual e dentro de uma perspectiva de tempo; sendo assim, com a finalidade de conexão com a realidade, considere pertinente subsidiar a teoria com alguns dados estatísticos acerca da incidência dos adoecimentos psíquicos. Destaco a decadência da crença dos indivíduos nos valores humanos e da sociedade ocidental e os efeitos nocivos e transformadores das pressões contemporâneas na vida psíquica do sujeito. Abordo, ainda, o ápice do esgotamento pelos afazeres/trabalho, a *síndrome de burnout*: afinal, do que se trata? Quais seriam os fatores que fazem com que alguns indivíduos cheguem a desenvolvê-la e outros não? Também me dedico a uma breve análise sobre a visão e atuação da psicanálise em relação ao estresse profissional. Autores de outras linhas psicanalíticas (como lacaniana) são também citados, de modo a contribuir com a interpretação contextual da contemporaneidade.

E dando continuidade às reflexões que advêm do campo psicanalítico, trago no terceiro capítulo um autor que me pareceu fundamental na compreensão da susceptibilidade de alguns indivíduos aos fenômenos envolvidos no tema deste estudo. Trata-se do pediatra e psicanalista D. W. Winnicott e sua teoria do amadurecimento emocional, com destaque para as falhas ambientais que predisõem alguns indivíduos à angústia e a aliviá-la em atividades de trabalho.

No capítulo 4, apresento e discuto o caso clínico de um homem que apresentava sintomas e angústias que o levaram ao agir compulsivo e, finalmente, a uma internação hospitalar por *burnout*<sup>3</sup>. De que forma o manejo clínico psicanalítico pode intervir nesses casos?

Na parte final do trabalho, busco conectar essas características da contemporaneidade às condições psíquicas individuais e à angústia, que, através da fundamentação teórica de Winnicott, vai subsidiar a conclusão da sintomatologia do agir compulsivo / *síndrome do burnout*.

## **Objetivo**

O objetivo deste trabalho foi compreender o processo pelo qual a contemporaneidade estimula a geração de angústia, que tende a ser aliviada em um agir compulsivo (atividades/trabalho), podendo chegar ao máximo do esgotamento profissional, ou seja, à *síndrome de burnout*. E de que modo esse contexto contemporâneo afeta a subjetividade, em especial em indivíduos que sofreram determinadas falhas no processo de amadurecimento, tornando-os mais susceptíveis a esse tipo de adoecimento.

## **Método**

Para aprofundar o tema, realizei pesquisas primordialmente no campo da psicanálise e da filosofia, além de trazer dados e estatísticas para corroborar reflexões acerca da contemporaneidade e seus adoecimentos. Também foi apresentado o caso clínico de um adulto, atendido em consultório particular, de

---

<sup>3</sup> De modo a preservar a identidade do paciente, dados foram suprimidos e outros ficcionalizados.

modo a enriquecer a discussão e indicar possíveis caminhos de atendimento a esses quadros na clínica psicanalítica.



## Capítulo 1. IDADE CONTEMPORÂNEA: CARACTERÍSTICAS SÓCIO-HISTÓRICAS E ADOECIMENTOS

*Por falta de repouso nossa civilização caminha para uma nova barbárie. Em nenhuma outra época os ativos, isto é, os inquietos valeram tanto. Assim, pertence às correções necessárias a serem tomadas quanto ao caráter da humanidade fortalecer em grande medida o elemento contemplativo.*

(NIETZSCHE, 1878)

O dicionário Aurélio define contemporâneo como o “que é do mesmo tempo, que vive na mesma época (particularmente a época em que vivemos).” (FERREIRA, 2010, s/p.). Considerando essa definição, podemos entender que tudo o que ocorre hoje - situações sociais, culturais, históricas e até mesmo individuais - tem relação com a contemporaneidade.

Historicamente, a Idade Contemporânea ou contemporaneidade é uma divisão cronológica que tem seu início em 1789, com a Revolução Francesa, e continua até os dias atuais. Episódio de grande relevância histórica, a Revolução Francesa marcou a extinção do Antigo Regime – época em que a sociedade era estruturada de acordo com pirâmides sociais, sendo o rei, a nobreza e o clero os maiores acumuladores de riquezas. Iniciou-se, também, a configuração do poder político, que iria ser característico da burguesia em ascensão: republicano, constitucional, representativo, defensor da propriedade e com forças militares profissionalizadas (MORAES, 2017).

Como conteúdo, a contemporaneidade trouxe o Iluminismo, em que a razão e a ciência se tornam dominantes. A razão passou a superar as convicções religiosas, e a ciência a ser usada para o desenvolvimento de tecnologias. As artes conheceram movimentos estéticos variados em seus diversos campos, resultando em produções artísticas geniais, como o Surrealismo.

Outra característica da Idade Contemporânea foi a formação dos Estados Nacionais e dos nacionalismos, que estiveram na origem de inúmeras disputas territoriais na Europa e nas áreas coloniais. As próprias guerras mundiais que ocorreram no século XX foram originadas no nacionalismo. Em

oposição ao capitalismo liberal, surgiu ainda no início do século XX uma alternativa na organização social representada pela URSS, originada com a Revolução Russa. Essa experiência histórica, apesar de ser portadora de um desejo de igualdade entre todos os seres humanos, acabou reproduzindo a exploração e a divisão social (SANTIAGO,1988).

A configuração do poder político burguês foi acompanhada do desenvolvimento econômico capitalista que, ao longo desse período histórico, instaurou-se como forma de organização econômica em quase todos os continentes. No ocidente, a consolidação do capitalismo criou conflitos entre as potências europeias na busca pelo domínio de terras, exploração de matérias-primas e expansão dos mercados. Além disso, esse modo de produção se expandiu nos séculos XVIII e XIX, com a Revolução Industrial e o aparecimento de grandes potências (SANTIAGO, 1988).

A história contemporânea também foi marcada pelo surgimento de novas tecnologias, evolução das pesquisas e da ciência, fortalecimento do sistema capitalista, exploração de matérias-primas, expansão dos mercados e ampliação dos conflitos sociais. Nesse mesmo período, surgiu o **liberalismo**, uma ideologia política que prega a divisão do capital por meio das relações de trabalho. Esse tipo de relação trabalhista tem origem na Revolução Industrial, quando as pessoas passam a ocupar os cargos oferecidos pelas indústrias e pequenos comércios (MORAES, 2017; SANTIAGO, 1988).

Do ponto de vista capitalista e liberal, esse modelo econômico ajudaria no avanço das relações comerciais, distribuindo mais renda entre todas as classes.

As máquinas e o advento das técnicas de produção deram suporte para a disseminação do capitalismo. Além disso, serviu para o desenvolvimento armamentista de alguns países, já que a fabricação de equipamentos de ponta (armas, munições e bombas) cresceu intensamente nesse período. Com o aperfeiçoamento das ciências e tecnologias, os meios de comunicação também conseguiram se expandir. O tempo de conhecimento dos fatos até o momento da sua divulgação passou a ocorrer de forma mais rápida, contribuindo assim com a difusão das informações pelo mundo (MORAES, 2017; SANTIAGO, 1988).

Nos séculos seguintes (XIX e XX), além dos grandes avanços tecnológicos, houve crescimento populacional, acompanhado da manutenção da miséria e, ao mesmo tempo, da formação de grandes riquezas. Essa contradição foi o motivo de grandes contestações e revoluções sociais. Com isso, nascem as primeiras instituições científicas especializadas, tornando necessários novos métodos de descobertas científicas (MORAES, 2017; Santiago, 1988).

O mundo contemporâneo se inicia após a segunda Guerra mundial e a derrota dos fascismos, onde se configura a aceitação, como algo desejável, da diversidade no lugar da hierarquia. Com a derrota das potências do eixo, a ideia de que os melhores / os vencedores têm direito a mandar, escravizar etc. fica questionada pela democratização. Essa evolução das relações, que é legitimada pela legitimidade da diversidade, vai se disseminar na sociedade, nas empresas e famílias (MEZAN, 2015)

Autores como o sociólogo e filósofo polonês Z. Bauman e os psicanalistas J. Birman e C. Bollas classificam a contemporaneidade em fases distintas. Para Bauman (2003), há dois períodos: modernidade sólida e líquida. Como modernidade sólida temos a rigidez das relações humanas, sociais e, principalmente, do pensamento, prevalecendo a dualidade certo e errado, bom e mau. A modernidade sólida ou sociedade dos produtores acontece da Revolução Francesa até a Segunda Guerra Mundial. As relações sociais e familiares eram rígidas e duradouras, e o padrão de baseado em bens duráveis, que simbolizavam segurança e estabilidade financeira. Isso trouxe confiança nas instituições e relações humanas (BAUMAN, 2003).

A modernidade líquida ou sociedade do consumo, por outro lado, acontece após a Segunda Guerra Mundial. Os avanços tecnológicos e a internet aparecem como principais propulsores desse movimento. As relações econômicas se sobrepuseram às interações sociais e humanas, fragilizando as relações entre as pessoas e instituições. A pressa prevalece, e a noção de espaço quase desaparece, pelo encurtamento tecnológico das distâncias. A moral deu lugar ao consumo, e o emprego tornou-se um empreendimento do indivíduo por si só. Assim, a modernidade líquida tem instituições líquidas,

pois cada pessoa é uma instituição, além de ser ágil, acompanhando a moda e o pensamento de época. A ciência, a técnica, a educação, a saúde, as relações humanas e tudo mais que foi criado pelo ser humano para compor a sociedade são submetidos à lógica capitalista de consumo (BAUMAN, 2007).

O autor sugere, ainda, que a sociedade contemporânea pós-moderna se caracteriza por uma fluidez: “Nossas instituições, quadros de referência, estilos de vida, crenças e convicções mudam antes que tenham tempo de se solidificar em costumes, hábitos e verdades autoevidentes” (BAUMAN, 2003, p.)<sup>4</sup>. A sociedade líquida gera uma tendência à ansiedade, insegurança, individualidade, competitividade, com ideias obsessivas relacionadas ao desempenho, principalmente, profissional, com as pessoas vivendo ao sabor das mudanças, o que gera ansiedade extrema que esgota a nossa capacidade de adaptação. Nada é permanente; tudo é volátil mudanças e fluido (BAUMAN, 2003).

Birman, Bollas, como também Debórd, escritor marxista francês, desenvolveram teorias complementares à de Bauman para explicar as transformações do homem contemporâneo. Para Birman (2007), a contemporaneidade se caracteriza pelo culto à individualidade, como cultura do narcisismo e sociedade do espetáculo. Os ideais românticos da Revolução Francesa são perdidos como referência, e a ciência, a religião e a psicanálise não conseguem mais aplacar o mal-estar da humanidade. Sem referenciais, o homem da contemporaneidade se encontra diante do desamparo da solidão em uma sociedade em que não há contemplação de si. O resultado é um sujeito cuja essência torna-se a aparência e não a construção de si (BIRMAN, 2007).

[...] As décadas finais do século XX se caracterizam pelo ceticismo. As utopias políticas que dominaram o imaginário ocidental, desde a Revolução Francesa, soçobraram. O ideal

---

<sup>4</sup> O pós-modernismo, também chamado de pós-modernidade, pode ser definido a partir das mudanças sociais, culturais, artísticas, filosóficas, científicas e estéticas que surgiram após a Segunda Guerra Mundial. No campo do marxismo, Friederich Jameson afirma que a pós-modernidade corresponde à terceira etapa do capitalismo. A modernidade é um período que se caracteriza pela realidade social, cultural e econômica vigente no mundo. Ao tratarmos da era moderna, pré-moderna ou ainda a pós-moderna, fazemos referência à ordem política, à organização de nações, à forma econômica que adotaram entre outras características.

de felicidade enunciado pelo Iluminismo, pelo qual o homem dominaria a natureza e constituiria uma sociedade igualitária pelo domínio da razão científica, já não provoca mais as certezas de outrora. Não é por acaso, certamente, que assistimos nos dias de hoje a um vigoroso processo de re-evangelização do mundo, através do qual se retorna à religião como busca de proteção face ao desamparo. Busca-se assim uma visão de mundo re-asseguradora, que possibilite proteção ao sujeito frente ao medo do indeterminado e do acaso. Nesse registro se inscrevem os fundamentalismos, que pipocam na pós-modernidade, como uma das características básicas das novas modalidades religiosas (BIRMAN, 1999, pp. 228-29).

Diante disso, a depressão não aparece só como um sintoma do mal-estar da atualidade, mas como produto de uma forma de existência na qual o desejo não encontra destino. A depressão é como uma vida sem história, tomada pelo vazio: "como potência em negativo da espacialidade, o vazio é ainda o espaço contraído e condensado num ponto evanescente, que provoca a vertigem e lança o sujeito inapelavelmente nas bordas da sensação de abismo" (BIRMAN, 2014, p. 116).

Também a psicanalista Maria Rita Kehl caracteriza a depressão como manifestação do mal-estar contemporâneo:

A depressão é a expressão de mal-estar que *faz água* e ameaça afundar a nau dos bem-adaptados ao século da velocidade, da euforia *prêt-à-porter*, da saúde, do exibicionismo e, como já se tornou chavão, do consumo generalizado. A depressão é sintoma social porque desfaz, lenta e silenciosamente, a teia de sentidos e de crenças que sustenta e ordena a vida social desta primeira década do século XXI. (KEHL, 2009, p. 22, grifo da autora).

Debórd (1997) complementa o conceito de sociedade do espetáculo e os impactos no narcisismo. Segundo o autor, os sujeitos "fracassados" na cena espetacular encontram-se, por assim dizer, em uma posição subjetiva de extremo desamparo em relação à "sociedade do espetáculo". Assim, a era contemporânea se configura num cenário narcísico expresso por meio do exibicionismo – o narcisismo dos indivíduos, em que o Eu deve se expor ao outro para obter seu reconhecimento e aceitação. No início do capitalismo, a dialética subjetiva dos indivíduos consistia em uma degradação do *ser* para o *ter*. Somos atores e espectadores da *sociedade do espetáculo* e "a realidade

surge no espetáculo, e o espetáculo é real. essa alienação recíproca é a essência e a base da sociedade existente” (DEBÓRD, 1997, p.15).

O ser meditativo, interiorizado no registro do pensamento, transformou-se em um ser definido pela exteriorização e performance, que age muito antes de pensar. O sujeito fora-de-si ocupou-se de todos os registros em detrimento do sujeito dentro-de-si (BIRMAN, 2007).

Em concordância, o psicanalista Renato Mezan adverte que uma sociedade de consumo produz consumidores:

Pessoas que consumam os produtos para haver reposição do capital na sociedade e subjetivamente se identifiquem com isso, desejem, queiram e invistam, consciente ou inconscientemente, libido, autoimagem, na posse e exibição dos produtos: sociedade do espetáculo (MEZAN, 2015).

Birman (2006) descreve o homem contemporâneo bombardeado de informações e estímulos, em um estado permanente de estresse, manifestado em dores físicas e mal-estar. A hiperatividade (excitabilidade elevada) também aparece como uma característica contemporânea - o sujeito age frequentemente sem pensar nos objetivos e motivação para sua ação, como uma explosão do excesso experienciado. Dessas explosões, decorrem ações como descontroles emocionais, adições, transtornos alimentares e criminalidade, entre outras.

As ações variam em intensidade, sendo elas: a explosividade, a violência, a delinquência marcada pela crueldade e a compulsão. As três primeiras dizem respeito a uma das ultrapassagens de limites devido à perda de referenciais anteriores e da crença da possibilidade da negociação na resolução de problemas. Birman (2014) também aborda as intensidades, como o excesso na psique do indivíduo, regulando os sentimentos e a tendência à depressão.

[...] todas as matizações das intensidades são aqui possíveis de se plasmar como sentimento. Apesar de tais matizações, no entanto, o excesso é sempre irrupção de algo que escapa ao controle e à regulação da vontade, e que impõe ao psiquismo como corpo estranho. Isso porque o que o caracteriza especificamente é o afastamento e a ruptura com a regularidade estabelecida na experiência subjetiva, indo além das afetações. Enfim, não se pode perder de vista que estamos situados aqui nas bordas da experiência do sensível, que são transformados nas suas regularidades, e que os excessos

afetam as suas fronteiras, até então bem estabelecidas (BIRMAN, 2014, p. 115).

O presente é incontinuo e fugaz, não existe possibilidade de perpetuar alguma coisa. Os ídolos foram derrubados e os referenciais não são genuínos por não representarem a subjetividade do indivíduo ou o grupo ao qual ele pertence, mas sim alinhados a conceitos de globalização. Novos referenciais surgem e desaparecem antes de serem vivenciados, antes de poderem fazer sentido. A contemporaneidade fica regida pelo capitalismo e consumismo exacerbado, em que os indivíduos tentam ser reconhecidos uns pelos outros, desprezando o reconhecimento de si mesmos. A aquisição e o abandono dos signos fálicos (objetos de desejo) e a sucessiva substituição desses bens pouco duráveis é o que garante o “sucesso” dos sujeitos (BIRMAN, 2014)

Como menciona Mezan no livro *Sociedade, cultura e psicanálise* (2017, p.104): “O supergo passa a impor o ideal de gozar”, isto é, “desfrutar daquilo que a sociedade de consumo oferece”. Ao lado da consigna “renuncie àquilo a que você não tem direito, que perde cada vez mais força, temos a que ordena ‘usufrua de tudo o que puder usufruir sem causar problemas às engrenagens da sociedade’”.

Em sua obra, Christopher Bollas (2018) aponta para as mudanças que ocorreram na transição do século anterior ao XX até os dias contemporâneos. Segundo o autor, gradativamente, certas informações passaram a perder sentido, deixando de existir como eram; e fatores que nos identificam como o novo coletivo passam a gerar uma sensação de conforto e otimismo social, evitando nosso contato com o *self* que é individual. Instala-se quase que uma superficialidade psíquica, que tem como efeito colateral a aceitação do “nós” em detrimento do “eu”.

Sobre esse aspecto, Birman (2006, pp. 191-92) adverte que o indivíduo é dominado pela passividade “quando algo dói, esperando que alguém tome uma atitude por ele”:

Se isso não ocorre, a dor pode mortificar o corpo do indivíduo, minando o somático e forjando o vazio da autoestima. Ou, então, a dor pode fomentar as compulsões e a violência, formas de descarga daquilo que dói. Enfim, a dor é uma maneira de se falar do ressentimento que perpassa hoje os

humilhados e ofendidos dos quatro quadrantes do planeta. Imerse que fica na dor e no ressentimento, portanto, a subjetividade contemporânea se evidencia como essencialmente narcísica, não se abrindo para o outro, de forma a fazer um apelo. Isso porque pega mal precisar do outro, pois isso revelaria as falhas do demandante. Na cultura do narcisismo, as insuficiências não podem existir, já que essas desqualificam a subjetividade, que deve ser autossuficiente.

Em uma sociedade de cunho narcisista e voltada ao “espetáculo”, a dimensão da alteridade tende a ser indesejada, as diferenças mais difíceis de serem entendidas e a subjetividade alheia desconsiderada. A busca pela perfeição estética acaba por encaminhar os indivíduos a processos neuróticos, com relação ao próprio corpo, implicando a existência das variadas formas de bulimias e anorexias, acompanhadas pelas variadas formas de *depressões*, *síndromes do pânico* e *toxicomanias* como expressões de um “mal-estar” psíquico. O sujeito da atualidade padece de dor e não de sofrimento, e esse é seu maior mal (BIRMAN, 2014).

O sofrer pode ser evitado e tornar-se desnecessário e, quando este ocorre, pode ser imediatamente medicado e calado. Os sujeitos que padecem desses “mal-estares” acabam sendo estigmatizados como culpados pelo insucesso na vida social, fruto de seus sofrimentos... Em um sentido subjetivo, o sujeito acaba tendo sua relação empobrecida com o outro e isso se concretiza em práticas de violência e intolerância, no que diz respeito aos seus envolvimento sociais (racismo, preconceito, etc) (BIRMAN, 2006).

[...] se o sofrimento era a marca específica pela qual a subjetividade metabolizava o mal-estar na modernidade, a dor passou a ser o traço inconfundível pelo qual aquela se confronta como o mal-estar na pós-modernidade (BIRMAN, 2006, p. 191).

O tempo tornou-se efêmero e uma mercadoria - trabalha-se de forma contínua, e não se degusta da conquista anterior (uma vez que nem se sabe se foi uma conquista) para se partir para a próxima, transformando o gozo na quantidade de conquistas rápidas que não serão apreciadas. Tudo é líquido,



não existe relatividade e nem parâmetro para avaliação ou contemplação (BAUMAN, 2003).

Para Tavares (2016), psiquiatra e psicanalista<sup>5</sup>,

A atualidade, com seus trâmites simbólicos e seus dispositivos intrínsecos, exige do indivíduo performances sucessivas, tendo estas a característica principal da valorização de uma *capacidade de desligar-se* de tudo que se apresenta como duradouro e sólido: este é o ponto principal do estilo de existência estimulada pela pós-modernidade, a *velocidade* com que as coisas acontecem em um mundo em que as fronteiras deixaram de existir, somada a distância que se tornou nula por conta dos avanços das tecnologias da internet, demandando do sujeito sempre uma leveza em seus movimentos, a fim de torná-los tão rápidos quanto a evolução das possibilidades.

Na configuração contemporânea, o progresso tecnocientífico faz surgir um novo tempo com ritmo acelerado ao máximo, indicando o fim da geografia. Bauman (1999, p. 19) complementa essa ideia, afirmando que "as distâncias já não importam, ao passo que uma ideia de uma fronteira geográfica é cada vez mais difícil de sustentar no mundo real".

Também Harvey (2004, p. 257), teórico da geografia urbana, aponta que, nas últimas décadas, temos testemunhado uma "intensa fase de compressão do tempo-espço que tem tido um impacto desorientador e destrutivo sobre as práticas político-econômicas, sobre o equilíbrio do poder de classe, bem como sobre a vida social e cultural". São movimentos e mudanças que atingem, de forma diferenciada, o mundo globalizado em que o indivíduo tem uma função no coletivo para poder sair de uma posição passiva para uma posição ativa.

O filósofo e urbanista francês Paul Virilio (1999, p. 74) destaca:

O aparecimento de constantes objetos de representação, principalmente tecnológicos, dessa necessidade de diferenciação individual, cria espaço para o aparecimento da angústia moderna. As tecnologias contribuem para a construção do espaço das redes multimidiáticas, o que implica nova ótica global, que possibilita o aparecimento do mercado visível. As atividades culturais, relacionais, informacionais, cognitivas, educativas, ambientais e o tempo liberado de

---

<sup>5</sup> O autor é coordenador do Conselho Editorial, do Fórum Interinstitucional sobre Adolescência e Drogas e do Grupo de Atenção e Investigação da Adolescência (GAIA), do Centro de Estudos e Terapia do Abuso de Drogas (CETAD),

trabalho, se tornam os objetos e os sujeitos das novas relações de exploração e de acumulação que a revolução da informação organiza.

Nesta perspectiva, o psicanalista Figueiredo (2018) fala do quanto vamos nos sentindo insuficientes, impotentes e, com isso, cansados:

Fomos dos deveres, interdições e prescrições severas ao “ter de ser”, ao “ter de poder”; foi-se da experiência do conflito entre impulsos, desejos e limitações [...], à experiência de *insuficiência*, pois nunca o sujeito vai se sentir à altura desta exigência infinita de *ser mais e poder mais*: ser si mesmo e poder mais ilimitadamente. Aposta-se corrida consigo mesmo e sempre se sai perdendo. Isso cansa e deprime, isso esgota: é a fadiga de ser si mesmo. Afetos, emoções, outros desejos já não cabem na carreira desenfreada em busca de uma realização mais e mais completa de um Eu Ideal. [...] A sociedade supostamente dividida entre os vencedores e os perdedores acaba sendo uma sociedade apenas de perdedores, cansados, tomados pela sensação de insuficiência e impotência: são sujeitos permanentemente vítimas da síndrome do *Burnout*, e não apenas nas situações de trabalho profissional, mas na vida (FIGUEIREDO, 2018, pp. 95-6).

Já Bauman (1998) afirma que a tecnologia permite aos sujeitos a ilusão de aceleração do tempo e de liberdade de escolha; porém, vem marcada por uma ausência de intimidade e superficialidade na avaliação dos fatos e processos decisórios. Com o progresso dos meios de comunicação e mídia, tudo se torna agrupado, e as distâncias são suprimidas. As redes sociais permitem uma vida social no conforto de onde estiver, e a internet facilita o consumo e a obtenção de conforto e satisfação material. Tudo isso fica mais próximo e diminui o sentimento de falta de sentido na vida das pessoas.

A quantidade de opções divulgadas pela mídia permite que o sujeito se defronte com uma série de opções que podem ser as corretas ou não. Tudo pode mudar e ser alterado. A falta de contato com sua própria subjetividade, em detrimento de uma suposta subjetividade coletiva, torna a tarefa da escolha um verdadeiro tiro no escuro.

Libermann (2010) complementa e aponta ainda para a questão da tecnologia (com soluções, informações, notícias, sugestões, exemplos etc.), que ilude com uma satisfação imediata dos ideais narcisistas do ser humano, o que nega o poder do outro de também satisfazê-lo. Isso cria um espaço para questionamentos com relativismo extremo, e é aí que se perde no indivíduo a

noção dos limites, das responsabilidades e funções de papéis sociais. Os resultados dessa perda são angústia extrema e vazio de representações internas e externas, provocando defesas narcisistas e dificuldade para o sujeito manter laços afetivos.

Figueiredo (2018) levanta a hipótese de que as condições contemporâneas de subjetivação aumentam as probabilidades de falhas na triangulação mãe-bebê-pai, o que resulta em presença de morte na realidade interna (que mais adiante associaremos à elaboração de um falso *self*), origem de estados de “esgotamento galopante” (p. 105) e de um fazer compulsivo ou hiperatividade, a fim de mascarar o esgotamento. A contemporaneidade nos coloca sob condições sociais que nos tornam multitarefas e a capacidade de atuarmos em diferentes funções ao mesmo tempo torna-se uma virtude e algo essencial, como um *networking* vital à sobrevivência. Com isso e com o fato de não haver subjetividade nesse agir, a possibilidade de esgotamento é iminente.

Acontece que, no meio contemporâneo, pessoas que demonstram tais “fracassos” são consideradas perdedoras. Por isso, a fim de ocultar essas limitações diante das pressões sociais e algum tipo de preenchimento desse vazio depressivo, emergem os mortos-vivos em desesperada e inesgotável atividade, excitados como hamsters correndo incessante e desabaladamente em suas gaiolas giratórias. É assim que [...] encontramos as manifestações paradoxais da hiperatividade e do déficit de atenção (FIGUEIREDO, 2018, p. 96).

Na contemporaneidade, o sujeito está muito mais vulnerável ao que Birman (2006) chama de “desposseção de si”, tendo a depressão como um dos principais sintomas. O excesso pode ser compreendido na forma de ação, como mostrado nas compulsões, ou como impossibilidade de fazer, pois, tomado pelo terror de se perder, o eu agarra-se a si mesmo como pode, mesmo que isso signifique a perda de sua potencialidade.

Byung-Chun Han (2010 *apud* FIGUEIREDO, 2018), filósofo e ensaísta sul-coreano, descreveu essa hiperatividade como *hiperpassividade*, em que os sujeitos são apáticos agitados, sob pura compulsão à repetição, sem encontrar (e nem mesmo procurar) alteridade e alguma imagem idealizada de si mesmo, o que se associa ao “*burnout* vital” de Figueiredo (2018), considerado um adoecimento por passivação. Esse paradoxo entre ação e passividade faz parte de um dos efeitos que o mundo contemporâneo provoca no indivíduo.

## 1.1 A tendência ao adoecimento na contemporaneidade

*A temporalidade contemporânea, frequentemente vivida com pura pressa, atropela a duração necessária que caracteriza o momento de compreender, a qual não se define pela marcação abstrata dos relógios. Daí, a sustentação periclitante do saber do sujeito, que o predispõe à queda na depressão, seja qual for sua estrutura neurótica.*

(MARIA RITA KEHL, 2009, p. 119)

Adicionalmente às bases conceituais, aos efeitos na vida do sujeito e à sintomatologia engendrada na contemporaneidade, há os dados que comprovam a realidade. O relatório da Organização Mundial de Saúde (OMS) divulgado em fevereiro de 2017 colocou o Brasil no topo do ranking dos países com maior incidência de pessoas com transtornos de ansiedade. De acordo com o levantamento, 9,3% da população sofre com a doença (representando 18 milhões de brasileiros). Nos Estados Unidos, esse número chega a 6,3% (mais de 18 milhões de pessoas) e na China, a 3,1% (mais de 40 milhões) da população.

O quadro é ainda pior quando se trata de depressão. Segundo o mesmo relatório, de 2005 a 2015 houve um crescimento de 18,4% de pessoas acometidas por esse quadro mundialmente; ou seja, em 2015, isso representava mais de 4,4% da população mundial (300 milhões de pessoas). No Brasil, essa porcentagem era de 5,8%, na Argentina, 4,7%, nos Estados Unidos, 5,9%, em Portugal, 5,7% e na China, 4,2%.

A análise da incidência de problemas mentais na população mundial confirma a tendência ao adoecimento. De acordo com o relatório da *Our World in Data* de abril 2018 – Universidade de Oxford com dados da *Global Burden of Disease Collaborative Network, Global Burden of Disease Study* (GBD, 2017) Results, *Seattle, United States: Institute for Health Metrics and Evaluation* (IHME) – 10,7% da população mundial (792 milhões de pessoas) sofria de algum problema de saúde mental, sendo 3,4% de depressão e 3,8% de distúrbios de ansiedade. Ao analisar mais especificamente o Brasil no período de 1990 a 2017, em números absolutos na população, constatamos um crescimento de pessoas com depressão de 59% entre mulheres e 62% entre

homens; e 76% entre homens e 66% entre mulheres de crescimento de distúrbios de ansiedade no mesmo período. Os mesmos dados, consideradas as mesmas condições de análise, mostraram o crescimento da depressão de 35% entre homens e 28% entre mulheres nos EUA e de 13% entre homens e 14% entre mulheres na França.

Entendo que esses quadros de ansiedade e depressão são manifestações psicossomáticas da angústia, que os precede, sendo estimulada pelas características contemporâneas descritas até o momento. Por isso, considero essencial uma reflexão mais profunda desse estado afetivo.

### 1.1.1 A angústia na perspectiva filosófica e winnicottiana

Como vimos, na era contemporânea, o indivíduo vive para o consumo de objetos descartáveis e tem sua subjetividade desconsiderada, não encontrando espaço para sua inserção nos grupos e com a iminência de uma possível exclusão também do próprio mundo interno.

A experiência da vida humana vem se reduzindo, pois, a um sujeito interior encapsulado em oposição ao mundo exterior. A angústia resultante dessa “tensão” é tratada como distúrbio neuroquímico que necessita de medicamentos, já que seu destino é incontrollável para o mundo da técnica e escapa a tudo que pode ser definido, eclodindo em sintomas compulsivos.

Constantes na existência humana, a angústia e a morte são refratárias aos princípios de controle e consumos contemporâneos. Quando do acontecimento de um evento imprevisto, existe o confronto com a falta de sentido da existência, que em contato com o desamparo e a finitude, angustiam o sujeito.

Um filósofo que nos deixou um legado para refletirmos sobre a contemporaneidade foi Heidegger (1889-1976). Existencialista de origem alemã, dedicou-se a indagar, e a isso chamou de SER. Em sua perspectiva de entendimento, a indagação funcionaria como um mecanismo que devolve à vida seu sentido; ou seja, o homem procura um sentido para a existência, procura por uma essência, que facilite a integração e o processamento

psíquico das experiências fundamentais do existir. E é justamente a indagação que perde força na contemporaneidade.

Para Heidegger (1969/1989), a forma com que o sujeito lida com as pressões é controlada pela disposição afetiva para a angústia. O consumo imediatista, planejamento e tentativas de controle exacerbados são formas de responder às incertezas essenciais de SER. Segundo o filósofo alemão, o sujeito busca a compreensão do sentido de suas atividades (sociais, econômicas, culturais etc.) pela razão tecnológica que traz referências e sustentação ao progresso econômico e social, além do desenvolvimento dos indivíduos e das nações.

Afirma, ainda, que o cálculo, trazido pela razão tecnológica, empobreceu o pensamento e a subjetividade. Os resultados práticos e objetivos, considerados “calculáveis”, impuseram-se como forma válida de pensamento, deixando a Arte, Filosofia, Religião etc. como formas meramente decorativas e não essenciais.

Essa estrutura social torna os modos de ser, agir, pensar e estar como formas de adoecimento contemporâneo. Quando a realidade é concebida a partir de princípios geométricos que permitem a possibilidade de controle, o homem para de indagar. Mas paga um preço por seu silêncio: o sofrimento humano reprimido tem a angústia como sintoma principal.

O que caracteriza o SER é estar e constituir-se sem a possibilidade de previsibilidade e cálculos. Segundo Heidegger (1927/1989), estar em aberto implica em se apropriar das escolhas essenciais, característica da singularização. Pela ilusão de controle e a segurança abalada, aparece a angústia que precisa ser afastada e negada, fechando a possibilidade de estar em aberto e deixar existir espaço de reflexão sobre a existência. O preço psíquico dessa ilusão de controle e previsão é a angústia manifestada em diversas formas, como fobias, compulsões, estados de pânico e depressão.

Heidegger (1927/1989) propõe a ideia do pensamento calculante, em que os objetos são passíveis de serem calculados, em contraponto ao pensamento meditante, que é reflexivo sobre o sentido dos objetos e dos acontecimentos da vida. No sujeito que calcula e mede, a angústia reina – ele fica susceptível à aprovação da sociedade do espetáculo contemporâneo. Em

oposição, temos a serenidade, que aceita os fatos que escapam ao controle, possibilitando a realização do real. A serenidade é advinda da abertura do sujeito para experimentar o mundo e poder estar apto ao pensamento livre. A reflexão sobre a própria essência permite a desconstrução de referências, permitindo novas interpretações das formas de lidar consigo e com o mundo, singularizando a existência e anulando a angústia repressiva. A angústia se traduz como uma abertura para o SER e, quando ignorada, se transforma em tédio e vazio, objetivados em soluções mágicas, explicações técnicas e medicações que anestesiam o sofrimento (HEIDDEGER, 2000).

A fuga da angústia do “não ser” vai ao encontro do conceito atual de evitar o sofrimento a qualquer custo, como se o homem pudesse fugir de si mesmo. Através da repressão dos desejos e representações, acontece a anulação da singularidade pessoal e o aparecimento dos sintomas. É pela condição de existentes que o sujeito se angustia, uma vez que a angústia é a ausência de qualquer território psíquico, previamente estabelecido. Ela traz à mostra a dimensão trágica da existência, vulnerabilidade e finitude diante da vida, tendo como gatilho as pressões contemporâneas (HEIDDEGER, 2000).

Por outro lado, em 1894, Freud já trabalhava seu conceito de neurose de angústia, sendo esta entendida como decorrente do acúmulo de excitação somática, de natureza sexual, não descarregado por uma ação psíquica específica e que manifestaria sintomas como: arritmia cardíaca, distúrbios respiratórios (dispneia), congestões, sudorese, insônia, ataques de tremuras e calafrios, ataques de medo com paralisia motora, entre outros. Para ele, a libido acumulada se transformava em angústia.

Freud trata da Neurose de Angústia em duas Conferências: 1916/17. Na Conf. XXV, "Angústia" descreve e distingue a angústia realística - quando o perigo está no mundo externo - da angústia neurótica, quando o perigo está no mundo interno, reafirmando o papel do recalque. E na Conferência XXXII, "Angústia e vida pulsional", de 1932, acrescenta às duas anteriores a angústia moral desenvolvida pela ação do Supereu sobre o desejo pulsional. (Freud - 1894/1976).

Já para Winnicott (1958/2000), a angústia tem origem no processo de amadurecimento do bebê: "o indivíduo deve ter alcançado certo grau de

maturidade e a capacidade para a repressão antes que o termo "ansiedade" possa ser adequadamente empregado" (p. 262). Considerando que o bebê necessita amadurecer, frustração e/ou invasão ambiental são definidos pelo autor como "agonias primitivas" ou "angústias impensáveis". Esses sentimentos são decorrentes da inabilidade do bebê de recalcar, se relacionar com os objetos e organizar seu Ego. Existe uma relação direta entre essa angústia e o *holding* materno. O bebê que não experiencia um *holding* seguro, se sente ameaçado de colapso (WINNICOTT, 1958).

As angústias impensáveis, portanto, são traumas localizados nos estágios iniciais do processo de amadurecimento humano, sendo as defesas organizadas a fim de evitar que voltem a ser experienciadas. As angústias primárias são impensáveis porque não podem ser definidas em termos de relações pulsionais de objeto, baseadas no modelo representacional (isto é, nas relações mediadas por representações de objeto; nas representações mentais). Tais angústias não ascendem à percepção, nem chegam a ter um estatuto de fantasia; e à medida que não ganham conteúdo representacional, são impedidas de alcançar a simbolização. Eclodem em uma etapa bastante precoce da vida, antes que tenha sido claramente configurado um sujeito capaz de experimentá-las como algo interno.

As angústias impensáveis são parte da tentativa do bebê de existir, quando está tentando se integrar, a fim de tornar-se uma unidade momento em que não há satisfações pulsionais de objeto, mas apenas dependência absoluta e cuidado materno. É esse cuidado materno, um espaço de ilusão propiciado pela mãe, que permite que o bebê construa um objeto que o console e lhe dê conforto: o objeto transicional (WINNICOTT, 1971).

Caso aconteçam falhas nesse período, se estabelece um processo de angústia de não existir e, quando as falhas se tornam um padrão, surge algum distúrbio emocional grave.

Vale finalizar com uma referência à afinidade entre Winnicott e Heidegger no que diz respeito ao entendimento da angústia. Tanto nas angústias impensáveis de Winnicott como na angústia da contemporaneidade, tal como entendida por Heidegger, o que a caracteriza é o fato de que aquilo que é ameaçador não se encontra em lugar algum, e essa ameaça pode vir de



todas as direções e de direção nenhuma. Em ambas, está em jogo o sentido do ser (WINNICOTT, 1959).

Como vimos, para Heidegger, a angústia é uma disposição para poder-ser-no-mundo próprio e finito. Para Winnicott, a angústia está associada a uma falha no cuidado materno que abre para o ser que está surgindo a possibilidade de seu aniquilamento, não querendo isso dizer que esse ser se perde, mas sim que ocorre o aniquilamento - o bebê pode nunca chegar a ser, pois o seu sentido de ser foi perdido, a sua continuidade-de-ser foi quebrada.

No próximo capítulo, sigo apresentando a perspectiva da psicanálise, agora para compreendermos seu entendimento do universo do trabalho, tema desta dissertação.

## Capítulo 2. UM OLHAR PSICANALÍTICO SOBRE O TRABALHO

*“Nada é menos que o momento presente, se você entender por isso esse limite indivisível que separa o passado do futuro. Quando pensamos esse presente como devendo ser, ele ainda não é; e quando o pensamos como existindo, ele já passou. Se ao contrário, você considerar o presente concreto e realmente vivido pela consciência, pode-se afirmar que esse presente consiste em grande parte do passado imediato(...)”*

Henri Bergson, Matéria e memória pg 174)

De modo a refletirmos sobre a hipótese desta dissertação, a de que o trabalho, seja ele qual for, exerce uma função estruturante como alívio da angústia, apresento neste capítulo as contribuições da psicanálise na compreensão desse fenômeno na contemporaneidade e das possíveis estratégias de utilização do trabalho como inserção e forma de existência do indivíduo.

### 2.1 Trabalho, saúde e subjetividade

O ambiente de trabalho se tornou um gerador de adoecimentos psíquicos, configurando-se como um problema social relevante. De fato, em nossos atendimentos clínicos, defrontamo-nos com pacientes angustiados com seus trabalhos, suas escolhas profissionais.

Freud é oportuno para nos lembrar que os relacionamentos se baseiam em funções sociais e não individuais. Toda função social tem sua base em hierarquias psíquicas que determinam o certo e o errado na sociedade. A função paterna, conforme define Freud (1930), no âmbito edipiano, interdita a mãe, nos torna seres desejanter e define a convivência em sociedade, entre o que é permitido e barrado.

Em “O Mal-Estar na Civilização” (1930), defende a busca da felicidade como sendo o propósito básico da vida humana e observa que o homem deriva prazer do contraste mais do que de um determinado estado de coisas. Em suma, a felicidade é restringida por sua própria natureza e se contrasta com a infelicidade, que gera a sublimação como um dos movimentos de defesa.

Nenhuma outra técnica para a conduta da vida prende o indivíduo tão firmemente à realidade quanto a ênfase concedida ao trabalho, pois este, pelo menos, fornece-lhe um

lugar seguro numa parte da realidade, na comunidade humana. A possibilidade que essa técnica oferece de deslocar uma grande quantidade de componentes libidinais, sejam eles narcísicos, agressivos ou mesmo eróticos, para o trabalho profissional, e para os relacionamentos a eles vinculados, empresta-lhes um valor que de maneira alguma está em segundo plano quanto ao de que goza como algo indispensável à preservação e justificação da existência em sociedade. A atividade profissional constitui fonte de satisfação especial, se for livremente escolhida, isto é, se, por meio de sublimação, tornar possível o uso de inclinações existentes, de impulsos persistentes ou constitucionalmente reforçados. No entanto, como caminho para felicidade, o trabalho não é muito prezado pelos homens. Não se esforçam em relação a ele como o fazem em relação a outras possibilidades de satisfação. A grande maioria das pessoas trabalha sob a pressão da necessidade, e essa natural aversão humana ao trabalho suscita problemas sociais extremamente difíceis (FREUD, 1930/1969, p.132).

Já em *O mal-estar da pós modernidade*, escrito quase 40 anos após Freud, Bauman (1967) afirma que o capitalismo, como uma das bases da contemporaneidade, desenvolve-se através de uma transição: de uma sociedade industrial em que reinava a relativa estabilidade das instituições e em que o acúmulo de capital se dava principalmente por meio do aumento de produtividade, decorrente do controle sobre o trabalho humano, para outra sociedade cuja dinâmica baseia-se na inovação permanente, e o trabalhador tem como papel primordial ser agente dessa inovação, não precisando, portanto, de controle, mas de motivação e criatividade. Essa era do capitalismo conhecida como sendo a do conhecimento, e que os sociólogos denominam de pós-moderna, também se caracteriza por uma orientação para o mercado com a utilização intensiva das técnicas de marketing visando ocupar espaços crescentes na acirrada luta por espaço no mercado consumidor. E como meros consumidores passivos, vamos nos abstendo da posição de sujeitos.

Nesta perspectiva, Bauman (1997) assinala que há o declínio da função paterna e o desmembramento e destruição das tradições culturais da sociedade. As normas de inserção no social e cultural deixam de ser rígidas, como as da era industrial, mantendo o ser humano longe de seus próprios desejos, em detrimento do coletivo; porém, buscando, dentro desse cenário confuso e líquido, sua própria valorização máxima.

Assim, o trabalho deixa de ser um lugar estável para que o indivíduo desenvolva seu projeto de ser, consolidando-se como um conjunto de experiências desconectadas, submetidas à tensão entre interesses do empregado e empregador, gerando inúmeras, e de diversos formatos, relações de trabalho numa vida útil. As referências e os laços entre o capital e o trabalho são rompidos, a insegurança e a instabilidade superam a criatividade e o gozo individual. O trabalho passa a ser visto como um objeto de consumo como outro qualquer, que precisa gerar algum tipo de satisfação imediata, exigindo-se do indivíduo a transformação de criatividade em inovação a ser remunerada com capital.

### 2.1.1 As novas demandas do mercado de trabalho e os adoecimentos decorrentes

O psicanalista Christophe Dejours<sup>6</sup>, que investiga os mecanismos de defesa dos trabalhadores frente a situações causadoras de sofrimento decorrentes da organização do **trabalho**, faz uso da psicanálise como referência para analisar essas dinâmicas, afirmando que se trata de uma atividade de sofrimento e prazer ao mesmo tempo. O sofrimento advém do encontro do trabalhador com o real, sendo que o desamparo e a insuficiência para atingir o que precisa ser realizado é constante

Nas palavras de Dejours (2012a, p. 178): “O que caracteriza o real é o que não sei enfrentar quando experimento o desejo ou sinto-me na obrigação de prosseguir a tarefa que me propus executar”. Para o autor, a mobilização subjetiva depende do outro, do coletivo de trabalho, que é constituído por regras que não são somente técnicas. A busca por prazer e sentido no trabalho, produzindo saúde psíquica, atua através da transformação de sofrimento patológico em criativo para a mobilização subjetiva do sujeito.

Em *A Corrosão do caráter*, o sociólogo Sennet (1999) destaca que o mercado de trabalho passa a demandar profissionais sem passado, que

---

<sup>6</sup> O autor trabalha na linha da psicodinâmica do trabalho, uma abordagem científica, desenvolvida na França na década de 1980.

aceitam fragmentação e um permanente deslocamento. É uma elite que “leva a mesa toda, enquanto a massa dos perdedores fica com migalhas para dividir entre si” .

No artigo “Um sujeito-outro: há uma subversão psicanalítica do sujeito sem o outro do capitalismo?”, Gallano (2006) adverte que, aos que não conseguem lidar com essa relação de fluidez e proposta desvinculada, restam sofrimentos de ordem psíquica que se apresentam por meio das síndromes do pânico, depressão e, no limite, o *burnout*, ou seja, o esgotamento completo do indivíduo em decorrência da pressão no ambiente de trabalho. Para alguns profissionais alinhados a essa realidade de um mercado de trabalho fluido e mutante, surgem oportunidades de experiências profissionais que podem ser satisfatórias e alinhadas a vocações ou escolhas pessoais. O perfil que hoje se demanda é mais variado e complexo do que o do profissional obsessivo capaz de se submeter às rotinas, típico da sociedade industrial.

Helman (1994) afirma que o estresse é uma adaptação inadequada à mudança e/ou uma tentativa frustrada de lidar com os problemas. Os indivíduos tentam atingir metas definidas, atingir níveis de prestígio e padrões para satisfazer os integrantes do grupo.

Cardoso (1999) lembra que, segundo a Organização Mundial De Saúde (OMS), não são apenas fatores agressivos, de risco ou sobrecarga, que comprometem a saúde; mas também a ausência de fatores ambientais, tais como: falta de suficiente atividade muscular, falta de comunicação com outras pessoas, de diversificação em tarefas de trabalho, levando à monotonia, de responsabilidade individual e, ainda, de desafios intelectuais.

Portanto, pode-se verificar que algum estresse é importante para a realização de qualquer atividade e que a total ausência, assim como seu excesso, podem ser prejudiciais à saúde. Entretanto, o prolongamento de situações de estresse pode repercutir num quadro patológico, originando distúrbios transitórios ou mesmo doenças graves, como o estresse ocupacional (CARDOSO, 1999)

As formas de gestão das empresas e das pessoas têm sido amplamente afetadas pelas transformações econômicas do capitalismo. Tais mudanças têm gerado repercussões diferenciadas na saúde e na integridade do trabalhador. Ambientes cada vez menos previsíveis e instáveis, com favorecimento da

flexibilização, velocidade e polivalência do trabalhador caracterizam um descompasso entre as políticas de gestão e as de saúde e segurança, criado pela competitividade do novo mercado capitalista. As causas psicossociais da insatisfação do trabalhador estão relacionadas ao baixo controle sobre o trabalho, tensão causada pelo ritmo acelerado, grande demanda quantitativa e qualitativa, impedimento de contatos e conflitos interpessoais, ausência de apoio social, baixa possibilidade de desenvolvimento, pressão ocasionada pelo controle automatizado, tarefas rotineiras e fragmentadas, monotonia e tédio (DOEF e MAES, 1999)

Segundo Couto e Moraes (2000), nesse ambiente, a existência de trabalhos de alta densidade que apresentam como características o uso constante da memória imediata, o grande número de microdecisões e a possibilidade de existência de carga afetiva na tarefa favorecem a fadiga. São sintomas decorrentes: esquecimentos, erros, incapacidade de solução de vários problemas simultaneamente e, em consequência, frustração para o indivíduo, com ansiedade e temor do fracasso. Um aspecto do trabalho de alta densidade que chama a atenção é a autoaceleração.

Ao estudar a relação entre estresse e trabalho, Villalobos (2004) considera que os fatores psicossociais do trabalho representam um conjunto de percepções e experiências, ou seja, consistem em interações entre o trabalho, o ambiente laboral, as condições da organização e as características pessoais do trabalhador, suas necessidades, cultura, experiências, estilo de vida e sua percepção de mundo. Além disso, existem importantes aspectos intrínsecos ao indivíduo na produção do estresse, como as atitudes, o estilo de vida, experiências passadas, fatores genéticos e a resistência natural individual ao estresse. Esses fatores formam o modo como os indivíduos experimentam e interpretam suas vivências.

A exaustão emocional é caracterizada por um sentimento muito forte de tensão emocional que produz sensação de esgotamento, de falta de energia e de recursos emocionais próprios para lidar com as rotinas da prática profissional, representando a dimensão individual da síndrome. A despersonalização é o resultado do desenvolvimento de sentimentos e atitudes negativas, por vezes indiferentes e cínicas em torno daquelas pessoas que

entram em contato direto com o profissional, que são sua demanda e objeto de trabalho. Num primeiro momento, é um fator de proteção, mas pode representar um risco de desumanização, constituindo a dimensão interpessoal de *burnout*.<sup>7</sup>

Além dos trabalhos caracterizados como de alta exigência e trabalhos ativos, há duas outras experiências decorrentes ainda da combinação entre controle do trabalho e demandas: os trabalhos passivos, aqueles com baixa demanda e baixo controle, e os de baixa exigência, assim denominados em função da combinação de baixas exigências e alto controle. Os trabalhos de alta exigência são geradores de riscos psicológicos e de adoecimento psíquico, com indicação de reações adversas como fadiga, ansiedade, depressão e doenças físicas (KARASEK E THEORELL, 1990).

Em suma, o trabalho funciona como importante medida de integração social, tanto pela dimensão de subsistência quanto pela dimensão simbólica, essencial na constituição das pessoas. Também ocupa um espaço central na dinâmica do investimento afetivo, e em consequência, condições de trabalho que favorecem a utilização das habilidades do trabalhador bem como possibilitam o controle do trabalho e oferecem apoio social podem proporcionar saúde e bem-estar.

Por outro lado, situações de fracasso, mudanças de posição na hierarquia, impossibilidade de comunicação espontânea e manifestação de descontentamento relativa à organização ou ao trabalho, fatores relacionados ao tempo e ao ritmo, níveis de atenção e concentração para a realização de tarefas, combinados com o nível de pressão exercida, podem provocar tensão e, por conseguinte, sofrimento e distúrbios mentais. Nesse sentido, é

---

<sup>7</sup> Alguns modelos de mensuração e controle do estresse ocupacional têm sido utilizados para tentar administrar o estresse organizacional. O principal deles é o modelo demanda controle (*job-demandcontrol* – JDC ou *job strain model*), proposto por Karasek (1979), segundo o qual o estresse resulta da interação das demandas de trabalho e da latitude de decisão no trabalho. A latitude de decisão é definida como o controle do trabalho pelo indivíduo sobre suas tarefas e sua conduta durante o dia de trabalho. Duas medidas compõem esse controle: autoridade para decidir e uso de habilidades, que representam medidas agregadas de aspectos diferentes do controle no trabalho – habilidade para a realização de tarefas, organização da tarefa (aprendizagem de coisas novas, criatividade, iniciativa, realização de tarefas repetidas ou variadas, uso e desenvolvimento de habilidades especiais), influência na política organizacional, controle sobre incertezas potenciais e recursos para decisão.

necessário que as organizações desenvolvam práticas de gestão que adotem a efetiva participação dos trabalhadores nos processos de trabalho de forma a possibilitar o bem-estar e a promoção da saúde psíquica.

### 2.1.2 O auge do esgotamento profissional: *síndrome de burnout*

Advinda do termo inglês *burn out*, que significa “queimar completamente” ou, em tradução menos literal, “perder totalmente a energia” (ROSA, 2016, p.), a síndrome de *burnout*<sup>8</sup> é caracterizada por Vieira et al. (2006, p.) como “resultante da tensão produzida pela vida moderna, afetando negativamente a relação subjetiva com o trabalho”, ou como um sofrimento psíquico relacionado ao trabalho e associado a alterações fisiológicas resultantes do estresse, além de implicações socioeconômicas, outros transtornos ansiosos e depressivos e até risco de suicídio.

Trata-se então de uma resposta final ao estresse crônico e prolongado no trabalho, um adoecimento que envolve atitudes e condutas específicas, interferindo na vida pessoal e profissional do indivíduo e podendo estar relacionada à contemporaneidade e seu caráter competitivo e de produtividade em excesso, para atender o alto consumismo e em que o avanço tecnológico

---

<sup>8</sup> Também conhecida como síndrome do esgotamento profissional, está registrada no CID-10 (Classificação Estatística Internacional de Doenças e Problemas Relacionados à Saúde). Segundo estimativa da *International Stress Management Association* no Brasil (Isma-BR), aproximadamente 30% dos mais de 100 milhões de trabalhadores brasileiros sofrem com a *síndrome de burnout*. No âmbito mundial, os países desenvolvidos também apresentam o problema, como por exemplo a Alemanha, onde 8% da força de trabalho é afetada. Nos USA, a situação também é significativa - de acordo com a publicação *Changes in Burnout and satisfaction with work-life balance in physicians and the general US working population*, 27% dos trabalhadores têm SB. No Brasil, a falta de produtividade causada pela exaustão gera prejuízo de 3,5% ao PIB (Produto Interno Bruto), conforme cálculos feitos pela ISMA -BR em 2016. Segundo essa associação, o Brasil é o segundo país em estresse no mundo, ficando atrás apenas do Japão. Em pesquisa realizada em Porto Alegre (ISMA – BR 2016), 72% das pessoas de 25 a 65 anos se declaravam estressados; 32% apresentavam sintomas de Burnout. Comparado com o estudo anterior da entidade, de 2012, houve um aumento de 2% na incidência de SB entre os profissionais. A pesquisa também conseguiu classificar quais as áreas dos profissionais mais susceptíveis à SB (por ordem de incidência no Brasil): segurança pública, motoristas de ônibus urbano e controladores de voo, profissionais de saúde, bancários, atendentes de telemarketing e executivos (gestores). O Ministério da Saúde inclui a SB entre os transtornos mentais e do comportamento relacionados com o trabalho, tendo como agentes etiológicos ou fatores de risco de natureza ocupacional o ritmo de atividade penoso (CID10 Z56.3) e outras dificuldades físicas e mentais relacionadas com o seu ofício (CID10 Z56.6).



exige excelência, flexibilidade e agilidade. O homem vira uma máquina e atua de forma automática e desenfreada, enquanto as máquinas o substituem como homem autônomo e ser pensante.

Geralmente, o indivíduo caminha aos poucos, da fascinação e engajamento para as frustrações e exaustão emocional, despersonalização e falta de realização, sendo a incidência maior em atividades que oferecem atendimento direto a outras pessoas, em busca de ajudá-las e de cuidar do outro. O resultado tanto dessa frustração pessoal quanto das incertezas, da insegurança, instabilidade e transitoriedade caracterizadas pela contemporaneidade refletem na saúde do sujeito trabalhador contemporâneo e resultam em interferências tanto em nível pessoal quanto institucional e social, levando a sintomas depressivos e consequências físicas, psíquicas, comportamentais e defensivas (ROSA, 2016).

Marques e Freitas (2014) mencionam a fadiga, a frustração, o estresse, a exaustão emocional e a falta de esperança, além da erosão da motivação e da competência como sintomas da síndrome do esgotamento profissional. Eles também destacam as características contemporâneas que levam a um trabalho que exige flexibilidade, dedicação intensa e ritmo frenético, com tendência ao serviço temporário, terceirizado e focado no curto prazo; características estas que colaboram para uma corrosão de caráter e medo do fracasso e da inaptidão, levando ao medo do desemprego.

Já Vieira *et al.* (2006) acentuam diferenças entre quadros clínicos - no *burnout*, o estado depressivo é temporário e especificamente relacionado ao trabalho, sendo também uma fase ou um precursor no desenvolvimento da depressão, o que faz com que, quanto mais grave o caso de Síndrome de Burnout, mais parecido com um transtorno depressivo ele será. Além disso, indivíduos com depressão ou tendência a um quadro depressivo podem se tornar mais vulneráveis ao desenvolvimento da síndrome de *burnout*<sup>9</sup>.

---

<sup>9</sup> Com base nas três dimensões do *Maslach Burnout Inventory* (MBI), instrumento multifatorial mais usado para avaliação da Síndrome de Burnout (TAMAYO; TRÓCCOLI, 2009), é possível perceber quais são os sintomas e as consequências desse adoecimento. De acordo com Millan (2007), Tamayo e Tróccoli (2009) e Vieira *et al.* (2006), são elas: Exaustão Emocional (EE): sentimentos relacionados à fadiga intensa, esgotamento energético emocional, falta de forças para trabalhar e sensação de exigências além de seu limite emocional. O sujeito fica irritável, amargo, pouco generoso e pessimista; Despersonalização (DE): distanciamento emocional e

Os profissionais com mais tendência a desenvolvê-la são “aqueles que mais se dedicam a um projeto, que investem totalmente em seu trabalho, mais identificados com os ideais da ocupação e da profissão que ocupam” (JARDIM, SILVA FILHO e RAMOS, 2004, p. 83). São profissionais que desejam alcançar um futuro para si próprios através da profissão que exercem, e desenvolvem a síndrome quando começam a experimentar fracassos e desilusões relativos a seus projetos futuros.

Segundo Cherniss (1995), os fortes ideais e altas expectativas que os profissionais tinham no início de suas carreiras são perdidos; eles então são levados a uma diminuição drástica da realização pessoal que exaure suas forças.

Para Maslach, Shaufeli e Leiter (2001), existe um desequilíbrio entre os valores individuais almejados pelos sujeitos e a realidade organizacional na qual não encontram lugar.

De forma mais sintética, a *síndrome de burnout* acomete pessoas engajadas com um futuro profissional e comprometidas com certos valores que desejam pôr em prática; e, justamente, o fracasso e a perda desse futuro gera desilusão e uma conseqüente perda do comprometimento.

Em síntese, Shaufeli e Buunk (1993) evidenciam como a falta de suporte entre os profissionais nas organizações produz uma alta incerteza em relação à melhor maneira de executar as atividades profissionais, o que, por sua vez, leva ao isolamento, ao medo da incompetência, à busca solitária de quem somente conta consigo para manter sua competência profissional e, como conseqüência desse processo, deteriora a orientação para mudança e a autoestima, conduzindo à exaustão física e emocional.

Conforme o modelo de Pines (1993), um profissional que trabalha com um futuro cheio de expectativas, muito além do trabalho em si, está conectado com um projeto de futuro que traduz uma existência concreta, e seu fracasso

---

indiferença na relação com usuários dos seus serviços. Ele perde empatia e demonstra indiferença quanto ao sofrimento alheio, tratando aos outros como objetos; Comprometimento da Realização Pessoal (RP): deterioração da auto competência, falta de satisfação com seu desempenho e de perspectivas de futuro, frustração e sentimento de fracasso. O indivíduo passa a se sentir impotente, frustrado, infeliz e com a autoestima baixa.

pode desencadear o Burnout. O autor aponta que existe um processo para a que o Burnout se instale e o ponto de partida são os objetivos e expectativas pessoais que o indivíduo tenta combinar com o profissional, na busca de um significado existencial do trabalho para o conjunto da vida do indivíduo. O confronto desses ideais com estressores, como sobrecarga, burocracias etc., aliado à falta de fatores motivadores, como autonomia, chefia competente, entre outros, faz com que os objetivos individuais não sejam alcançados. Um verdadeiro conflito entre objetivos e expectativas versus a realidade, que frustra e concretiza uma experiência de fracasso, que acontece em três passos: falta de realização profissional, despersonalização e esgotamento de energias.

### 2.1.3 O significado do trabalho na existência humana

Considerando que o trabalho e a significação existencial do indivíduo estão vinculados, faz sentido observar a teoria de projeto de ser de Sartre para esclarecer cientificamente a relação do homem com o futuro como uma dimensão temporal essencial para se compreender a ação humana como significativa.

Segundo Sartre (1986), o que cabe ser compreendido é que o significado do trabalho na existência humana só é possível se analisado dentro da opção individual de cada um, dentro do seu projeto de ser.

O homem é seu projeto e não um ser que tem um projeto, como se este último fosse outra coisa que a própria realidade humana em seu movimento concreto (SARTRE, 1979).

Ainda para o filósofo existencialista, o ser humano se define a si mesmo como um estado perpétuo de *ser-para-além-de-si-mesmo-em-direção-a* (SARTRE, 1979), sendo necessária a busca constante de superar seu passado. O significado do trabalho como *projeto* e não como respostas a estímulos contingentes visa à criação de uma realidade idealizada futura.

Em *O Ser e o Nada* (1997), afirma que as características básicas do projeto de ser passam pelas possibilidades que tal pessoa encontra; a dimensão de futuro que a temporalidade de seus atos encerra; a alteridade constitutiva de outro projeto de ser, isto é, de outra manifestação da realidade

humana, de outra pessoa e a intenção fundamental desse projeto, os seus fins últimos.

A possibilidade permanente de que um fim seja transformado em ilusão caracteriza o campo social e os modos de alienação (...) Melhor ainda, as noções de alienação e de mistificação não têm precisamente sentido senão na medida em que roubam os fins e os desqualificam (SARTRE, 1979, p. 124).

A ação pro-jeta um futuro a se alcançar, unindo o que é desejável com o que ainda não existe. Assim, para Sartre (1989), nenhuma ação é sem sentido, mas direciona ao futuro. Agir racionalmente é se estar livre para decidir sobre o futuro projetado pelos atos; porém, quando se age movido pela emoção, isso impossibilita ser livre, com os impulsos preconcebidos conduzindo as ações a fins desconhecidos.

Não existe fenômeno emotivo ou racional sem que exista uma projeção de futuro porvir. As estratégias de ação são definidas em um campo já eleito; ou seja, as ações voluntárias e as emotivas são meios para alcançar os fins já definidos, em que o trabalho pode ser parte integrante. “Os motivos mobiles não têm sentido senão no interior de um conjunto pro-jetado, que é justamente um conjunto de não existentes. E este conjunto é, finalmente, eu mesmo como transcendência, sou eu em tanto que tenho que ser eu mesmo fora de mim” (SARTRE, 1989, p. 463).

Para Sartre (1989), toda ação é compreensível como projeto em direção a um mundo possível e inexistente. Nenhuma ação se reduz a si mesma, necessariamente se conecta à totalidade do ser, que vem a ser o projeto de ser. Toda e qualquer ação em si própria indica o futuro que pro-jeta.

Podemos dizer então que o trabalho e a *síndrome de burnout* estão relacionados a partir do conceito de fracasso psicológico, fracasso da estratégia para se alcançar um projeto de ser. Para Cherniss (1993), isso se configura por não se alcançar os resultados intencionados e significativamente importantes; e para Pines (1993), o fracasso é do significado existencial que o trabalho assume dentro de uma totalidade histórica e individual.

No artigo “Síndrome de Burnout” (2007), Fernando Gastal de Castro<sup>1</sup>; José Carlos Zanelli<sup>2</sup> afirmam:

É um homem em sua totalidade que fracassa, na medida em que a significação de um projeto profissional advém do projeto

de ser. Portanto, o fracasso no perfil profissional somente mostra-se capaz de desencadear a síndrome de Burnout quando, e somente quando, o futuro possível e desejado para o qual o sujeito elegeu-se e está projetado é perdido. Portanto, a definição do ser humano como projeto de ser proporciona um avanço científico importante na compreensão do desenvolvimento da síndrome de Burnout, pelo fato de permitir trabalhar com uma variável essencial nesse processo, qual seja, a relação do homem com o futuro. E, dessa forma, tornar compreensível a função dessa dimensão temporal na constituição do significado que o trabalho adquire para os indivíduos, bem como, verificar a dialética existente entre as condições estressoras laborais na atualidade e o fracasso do projeto de ser. Torna-se possível, assim, apreender elementos fundamentais para uma compreensão das relações entre o fracasso do futuro projetado, a perda do significado existencial do trabalho e as variáveis estressoras organizacionais no mundo atual e, assim, avançar no equacionamento teórico sobre o desenvolvimento da síndrome de Burnout.

Para atender ao mundo contemporâneo acelerado, o indivíduo vive, então, em uma excitação que cansa e esgota. Para Figueiredo (2018), porém, “a sobre-excitação parece mascarar o cansaço e proteger o sujeito do estado de profundo esgotamento, abatimento e morte psíquica”. O sujeito procura, então, substituir seu estado de esgotamento por algo que atenda as demandas sociais. Para ele, é preciso agir – uma reação falsa, mas segura e capaz de dar razão à uma vida cansativa e deprimente. É necessário ao sujeito proteger sua realidade angustiante de alguma forma; forma esta que deve ser aceitável à comunidade e aparentemente comum e compatível ao período contemporâneo.

Ainda segundo o autor, existem inúmeras figuras que representam a pseudo-vitalidade. A *síndrome de burnout* é uma patologia da percepção de um indivíduo angustiado pela desproporção entre a grandiosidade da expectativa fantasiada e a realidade.

## **2.2 Psicodinâmica do trabalho e a psicanálise de Winnicott**

Como vimos, o trabalho na contemporaneidade, marcado pela flexibilização exigida do trabalhador, pode tanto oferecer condições de crescimento pessoal e profissional como se constituir como um meio de opressão, exploração ou exclusão (SENNET, 2006).

O adoecimento acontece quando os trabalhadores não têm possibilidade de mobilizar a sua subjetividade, tanto em função da restrição de seus próprios recursos psíquicos, quanto pelas imposições da organização de trabalho. Por outro lado, o prazer acontece quando o trabalho é fonte de valorização e reconhecimento.

Entendo que a psicodinâmica do trabalho e a psicanálise winnicottiana têm vários pontos em comum, e um dos principais é acreditar que para que haja mobilização da inteligência do indivíduo, ele deve gozar de boa saúde. Em Winnicott (1990), saúde é o desenvolvimento satisfatório, a mobilização para a integração, de modo que o indivíduo se sente uma pessoa inteira, criativa e espontânea, sendo apto a se relacionar com o ambiente que o cerca.

Para Winnicott (1990), a saúde pode ser definida como a flexibilidade de poder transitar por intermédio de diferentes posicionamentos existenciais sem que se perca o acesso à unidade de si. O indivíduo transita em estados integrados e não integrados, alternando criação e ação e diferenciações do *self* de maneira sustentada.

### 2.2.1 Brincar de trabalhar na infância e na vida adulta

No texto “Escritores e devaneios” (1908/1980), Freud afirma que o trabalho está para o adulto assim como o brincar está para a criança. Mas é Winnicott quem avança nessa ideia. Vejamos.

No livro *O Brincar e a Realidade* (1975), afirma que é gerado um espaço entre mãe e bebê a partir das experiências vividas por ambos, ocupado por objetos transicionais e fenômenos transicionais. O significado de brincar atua desde um objeto até estágios mais elevados da capacidade humana relacionada com uma experiência cultural e criatividade. O controle do que é externo toma tempo, e Winnicott considera que brincar é fazer.

O brincar na infância auxilia a definir e redefinir os limites entre o eu e os outros e contribui para a obtenção de um senso de identidade pessoal e corporal. Com o passar dos anos, as brincadeiras e os jogos dão lugar aos passatempos, que, por sua vez, dão lugar a outra finalidade – ao trabalho.

Esse vínculo idêntico ao brincar é experimentado pelo adulto na prática do trabalho (RODULFO, 1990; MOLINIER, 2013).

[...] as formações de desejo, longamente desdobradas e desenvolvidas no campo do brincar infantil e adolescente, passam, cedem grande parte de sua força e de seu poder intrínseco para o trabalhar, como atividade central da existência adulta, outorgando-lhe assim uma base pulsional decisiva. Sem esta base, o trabalho ou não pode se constituir, ou se pseudoconstituir como uma fachada talvez socialmente muito produtiva, mas subjetivamente vazia de significação (RODULFO, 1990, p. 158).

Através do brincar e do imaginar, a criança ensaia o trabalho futuro em que interpretará papéis profissionais com uma postura ativa. Desde muito cedo, ensaia um fazer no trabalho, no momento em que interpreta papéis profissionais, assumindo uma postura ativa. Quando adulto, o indivíduo terá influências da sua história, experiências e desejos, constituindo-se um eu integral, um *self* para atuar no trabalho.

A autoconfiança, implantada por um ambiente saudável com a mãe e pela ilusão de onipotência e posterior desilusão, propiciará ao indivíduo autonomia para que ele adquira segurança. Através do trabalho, o adulto consegue viver questões existenciais da infância e buscar pelo seu desejo, prazer e emancipação. Mas, para que consiga utilizar produtivamente sua inteligência e maturidade no trabalho, é necessário que ele tenha vindo de um ambiente suficientemente bom, inicialmente criado pelo cuidado materno e depois estendendo-se no campo social.

No artigo “Mobilização subjetiva: do sofrimento ao viver criativo no trabalho”, Bruno Marcello Ferreira do Nascimento e Hélder Pordeus Muniz (2019) afirmam: “Quando o bebê tem uma experiência de onipotência positiva, futuramente terá condições de lidar com frustrações que possam surgir na fase adulta, inclusive em situações de trabalho” (p.48). Como visto anteriormente, o sofrimento está presente em qualquer trabalho, mas, para os autores, aquele que lidou melhor com a frustração de deixar de ser o centro do mundo, dando-se conta de que este estava lá antes de sua chegada, “terá uma entrada rumo à realidade de maneira mais saudável e, como consequência, na vida adulta, suportará melhor os obstáculos que surgirem no encontro com o real” (p.49). Já aqueles cuja experiência de onipotência no início da vida não foi satisfatória,

isso irá se exacerbar na fase adulta, gerando “uma falsa criatividade e um controle manipulativo da situação – um falso *self*”. São pessoas que apresentam mais dificuldade de mobilizar a inteligência, mas, ainda assim, o trabalho pode significar uma nova oportunidade de reconstituição em um novo ambiente, desta vez coletivo, de viver outra experiência criativa, desta vez contando com o apoio que não teve antes de uma mãe suficientemente boa:

Assim, para a Psicodinâmica do Trabalho, o sujeito não está condenado pelo seu passado: o trabalho pode ser tanto um lugar que piore os efeitos dessa experiência de vida inicial como pode ser aquilo que vai ajudar a superar obstáculos e a reconstruir suas chances de ter um viver criativo com suporte coletivo e confiança. (FERREIRA DO NASCIMENTO e MUNIZ , 2019, P.49)

Mediante a análise acima, fica como responsabilidade da psicanálise tornar o indivíduo mais atento ao seu presente e às influências da contemporaneidade, de modo que fique menos refém do sistema produtivo do capital e mais atento ao respeito por seus valores e sua vida subjetiva.



### Capítulo 3. TEORIA DO AMADURECIMENTO EM WINNICOTT

*(...) precisamos chegar a uma teoria do amadurecimento normal para podermos ser capazes de compreender as doenças e as várias imaturidades, uma vez que não nos damos por satisfeitos a menos que possamos preveni-las e curá-las.*

(WINNICOTT, 1962, p.65)

Para refletirmos acerca do adoecimento psíquico, a angústia e o seu destino em ações compulsivas, começo com a compreensão do que é saúde do ponto de vista do pediatra e psicanalista inglês D. W. Winnicott, autor de referência deste estudo, para quem a psicanálise deve se voltar aos desenvolvimentos dos indivíduos que se manifestam em seus modos de ser no mundo, na vida afetiva, contemplando emoções e instintos.

Fulgêncio (2020, p. 103), no livro *Psicanálise do Ser*, destaca que, na perspectiva winnicottiana, “[...] grande parte da vida psíquica é fruto de processos inconscientes, que estão, para ele, sempre referidos a relações inter-humanas, desde seu início mais remoto”. Adverte o autor que o conceito de dinâmica de Winnicott diverge daquele pensado por Freud, para quem dinâmica é composta por um jogo de forças que determina o indivíduo.

Já em Winnicott, a dinâmica se refere às relações inter-humanas que determinam o ser e o vir a ser de uma pessoa no mundo. Segundo Fulgêncio, Winnicott substituiu a noção freudiana de pulsão pela de ser e necessidade de ser (FULGÊNCIO, 2003/2008).

A tendência a integrar-se é ajudada por dois conjuntos de experiências: a técnica pela qual alguém mantém a criança aquecida, segura-a e lhe dá banho, balança-a e a chama pelo nome, e também às agudas experiências instintivas que tendem a aglutinar a personalidade a partir de dentro. (WINNICOTT, 1945d, p.224).

Para Winnicott, portanto, saúde significa continuidade de ser a partir de si mesmo, sendo então baseada na necessidade de ser e na tendência inata à integração, que se inicia logo com o nascimento e que, apesar de inata, é também garantida por fatores internos (excitações) e externos (ambiente). Considera que tão importante como o ser é o continuar a ser, e tudo que interrompe esse processo é considerado trauma, pelo fato de interferir ou mesmo paralisar o processo de desenvolvimento (FULGÊNCIO, 2020).

Fulgêncio (2020) ressalta que, na concepção winnicotiana de saúde, o indivíduo começa a ser apto a cuidar de si mesmo, sendo capaz de reparar danos e sentir-se deprimido (vívica como tendência à integração social). A saúde corresponde a adequação entre a idade cronológica e o modo de funcionamento do indivíduo. Os impulsos fundamentais da vida humana estão relacionados à necessidade de ser e continuar sendo além de uma tendência inata à integração. Nessa perspectiva, saúde não é uma forma de administrar a vida instintual nas relações inter-pessoais, mas uma forma de administrar os impulsos instintuais nas relações objetais.

A vida de um indivíduo se caracteriza mais por medos, sentimentos conflitantes, dúvidas, frustrações do que por seus aspectos positivos. O essencial é que o homem ou a mulher se sintam vivendo *sua própria vida*, responsabilizando-se por suas ações ou inações, sentindo-se capazes de atribuírem a si o mérito de um sucesso ou a responsabilidade de um fracasso. Pode-se dizer, em suma, que o indivíduo saiu da dependência para entrar na independência ou autonomia (WINNICOTT, 1971 p. 30).

Apesar de concordar com a teoria freudiana do Complexo de Édipo, Winnicott (1963) não considera a relação triangular edípica como parte dos primeiros estágios do desenvolvimento da criança, mas aponta para etapas ainda mais precoces, em uma relação dual (mãe e filho) em que o bebê, em seus primeiros meses, ainda não possui ego e depende – absolutamente – do ego auxiliar da mãe e de seu cuidado materno, que ele considera necessário ser “suficientemente bom” para permitir o bebê a *vir-a-ser*.

As bases da saúde mental do indivíduo são estabelecidas nos estágios iniciais do desenvolvimento e envolvem basicamente os processos de maturação – que são tendências herdadas – e as condições ambientais necessárias para que eles se realizem (WINNICOTT, 1963). Mas não é o ambiente que faz o bebê crescer e nem é ele quem determina o sentido desse crescimento; o ambiente funciona como um facilitador quando o processo de maturação é suficientemente bom. A única herança admitida pelo autor diz respeito ao potencial inato para o amadurecimento.

A maturidade individual implica um movimento em direção à independência, mas não existe essa coisa chamada “independência”. Seria nocivo para a saúde o fato de um indivíduo ficar isolado a ponto de se sentir independente e

invulnerável. Se essa pessoa está viva, sem dúvida há dependência! (WINNICOTT, 1971f, p.3).

Winnicott (apud FULGÊNCIO, 2020) classifica os pacientes em razão de seu estágio de integração, sendo: aqueles que funcionam como pessoas inteiras e cujas dificuldades estão nos relacionamentos; aqueles cuja personalidade só recentemente começou a se integrar; aqueles que estão em estágios anteriores ao estabelecimento da personalidade como unidade no espaço-tempo.

Para Winnicott (1990), toda a existência decorre então nesse intervalo entre o ser e o não-ser, na luta do indivíduo para não sucumbir aos estados de dissolução e estender, ao longo do tempo, a continuidade do seu ser, mediante o funcionamento do processo maturacional. Essa continuidade não pode ser assegurada pelo indivíduo por si só, mas depende de um ambiente facilitador. Por conseguinte, a falha da provisão básica inicial perturba os processos de maturação, inibindo o crescimento emocional da criança.

Se é a partir do cuidado suficientemente bom que o indivíduo passa a existir, é preciso também entender como isso se dá. Winnicott (1971/1990) acredita que essa existência se dê de forma psicossomática, desenvolvida pela mãe-objeto e ambiente, capaz de permitir experiências funcionais motoras e sensoriais somadas a um novo estado de ser, que surge por meio do auxílio do ego da mãe.

No livro *Natureza humana* (2000 pp. 45-56) afirma então a existência de três fases distintas a partir da dependência do ambiente: dependência absoluta (nascimento até três meses); dependência relativa (nove meses até um ano e meio), quando ocorre o desmame e a transicionalidade; e rumo à independência (um ano e meio em diante) ou concernimento.

- Dependência absoluta: o bebê não percebe ainda o cuidado da mãe, não controla bem ou mal, sofre angústias impensáveis e espera ser beneficiado. Aqui, a amamentação possui importância central, representando o início das relações com a realidade externa, que não é compreendida pelo bebê, a priori, como sendo externa, e o ambiente é entendido como a própria mãe. A mãe é mãe-ambiente e mãe-objeto, dado que para a criança entrar em contato com algo – o objeto – é

necessário que esse algo se encontre em algum lugar – ambiente. O bebê tem uma ilusão de onipotência, e a previsibilidade do cuidado materno é de vital importância para que o bebê se sinta seguro.

Nesta fase, o bebê cria uma memória de presença (como um ambiente facilitador) e, aos poucos, vai se tornando capaz de reter a imagem da mãe, podendo prescindir cada vez mais da presença real dela (WINNICOTT, 1962c, pp. 59-60). Além disso, a integração no tempo e espaço, a personalização, o início das relações objetais e a constituição de um si-mesmo serão os grandes desafios. A essas tarefas do bebê correspondem cuidados maternos específicos: à integração no espaço e no tempo corresponde o segurar (*holding*); o alojamento da psique no corpo é facilitado pelo manejo (*handling*), que é um aspecto especializado do segurar relativo aos cuidados físicos; à relação objetal pertence, por parte da mãe, a apresentação de objetos (*objectpresenting*) (WINNICOTT, 1962).

Se houver uma falha muito significativa nessa fase da dependência absoluta, pode acontecer uma paralização do processo de amadurecimento e uma deficiência mental ou esquizofrenia.

Nesta fase antes e logo após o nascimento, em que não existe, para o bebê, uma realidade não-self, e ele é sustentado pelo ambiente (Mãe-ambiente), pode-se dizer, em termos identitários, que o ser humano vive a experiência SOU, sem nenhum predicado reconhecido, como tal, por ele mesmo – ainda que inúmeros sentidos estejam sendo atribuídos (pela elaboração imaginativa dos acontecimentos existenciais, corporais e relacionais).(FULGÊNCIO, 2020, p. 124).

- Dependência relativa: o bebê começa a perceber suas necessidades no cuidado materno e as relaciona com impulsos pessoais. Inicia o processo de confiança em si e segurança no ambiente. A partir dos 18 meses até os dois anos de vida, o bebê vai se relacionar com os objetos não-eu, intermediando o contato do mundo subjetivo com o objetivo. O brincar e o sonhar são essenciais para a passagem para essa nova fase (WINNICOTT, 1971). Além de estar intimamente ligada ao início da capacidade de simbolizar, aqui, o bebê passa a se relacionar com a exterioridade através da posse de determinados objetos, chamados

de objetos transicionais, ou a primeira possessão não-eu (entre oito e dez meses de vida – fase da transitoriedade).

O bebê começa a viver uma área intermediária, em que existe a percepção de objetos subjetivos. Em outras palavras, a passagem para a percepção da realidade externa como independente de sua criatividade originária e onipotência só se dá através da destruição do objeto subjetivo. Nesse momento, aparece uma tendência à agressividade, de destruição do que se é amado. Uma criança que se vê impedida de exercer sua agressividade e destrutividade sobre os objetos se torna incapaz de estabelecer um contato pleno tanto com sua subjetividade como com a realidade exterior, o que inclui a própria mãe e as demais pessoas. Isso pode acarretar um distúrbio psíquico na criança, além do retardo em seu desenvolvimento da coordenação motora e da cognição (WINNICOTT, 1965). Havendo um processo de desenvolvimento normal, o bebê poderá experimentar um *self* como algo inteiro, com a percepção de interior e exterior. A parte essencial é a da integração, que vai ser feita pela sustentação que a mãe vai dar ao ego do bebê (movimento externo) e por um movimento interno de atividade mental do bebê. Quando o bebê começa a desenvolver a diferenciação do “eu” e do “não eu”, o mundo exterior pode ser ameaçador, e o suporte amoroso da mãe consegue neutralizar essas ameaças.

Outra parte igualmente importante é a personificação, em que o sujeito consegue uma unidade chamada psique-soma. Gurfinkel (1999) diz que a psique e o soma – que formam o esquema corporal de todo indivíduo – interpenetram-se e desenvolvem-se em uma relação dialética, e apresentam o paradoxo da diversidade na unidade. Assim, o sujeito tem um ego relativamente integrado, e com a sensação de que o núcleo do si-próprio habita o seu corpo. Ele e o mundo são duas coisas separadas e a adaptação do bebê ao meio se torna um processo gradual de falhas para o amadurecimento.

Quando o ambiente falha, é que o bebê começa a existir com a realidade. A mãe suficientemente boa deve ser capaz de deixar acontecer um fracasso gradual que encaminhe o sujeito a uma

independência madura com o desenvolvimento de seu *self* (GURFINKEL, 1999)

[...] em termos gerais, Winnicott considera que o indivíduo nasce não integrado, numa fase inicial que denomina de dependência absoluta; segue, integrando-se com a ajuda do ambiente, numa fase denominável de dependência relativa, até o momento em que conquista a possibilidade de distinguir entre o eu e o não-eu; prosseguindo, então, pela fase do concern, termo que foi traduzido como concernimento (apesar da palavra não existir na língua portuguesa) ou preocupação, cujo desenvolvimento o leva a conquistar, na saúde, a possibilidade de se sentir como uma pessoa inteira que se relaciona com os outros (também reconhecidos como pessoas inteiras) num cenário edípico em que o indivíduo tem que administrar sua instintualidade nas relações interpessoais (HUMBERG, 2016, p. 77).

- Rumo à independência: aqui, o indivíduo, que já se incorporou como uma unidade básica do sujeito psicológico e se diferenciou do mundo começa a administrar sua relação com o mundo, com seus impulsos amorosos/destrutivos, pressões instintuais, dependência/independência, espontaneidade/criatividade e sua submissão/opressão. Essa fase pode ser subdividida em Independência Relativa Infantil (fase do concernimento – 18 meses a 10 anos) e Independência Relativa Adulta (a partir dos 10 anos).

Na fase da independência relativa infantil, o sujeito já conseguiu uma certa integração, mas ainda segue nesse processo e, portanto, dependendo do ambiente. Os processos integrativos desse período compreendem a instintualidade que passa a ser vivida como algo interno ao *self*: os aspectos bons e maus do Eu e dos objetos, a experiência de destruir e reparar. Além disso, existe a fase edípica que prepondera a administração das relações interpessoais através das projeções, introjeções e identificações com o pai e terceiros. (FULGÊNCIO, 2020). A criança vai se perceber como o eu sou (*self*), diferente do mundo externo e, segundo Fulgêncio (2020, p. 133)

[...] se em momentos anteriores a criança vivia seus instintos como se fossem exteriores a ela, como se viessem de fora, assolando-a e exigindo uma reação, agora, mais madura, ela também realizará (se tudo der certo) a integração de seus instintos como vindos não de fora, mas dela mesma.

Já a fase da Independência Relativa Adulta (10 anos até a morte) traz como subfases a adolescência, a conquista da vida adulta, a velhice e a morte. A adolescência vem com a necessidade de, além de administrar a vida instintual, encontrar um lugar para si mesmo e encontrar a si mesmo. Intensifica-se a referência de si mesmo (o pessoal é sentido como real e verdadeiro), mas o mundo externo é procurado e confrontado. Na vida adulta / maturidade, há o reconhecimento de que a vida é difícil e o indivíduo negocia constantemente seu mundo subjetivo com a realidade objetiva. Isso implica a necessidade de se reconhecer como o que realmente é e do que está a ao alcance, de modo que, com base em si mesmo, seja capaz de integrar-se ao social. O modo de ser-estar no mundo, de ser-estar criativo caracteriza saúde e faz com que a vida valha a pena ser vivida (FULGÊNCIO, 2020).

As pessoas têm que aceitar o que são e aceitar a história de seu desenvolvimento pessoal, justamente com as influências e atitudes ambientais locais; elas têm que continuar vivas e, vivendo, tentar se relacionar com a sociedade de modo a haver uma contribuição nos dois sentidos (WINNICOTT, 1986g, p. 189).

O envelhecimento e a morte fazem com que o indivíduo diminua seu ritmo e comece a retornar ao não-ser, voltando a ser mais dependente do ambiente: “Muito do que geralmente é dito e sentido a respeito da morte, na verdade, se refere a este estado anterior ao estar-vivo, no qual o estar sozinho é um fato e a dependência ainda se encontra muito longe de ser descoberta.” (WINNICOTT, 1988, p.154).

### **3.1 Objetos e fenômenos transicionais, falso e verdadeiro *self***

Apesar de todas as fases serem importantes e complementares no processo de amadurecimento psíquico, a hipótese desta dissertação é que o agir compulsivo pode ter suas raízes psíquicas na fase da dependência relativa, mais especificamente na transicionalidade.

Essas condições (para o desenvolvimento) começam com um grau de adaptação por parte da mãe às necessidades do lactente, e gradualmente se tornam uma série de falhas de adaptação; essas falhas são outra vez uma forma de

adaptação, porque estão relacionadas com a crescente necessidade da criança enfrentar a realidade e conseguir a separação e o estabelecimento de uma identidade pessoal. (WINNICOTT, 1963d, p. 91).

Nessa fase, encontramos três dinâmicas principais: desilusão, transicionalidade/uso do objeto e a fase do eu sou. O período da desilusão diz respeito à entrada formal na interação com o ambiente, algo não-*self*. Este processo, da ilusão da onipotência à entrada do princípio da realidade, é associado ao desmame, sendo necessário que o bebê consiga lidar com as falhas, que deverão ser suportáveis e possam proporcionar o desenvolvimento de recursos mentais. O ambiente falha, porém não desaponta o bebê, que aparece como algo que não é mais totalmente subjetivo.

É a capacidade de acreditar ou ter fé – não exatamente nisso ou naquilo, mas em que é possível ser, pois o mundo que torna esse ser possível não desaponta. Esse mundo, por um lado, é subjetivo e, por outro lado, é colocado lá, pelo ambiente, para que possa ser encontrado; é um mundo que repetidamente mostrou-se correspondendo (razoavelmente) às necessidades do bebê, sem que ele tivesse que ir em busca dele ou se adaptar. Tendo fé é possível tolerar as falhas do ambiente, e até mesmo certas frustrações e ausências da mãe, desde que em uma medida que não decepcione o bebê. (FULGÊNCIO, 2020, p. 127).

É, pois, na fase da dependência relativa que o ambiente (a mãe) deverá falhar de modo a proporcionar um desenvolvimento dos Modos-de-ser-no-mundo (FULGÊNCIO, 2020).

Na transicionalidade, a conquista das integrações continua sendo feita, e a ilusão que o bebê continua habitando se materializa em um objeto, criado por ele e, paradoxalmente, encontrado no ambiente. Diferente do objeto subjetivo, o transicional não desaparece com o fim da sua necessidade e pode ser possuído. Ele representa o modo como o indivíduo começa a se relacionar com a realidade. É usado como se fosse a mãe, como uma certeza de que a mãe não desapareceu, como uma extensão dela. “O ser humano (ao realizar este modo de relação com o mundo) vive a experiência de ser-com, paradoxalmente criando a si mesmo e ao outro, ao mesmo tempo sem que ele e este outro sejam ele e outro” (FULGÊNCIO, 2020, p. 129).



A criança vai utilizar objetos que cria e encontra dando materialidade a eles. Quando o objeto, assim como a mãe, não decepciona a criança, dizemos que ele resistiu e pode ser amado como algo externo. Dessa maneira, surge uma realidade do Não-eu, gerando uma integração no sentido do Eu sou, podendo diferenciar o eu e o resto. O objeto tem de ser destruído em sua existência subjetiva para sobreviver em sua realidade de objeto externo, sendo criado no que é.

Nesse momento de integração de si mesmo em uma unidade, em um nome que agrupa as experiências até então vividas (tanto de verdadeiro, quanto falso *self*), o ser humano, em termos identitários, conquista o eu e vive a experiência eu sou (FULGÊNCIO, 2020, p.139).

O objeto transicional vai ter a função de fornecer contorno para a passagem à realidade, em que o indivíduo e o meio ambiente estariam separados, porém unidos em um espaço potencial. Esse objeto pode ser qualquer coisa que dê suporte à realidade - a ponta de uma manta, um urso de pelúcia ou uma boneca de pano, já que o que importa é a função que ele desempenha: um campo intermediário entre a realidade externa e a realidade subjetiva (WINNICOTT, 1971).

A continuidade do processo de integração (dependência absoluta e relativa) vai propiciar que o indivíduo agrupe todas as experiências do *self*, integrando-se para se diferenciar do mundo. O Eu é uma integração de diversas experiências de si-mesmo; e o si-mesmo diz respeito às experiências efetivas de um agente responsável pelo ato de criar (espontaneidade, objeto subjetivo e transicional) (FULGÊNCIO, 2020)

Em um momento posterior do processo de desenvolvimento, o indivíduo poderá agrupar todas as experiências do *self* em um mesmo conjunto, integrando-as para conquistar a possibilidade de se diferenciar do mundo: a criança chegou à fase do eu sou (WINNICOTT, 1971f, p.3).

O uso do objeto transicional vai indicar que o bebê atingiu certo grau de integração, uma noção de eu e não-eu que sustentam o acesso à realidade e à simbolização. Ou melhor, já é capaz de se integrar com objetos materiais (e mais tarde, culturais) definindo qualidades subjetivas a eles. A maternagem funciona como sustentação da fusão entre a atividade motora do bebê e seus

impulsos amorosos para o objeto transicional. Quando existe uma falha traumática na experiência da transicionalidade, os bebês se agarram a alguns objetos como testemunhos das perdas sofridas, e no lugar do brincar, aparece um jogo repetitivo, com descargas pulsionais e papéis estereotipados (WINNICOTT,1958).

Winnicott desenvolve, então, os conceitos de *self* verdadeiro e falso *self*, sendo o verdadeiro a expressão do indivíduo a partir de si mesmo, que se afirma na linha da continuidade do ser, em oposição às falhas ambientais para sustentá-lo. O verdadeiro *self* é espontâneo e criativo e o falso *self*, uma reação de defesa do indivíduo para proteger o verdadeiro das falhas ambientais.

Todo indivíduo gera um falso *self* protetor, operativo/saudável, que se organiza em diversos graus na vida. O que determina um falso *self* patológico é o grau de domínio do falso sobre o verdadeiro na existência do indivíduo no mundo.

[...] Até que ponto o homem tem uma vida que é sua, real, na qual interage com o mundo sem perda demasiada da sua espontaneidade, ou seja, se sente que sua vida vale a pena ser vivida, por oposição aos sentimentos patológicos de que a vida que vive não é própria, é fútil, sem sentido ou esperança” (FULGÊNCIO, 2020, p. 207).

Para Winnicott (1971/1975), a mãe que não consegue responder ao gesto espontâneo do bebê (uma alucinação não respondida) através de submissão ou ausência, faz com que a criança desenvolva um falso *self* como uma defesa paradoxal a um verdadeiro *self* ameaçado. Trata-se de uma estratégia de sobreviver e não de viver. É a função materna que deve garantir a continuidade do sentimento de existir da criança, evitando a reação que resultará na dissociação, culminando com a organização de um falso *self*.

A disponibilização da mãe ao seu bebê permite a ele SER, vivendo um tipo de relação que Winnicott (1986) denomina feminino puro. Tanto mãe quanto bebê SÃO, permitindo que se abra um caminho para a constituição de um si mesmo por parte do bebê, na fase de dependência absoluta. À medida em que vai amadurecendo, o Ego já com a função que diferencia o eu do não-eu, vai sendo capaz de sentir as necessidades como próprias, buscando atendê-las (FAZER - masculino puro).

O bebê necessita ser / existir, como também poder ser apto a seguir na direção de sua existência. A interação entre estas duas posições, a feminina e a masculina, é o que possibilita o estabelecimento de si (WINNICOTT, 1986).

Winnicott (1986) considera que existem duas facetas constitutivas (feminino e masculino) possibilitando a convivência do subjetivo e do objetivo. A existência do objetivo e do subjetivo pessoal compõe o que Winnicott denomina viver criativo. O viver criativo é a possibilidade de se estar de modo subjetivo e de um modo objetivo, de maneira a ver o mundo com objetividade sem perder a visão pessoal. Afirma ainda que a criatividade é, muitas vezes, simplesmente estar vivo.

As experiências do feminino e do masculino na origem possibilitam o estabelecimento do sentido de si e da possibilidade de vir a se realizar um percurso pela vida. O *self* abre-se para um tornar-se, para um devir. Porém, se existirem falhas nesse processo de integração, surgem rupturas entre o *ser* e o *fazer*. O viver criativo fica impossível, e o *self* passa a ser aquele que está sempre respondendo e se adaptando à realidade externa, em detrimento do "si mesmo" (*self*) verdadeiro. A vida passa a ser dirigida de fora para dentro sem uma resistência do *self* (WINNICOTT, 1986).

No capítulo que se segue, trago então o caso clínico do paciente que aqui chamo Roberto e que, certamente, possibilitará avançar na compreensão dos fatores implicados em quadros de angústia relativa ao campo do trabalho.

## Capítulo 4. CASO CLÍNICO: DA ANGÚSTIA AO *BURNOUT*

*Comigo me desavim  
fui posto em todo perigo  
Não posso viver comigo  
não posso fugir de mim  
Com dor, da gente fugia  
antes que esta assim crescesse;  
Agora já fugiria  
de mim, se de mim pudesse.  
Que meio espero ou que fim  
do vão trabalho que sigo  
Pois trago a mim comigo  
tamanho inimigo de mim?*

Sá de Miranda (Khel, MR- pg 61 – 2009)

Para enriquecer este trabalho, apresento neste capítulo um caso clínico, de um paciente que aqui chamo Roberto<sup>10</sup> - um homem de 54 anos que chegou ao meu consultório por recomendação de uma colega de profissão. Quando me descreveu o caso, ela comentou que acreditava se tratar de um quadro “leve”, talvez uma neurose obsessiva que estava se agravando devido ao estresse no trabalho.

A escolha desse caso se deu por entender que se trata de um adulto que vinha apresentando muitas das questões teóricas abordadas anteriormente, em especial sobre a teoria do amadurecimento de Winnicott, a angústia, o agir compulsivo e o *Burnout* - aspectos que retomo no decorrer da narrativa.

### 4.1 Primeiras impressões

Em meados de 2010, Roberto me chamou por telefone e marcamos uma entrevista. Nesse primeiro encontro, ficou claro que ele não tinha muito entendimento do que vinha acontecendo em sua vida, disse se sentir perdido, sem rumo e, em determinadas situações, sentia-se muito mal fisicamente, com suores frios, palpitações e outros sintomas. Acertamos nosso contrato de trabalho e passei a receber Roberto uma vez por semana por aproximadamente 3 anos.

---

<sup>10</sup> Apesar da autorização do paciente quanto à publicação do caso, alguns dados, como nomes, locais e datas e alguns fatos foram alterados, para proteger o paciente.

Chegado o dia da primeira sessão, Roberto já estava à minha espera no consultório, pontualmente na hora marcada. Ele parecia tranquilo, mas, ao mesmo tempo, curioso para entender do que se tratava tudo aquilo e como eu poderia ajudá-lo. Logo de início, comentou que tinha ficado preocupado com a possibilidade de eu não entender o que se passava com ele. Curioso, observava minha sala minuciosamente, enquanto tomava o café que lhe ofereci. Ele falava com desenvoltura, e notei que era um pouco prolixo e repetitivo e que tentava me passar uma boa impressão, como se nosso encontro fosse uma visita informal.

Quando já estava ambientado, começou a fazer perguntas de como “funcionava” a psicanálise, seus resultados e quanto tempo duraria o trabalho. Tive a impressão de que ele se comportava como se estivesse em uma entrevista de emprego - em alguns momentos, eu era a “candidata” e em outros, ele.

Depois de lhe explicar sobre a psicanálise e a dinâmica dos atendimentos, Roberto começou a me contar de sua vida; ele estava separado há mais de 15 anos, não tinha filhos e morava sozinho na casa que era dos pais. Tinha amigos antigos e, aparentemente, não tinha problemas de relacionamento. Trabalhava como consultor, o que, segundo ele, fazia com que sua forma de comunicação fosse “leve” e, às vezes, um pouco detalhista; assim, ele conseguia se comunicar com todo tipo de pessoa, explicando tudo com calma e clareza. Contou também que havia sido internado em um hospital, não muito tempo atrás, em razão de uma estafa profunda, que chamavam de *síndrome de burnout*.

Um dos pontos que chamou minha atenção foi a quantidade de vezes que ele repetiu a palavra “oportunidade”. Todas as situações pareciam girar em torno das inúmeras oportunidades que apareciam em sua vida - a maioria delas voltada para o campo profissional, de empreendedorismo.

Não foi difícil perceber que existia um padrão na sua narrativa em relação às suas atividades e oportunidades de sucesso que relatava - havia riscos, mas grandes possibilidades de crescimento. Porém, após certo tempo, as dificuldades se apresentavam maiores do que quando avaliadas e o negócio se inviabilizava. Ocorreu-me então a imagem de uma montanha russa, em que

a geração de expectativas era alta e o levava ao topo; mas, logo em seguida, se iniciava a descida, com o aparecimento das dificuldades e frustrações.

Roberto parecia passar então por um processo de onipotência ao avaliar as oportunidades profissionais, com pouca profundidade e imaturidade, sendo pouco seletivo nas suas escolhas. Ou melhor, não avaliava com cuidado essas oportunidades - as que eram ou não adequadas e os riscos para implementar qualquer ação. Ao mesmo tempo, existia um tom de tristeza e arrependimento quando ele falava do rumo que sua vida tinha tomado. Uma visão angustiada de alguns fatos e, principalmente, de decisões que poderiam ter resultado em um estilo de vida mais seguro e confortável.

#### **4.2 História familiar**

Filho mais novo de uma família de cinco meninos, a mãe era dedicada à casa e aos filhos e o pai, executivo de uma empresa. Ambos, cada um à sua maneira, desempenharam papéis essenciais na formação psíquica de Roberto.

Ele se referia à mãe sempre com muito carinho e emoção, apesar de ela estar sempre ocupada com a casa e com tantos filhos de idades próximas: “Foi uma mãe muito presente e carinhosa. Apesar de ser dura, algumas vezes, ela sempre tinha uma palavra doce ou um gesto de carinho comigo. Acho que o fato de eu ser o mais novo e ter uma carinha de bebê ‘Johnson’ fez com que eu pudesse ser mais mimado ou mais manhoso... Acho que ela sempre achava um jeito de me colocar em um lugar especial, de alguém que necessitasse de mais proteção. Mas não era sempre que ela conseguia ter tempo pra mim... Não sei se isso foi uma coisa boa ou ruim pra mim, porque a vida nem sempre te trata como alguém especial e a gente se ressentir”.

Em uma sessão, perguntei a Roberto sobre a ocasião de seu nascimento: quaisquer detalhes relevantes sobre a gravidez de sua mãe ou se mais alguém havia cuidado dele nos primeiros meses ou no primeiro ano de vida, já que, nas famílias de classe média da época, não era muito comum assistentes domésticas para ajudar em casa. Ele me contou que, quando nasceu, a mãe, que já se mantinha muito ocupada com os outros filhos, teve de adicionar um pouco mais de atividade à sua rotina. A família já morava em uma

casa ampla e que necessitava de cuidados. A tia então ficou algum tempo na casa de Roberto para auxiliá-la nos cuidados com os sobrinhos, em especial com o recém-nascido.

Neste momento, tendo em mente a teoria winnicottiana, pensei que talvez a mãe de Roberto, sobrecarregada de afazeres e ainda com filhos de diferentes idades, demandando sua atenção, pode ter tido dificuldades de se dedicar como gostaria ao seu bebê, que, naturalmente, necessitava de uma presença mais estável, de uma continuidade do cuidado a ser recebido.

Importante lembrar que, sendo o cuidado inicial inconstante, o bebê vive uma sensação de angústia por não ter previsibilidade do que esperar do ambiente. De acordo com a teoria winnicottiana de maturação do ego, o bebê só virá a existir se essa base do cuidado materno for suficientemente boa para fortalecer o seu potencial herdado e sua continuidade de ser. Do contrário, “as consequências de um apoio defeituoso ao ego por parte da mãe podem ser tremendamente devastadoras” (WINNICOTT, 1990, p. 57).

Na perspectiva do autor, as angústias vividas nos primórdios não são relacionadas à função sexual, mas às múltiplas ameaças ao sentimento de existir que associam o bebê, tais como o temor do retorno a um estado de não-integração (levando ao aniquilamento e à ruptura da linha de continuidade do ser), o medo da perda de contato com a realidade e o temor da desorientação no espaço, o pânico do desalojamento do próprio corpo (o despencar no vazio) e de um ambiente físico imprevisível etc. Essas angústias primárias são impensáveis porque não podem ser definidas em termos de relações pulsionais de objeto, baseadas no modelo representacional (isto é, nas relações mediadas por representações de objeto; nas representações mentais). Ocorre que tais angústias não ascendem à percepção, nem chegam a ter um estatuto de fantasia, e à medida que não ganham conteúdo representacional, são impedidas de alcançar a simbolização. A personalidade tende então a ser construída de forma distorcida, com base nas reações às irritações do meio e como resposta defensiva às angústias sofridas por falhas no cuidado materno. Hiperativada, a mente se põe a trabalhar precocemente. As experiências não podem acontecer porque a mente se antecipa em estado de alerta, ocupada em prevenir qualquer ameaça de invasão ambiental.

Sobre o tempo da infância, Roberto me contou que foi tranquila, numa época em que se podia brincar na rua, passar a tarde com os irmãos e amigos jogando futebol, carrinhos e todo tipo de aventuras características dessa fase. “Era uma fase muito boa, brincava o dia todo. Me machucava, chorava, mas chegava em casa inteiro.”

Já na adolescência, Roberto contou que era um jovem bem popular, que continuava convivendo com os amigos, sempre com muitas atividades e agitação. A aparência privilegiada lhe ajudou com as mulheres, mas acreditava nunca ter realmente se vinculado emocionalmente a nenhuma delas: “Conheci muitas mulheres, principalmente a partir dos meus 20 anos. São Paulo sempre foi uma cidade generosa para jovens com um carro, boa aparência e um pouco de recurso no bolso. Eu e meus amigos íamos a muitos bares, festas e outras atividades. Conheci muita gente e me diverti muito. Não pensava muito no futuro e/ou no que queria da vida. Era apenas viver. Nenhuma mulher conseguiu me fazer ter interesse real por ela. Acho que nunca consegui me comprometer com ninguém”.

No que se refere à sua vida social e amorosa, em seus relatos, Roberto mostrava certa instabilidade e desconexão consigo mesmo, tendendo a se sentir mais confortável quando amparado de forma grupal.

Na vida acadêmica, Roberto sempre foi um aluno normal, com notas medianas no colégio e estudou por muitos anos em escolas técnicas, o que lhe conferiu habilidades manuais úteis de atividades que ele considerava como sendo “de homem” (elétrica, madeira, pequenos consertos domésticos ...) e das quais ele se orgulhava muito.

Também praticou vários esportes (várias modalidades), além de iniciação musical (logo abandonada), do interesse por mecânica de carros, da coleção de pequenas plantas, pequenas atividades de compra e venda de materiais diversos... Ou seja, atividades bastante diversas.

Comecei a considerar essa variação de atividades e a rápida migração de uma à outra como uma impulsividade e um baixo interesse / concentração em uma direção ou foco. Ideias se formavam e se desformavam, dando lugar a outras como um ciclo cujo foco é o movimento. Todas as atividades nas quais



Roberto se lançava vorazmente e, da mesma maneira, se afastava me remetiam ao fato de não estar conectado consigo.

### **4.3 Inserção no campo profissional e adoecimento**

A influência do pai também era muito forte, e a necessidade de trabalhar e ganhar dinheiro, como valorização pessoal, foi sempre um vetor no relacionamento com ele: “Sempre quis meu dinheiro e minha independência. No início, para viajar com amigos, depois para a vida. Com 14 anos, comecei a estampar camisetas e adesivos para uma marca de roupas de surf. Foi muito bom, me sentia muito forte, independente. Aos 17 anos, ao mesmo tempo que fazia as estampas, fui vender carros usados em uma loja e me saí muito bem. Aos 19 anos, entrei para o banco”.

Depois de finalizar a graduação, começou sua carreira formal em um banco. Segundo seu relato, ele trabalhava muito e sempre sob muita pressão. Essa rotina se deu por vários anos: “Eu sempre achei oportunidades em todas as coisas que via. Hoje, penso no que eu sentia. Era um misto de perspectiva, de entusiasmo, de sonhos, mas ao mesmo tempo eram anulados por uma angústia. Não sei muito bem explicar. Eu estava sempre à procura de alguma coisa, um novo negócio... Assim que a achava, tinha a sensação de que todos os meus problemas seriam resolvidos ali. Acho que nunca soube muito bem definir quais eram meus problemas nessa época. Eu os traduzia como financeiros. Depois que passava a adrenalina do pesquisar, construir, etc eu começava a sentir um incômodo, uma sensação ruim de estar perdendo algo, ou melhor, nunca ter achado o que vim procurar...e desistia”.

Saindo do banco, Roberto passou a administrar o portfólio de bens de um investidor por dois anos. Em seguida, iniciou a abertura de um negócio de prestação de serviços estéticos e ainda procurava por mais oportunidades: “Eu estava administrando as clínicas e os bens do investidor, mas mesmo muito ocupado, eu tinha a sensação de que ainda poderia fazer ainda mais. Quase que querendo encher um saco de coisas que já estava transbordando. Não tinha consciência na época de que o importante era executar bem, mas

procurar novas 'oportunidades'. Não sei por que eu fazia isso. Era automático. Nada era suficiente ou me preenchia. Não percebia e nem entendia o processo que se instalava em mim e que me seguiria pela vida toda”.

Foi ficando cada vez mais claro nos nossos atendimentos que Roberto sentia uma angústia que precisava ser preenchida por atividades. Nenhuma em particular lhe parecia ser adequada, vivia numa constante busca por algo, que nunca era encontrado. Essa busca incessante ia aumentando exponencialmente, e mais angústia era acumulada para ser descarregada em alguma nova atividade. Um processo incessante de busca por “algo a ser” como forma de esvaziar um sentimento, uma confusão emocional que sufocava e confundia.

A incapacidade de entrar em contato com seus verdadeiros desejos trazia confusões emocionais e escolhas objetais equivocadas, pois eram baseadas no ambiente e nos outros e não em seus verdadeiros desejos. Roberto não conseguia elaborar uma construção interna, mas sim uma construção psíquica baseada em uma falsa expressão de si mesmo (*falso self*) que se formava, neste caso, para proteger um verdadeiro si-mesmo (*verdadeiro self*) desconhecido e fragilizado. Dessa forma, Roberto era susceptível às várias influências externas sem encontrar uma base de sustento interno que representasse seus reais desejos de sujeito e expressão do seu prazer de viver.

Algo dentro de Roberto parecia gerar uma contínua necessidade de preenchimento do vazio psíquico que era sentido. A sensação de incompletude é bem característica da angústia. Vejamos: “Eu nunca estou satisfeito com o que eu estou vivenciando, trabalhando, fazendo... Tenho a sensação de que tem sempre alguém com mais alternativas que eu. Independentemente das outras pessoas, não consigo me sentir completo ou imerso em algo. É como se eu precisasse estar, mas não estou. Confuso, né? Me sinto incompleto. Daí, aparece outra coisa e pulo nela!”

Sempre procurando por algo, Roberto se esquecia das experiências passadas e ficava sem direção para planejar o futuro; dessa forma, se lançava de oportunidade em oportunidade, como se não tivesse aprendido algum nas anteriores, restando-lhe a sensação de uma repetição sem fim. Penso que se

tratava da angústia do imprevisível, do impensado que leva a um constante estado de tensão e medo de ser invadido. A saída era começar tudo outra vez e perder espontaneidade, utilizando como ferramenta de defesa certa tendência à repetição e, futuramente, a agir compulsivamente e sem propósito.

Winnicott também fala que uma visão falsa de nossos desejos, imposta pelo ambiente, reflete na escolha de objetos que não nos alimentam com significação. O espaço psíquico entre os verdadeiros desejos, sua objetivação, e os falsos (baseados no outro ou no ambiente externo) é responsável pelo desenvolvimento da angústia do vazio que se implementa no sujeito impedindo sua subjetivação. A angústia colateral é impossível de ser expressa e se traduz em uma compulsão que tende a “preencher” esse espaço vazio. A compulsão por agir em infinitos planos de ação é a tradução da tentativa empírica de subjetivação dos desejos e do verdadeiro *self*. A operacionalização decorrente desse pensamento horizontalizado gera um formato de “pensamento-ação”, que acaba por eliminar a reflexão, transformando o pensamento em um automático “plano de ação” que se coloca em prática, destruindo seu significado subjetivo.

Assim como as oportunidades profissionais tinham um curso temporal breve, o casamento também. Roberto casou-se com a namorada, com a qual estava há algum tempo. Em todo seu relato sobre esse relacionamento amoroso, me parecia que a relação vincular estabelecida era superficial. Em nenhum momento ele deixava transparecer uma interação ou uma ligação emocional mais forte com essa mulher, suficiente para transferir uma parte da sua energia psíquica. Essa percepção foi confirmada quando Roberto deixou a esposa e partiu sozinho para outra oportunidade profissional em outra cidade durante quatro anos. Enquanto os desafios da instalação e formatação do negócio foram desafiadores e demandaram tempo e esforço, foram o suficiente para consumir um *quantum* de energia psíquica que, normalmente, seria destinado à geração ou acúmulo da angústia em Roberto. O final do casamento também me foi relatado de uma forma pouco emocional, quase como uma “morte natural” que ocorreria cedo ou tarde.

Por alguma razão, o efeito da angústia na área afetiva, no caso de Roberto, era bem menor que em outras áreas. Chego a pensar que esse fato

pode ter alguma relação com o formato de vínculo intermitente que teve com a mãe quando bebê. Em compensação, a angústia que era gerada na procura de oportunidades profissionais/financeiras e em relações de familiares podia atingir dimensões exponenciais. O contato consigo mesmo e com o não-agir, ou melhor, o estar em repouso, sem direcionamento prático, tinha um poder muito forte de gerar angústia: “Não consigo ficar sem fazer nada, à toa. Me sinto mal, culpado e nervoso, como se eu estivesse perdendo algo, deixando algo importante passar por entre meus dedos quando estou sem atividade, sempre tenho pressa... Penso em quando vou conseguir fazer algo por prazer, sem me preocupar com o próximo passo, próxima ação... Apreciar o que estou fazendo”.

Aqui, lembro que o trabalho psíquico aparece no intervalo entre a tensão e a satisfação das necessidades do recém-nascido. Assim, sua relação temporal e com seu próprio tempo de elaboração psíquica vão ser formados nessa fase precoce. Mas, quando a criança tem que satisfazer os impulsos e as expectativas da mãe, se torna pressionada pela “demanda”, como me parecia ser a vida de Roberto: uma contínua e eterna busca de “oportunidades”.

Mas oportunidades de quê? O que ele esperava encontrar em cada uma delas? Quando lhe fazia essas perguntas, Roberto dissertava de maneira vaga, porém significativa: “Eu não sei exatamente o que procuro em uma oportunidade na vida. É como se alguma atividade ou oportunidade possa me ocupar muito e produtivamente e eu encontre um sentido pra mim. Me sinto valorizado quando algo que estou fazendo vai bem ou dá certo. É como se eu estivesse finalmente dando certo. Às vezes, me pergunto se realmente quero ou gosto daquilo à que estou me dedicando... Sinceramente, não sei! Difícil falar isso, né? Gastar tanta energia por algumas coisas que você nem realmente sabe se quer ou gosta. É como se eu ficasse hipnotizado por essa oportunidade (sei lá se posso chamar de oportunidade...) e enquanto me dedico a isso, não me sinto sem sentido. Acho que é ansiedade, né? Dá um vazio, de vez em quando e daí parto para fazer alguma coisa”.

Acredito que o que importava era, portanto, a descarga psíquica e não exatamente o sentido, a utilidade ou foco da quantidade de ações que eram

realizadas. O alívio dessa angústia original parecia ser o grande objetivo e a forma como Roberto a aliviava era através de uma atuação constante, um agir compulsivo.

Novamente me recordo e recorro à teoria de Winnicott quando penso que Roberto poderia ser um adulto que vivia sob as condições de um falso *self* bem elaborado. Ou melhor, um conflito entre o verdadeiro e o falso *self*. O *self* é verdadeiro caso as experiências vividas tenham origem na espontaneidade e expressem a natureza própria do indivíduo. E ele é falso quando expressa o que esse indivíduo aprendeu com as intrusões do ambiente, e passa, então, à tendência repetitiva daquilo que conhece e daquilo que reconhece no ambiente. O distanciamento entre o falso e o verdadeiro *self* gera a angústia.

Quanto de espontâneo e verdadeiro de si mesmo existia nas escolhas de Roberto? Quão distante ele poderia estar de seu verdadeiro *self*, sendo representado por um falso *self* que ele entendia ser exigido dele. São hipóteses conjunturais no processo de análise que se seguia.

Em mais uma nova “oportunidade” na vida de Roberto, ele iniciou atividades num mercado agressivo e difícil, na área de administração de empresas. Não é o caso, considerando o objetivo deste trabalho, de entrar nos detalhes do trabalho que se seguiu, mas é importante destacar que demandou uma concentração de esforços e “sacrifícios” pessoais de Roberto. O estresse causado pela atividade chegou a níveis bastante expressivos. Mesmo assim, quanto mais difícil ou complexo, mais Roberto entrava em uma posição agressiva, que se revezava com outra posição, a de penalização de si mesmo, quase um quadro depressivo.

A posição agressiva dominava boa parte do tempo e de sua atuação profissional, exigindo um alto nível de energia psíquica. Nessa posição, Roberto atuava incansavelmente na resolução dos problemas. A inexistência de “paradas” nessa atuação para um pensamento mais estratégico e de reavaliação de planos de ação, mais uma vez, o levava a agir de forma compulsiva e fazia parte de sua vida. Esse tipo de atuação gerava um tanto de retrabalho significativo, porque não reavaliava o caminho, apenas seguia em frente. Nesse ponto, acredito que Roberto não conseguia SER, parar e repensar o rumo de sua vida. Logo em seguida, ele passava para a posição

que considero agressiva, passando a FAZER compulsivamente, para aliviar a angústia do não SER.

Mais uma vez, o processo se instalava como um mecanismo, quase que autônomo, de alívio da angústia. O agir compulsivo para “resultados”, como ele mesmo dizia. Na tratativa com pessoas, como já era previsível, Roberto não era muito bom - elas não conseguiam entender a dinâmica de um sujeito que tinha compulsão por agir. A resolução de problemas ou atuar em direção a resultados era muito mais forte que o entendimento do lado humano e de suas motivações.

Sem descanso ou qualquer outro mecanismo de descarga da tensão, a angústia aumentava e só era aliviada através da atuação em prol de um “resultado” maior. Penso que um dos pontos que merece atenção diz respeito à falta de discernimento que a angústia gera no sujeito. Nenhuma alternativa de avaliação ou parada estratégica para a restauração de forças e da psique é considerada.

Levanto aqui a hipótese de que essa “cegueira” psíquica possa ser causada pela angústia. Mas qual seria o papel da culpa nesse contexto? A culpa pode ser um sentimento derivado do acúmulo da angústia interior. Esse sentimento é semelhante ou análogo ao sentimento do bebê que recebe cuidado inconstante do ambiente/mãe - ele reage à incerteza com a insegurança do não sabido e, portanto, acumula angústia da incerteza. Trata-se do mesmo mecanismo mencionado anteriormente que caracteriza o ser e o fazer.

No caso de Roberto, os primeiros sintomas de cansaço extremo se multiplicavam: insônia, crises de ansiedade, sudorese, confusão mental, ansiedade extrema, baixa produtividade... O quadro se agravou alguns meses mais tarde quando a psique e o corpo físico não deram conta dessa demanda libidinal agressiva, entrando em colapso. Roberto acordou, mas não conseguia se levantar da cama. A sensação se assemelhava a uma paralisia física. Os músculos do corpo pareciam não responder ao seu comando, e todo e qualquer movimento, atividade ficaram fora de questão.

Roberto se sentiu atacado por uma autocrítica severa (um superego cruel) que o punia e hostilizava continuamente por sua incapacidade de atuar.

Não estamos falando aqui de um pensar e atuar produtivo, mas de uma busca extenuante do agir como alívio do que tanto o angustiava.

#### 4.3.1 A internação

Atendido em um hospital, Roberto foi logo diagnosticado como portador da *síndrome de burnout*, com paralisia temporária dos membros locomotores. Essa paralisia é particularmente interessante, uma vez que o corpo humano somatiza e paralisa os principais mecanismo de atuação: pernas e braços. Quase como nas histéricas, a psique age como forma de paralisação motora, que não obedece a sinais de extenuação física e mental.

Como é possível que um desequilíbrio libidinal de alívio da angústia consiga extrapolar os limites do corpo físico, gerando sintomas tão claros e significantes?

Após quatro meses de recuperação e de tortura psíquica para desenvolver ou lidar com uma forma de descarrego da angústia primária em outro formato, Roberto voltou a se movimentar e, gradualmente, retomou sua vida. Depois da internação, a mãe veio morar com ele. Apesar de mais idosa, o carinho maternal, que ele tanto necessitava desde o início da sua vida, foi finalmente conseguido. Ambos passaram por um período de paz e harmonia, com Roberto buscando ressignificar toda sua vida, e o agir compulsivo deixou de se apresentar. Não tenho certeza se isso era temporário ou se as condições do ambiente proporcionado pela dedicação da mãe funcionaram como um fator de equilíbrio da angústia.

Após seis meses, a mãe faleceu nos braços de Roberto. O trauma dessa morte foi devastador. Ele mergulhou em um processo depressivo, vivendo a sensação de insuficiência e de falta de criatividade para que pudesse reinventar sua história - pontos principais das sessões de análise. Muitas vezes, me senti inapta a “resgatá-lo” da depressão.

Como diz Winnicott (1964), “a depressão como conquista do crescimento individual e de seu valor: traz dentro de si mesma o germe da recuperação, além de ser um sinal de que o ego não está rompido. Para se sentir deprimido, é antes necessário que se sinta uma unidade”. “O valor da depressão” *DW Winnicott publicado no British Journal of Psychiatric Social*

*Work – Oxford University*). Mesmo em doenças psíquicas graves, a presença de sinais de depressão significa que o ego não está completamente rompido e existe esperança de recuperação nessa guerra interna. Na depressão haveria sempre uma experiência de destrutividade que desaparece porque dirigida ao mesmo objeto que é amado, o que resulta na necessidade de reavaliação interna (reavaliação que é a própria depressão).

#### **4.4 O final do processo de análise e a promessa de recomeços**

Roberto permaneceu em análise até o início de 2019, quando conseguiu sair de um processo depressivo, no qual estava mergulhado desde a morte da mãe, e teve um entendimento mais claro de seu funcionamento psíquico. Conseguiu estabelecer um ambiente mais adequado à sua vida, o que lhe proporcionou mais estabilidade e tranquilidade para seguir adiante, e até casar-se novamente, o que foi muito importante na reestruturação de sua vida. Com a ajuda dessa mulher, conseguiu fortalecer suas bases psíquicas e estruturar um ambiente (familiar e profissional) onde se sentiu acolhido. As “oportunidades” pararam de acontecer com tanta frequência e ele já era capaz de avaliá-las com mais profundidade e rejeitar as que não faziam sentido.

O trabalho de análise foi principalmente focado em observar as falhas ambientais às quais Roberto reagia. A falta de uma “subjetividade autorizada” pela reação a um ambiente favorável era o fator gerador de uma angústia ao inesperado, às incertezas do ambiente. Os atendimentos foram majoritariamente pautados em compreender sua trajetória no processo de integração psíquica e da formação de seu *self*, tanto o verdadeiro como o falso protetor. Por um bom tempo, trabalhamos as relações que ele estabelecia com o mundo, principalmente travestidas de oportunidades de trabalho.

Roberto se manteve reativo por um bom tempo. Qualquer intervenção que o levasse a se comunicar com algo que ele não considerasse objetivo, ou em suas palavras, realista, lhe causava mal-estar. Era como falar com alguém que fosse surdo a qualquer comunicação com o subjetivo. Uma área intocada e quase desconhecida por ele mesmo. Depois de certo tempo, conseguimos elaborar melhor seus sentimentos, suas vontades, suas peculiaridades. O que



mais me surpreendeu nesse processo foi como Roberto se recusava a sair do “concreto / palpável pela realidade” considerando sentimentos e vinculações subjetivas quase sem propósito. Apenas quando falávamos de sua mãe, era evidente a menor resistência ao mundo subjetivo.

A relação com o ambiente, devido ao excesso de atividades da mãe, já atarefada com os outros filhos, foi um dos períodos de maior dificuldade para ser trabalhado, talvez por estar recalcado. Durante o trabalho de análise, ficou evidente que algumas falhas na fase de desenvolvimento, em especial na parte da transicionalidade, fizeram com que sua interação com o mundo objetivo não fosse equilibrada. Constantemente, tentávamos acessar seu mundo subjetivo, com pouca clareza do seu conteúdo. Logo em seguida, o mundo objetivo, com o que Roberto considerava sua realidade, vinha à tona com muito mais força. Isso deixava claro que tinha pouco conhecimento do seu próprio *eu* e, portanto, uma interação deficiente com o mundo.

O verdadeiro *self* de Roberto estava oculto, e o que predominava era um falso *self* muito forte, suportado pelo que ele definia como trabalho. O contato com o seu verdadeiro *self* era tão precário que, em muitas ocasiões, tentávamos estabelecer as razões, impulsos ou desejos que o levaram às várias escolhas em sua vida. Ele então se mostrava muito confuso, quase dissociado, como se as escolhas não tivessem sido dele, de alguma maneira, evidenciando o quanto seu falso *self* dominava, gerando a formação de uma angústia latente de não viver seu próprio *eu*. Os vínculos que estabelecia na vida eram feitos pelo seu falso *self* e, portanto, também pouco identitários.

Em certas sessões, Roberto carregava um grau de angústia tão grande que eu tinha a sensação de quase poder tocá-la, ou cortá-la com uma faca e retirar um pedaço (similar a um bolo). Essa angústia contínua era o que ele buscava descarregar em inúmeras atividades e “oportunidades” com as quais sempre se deparava, mas sem sucesso, levando-a a se intensificar de tal forma que o agir compulsivamente o levou ao extremo e à *síndrome do burnout*.

O processo de análise foi baseado em tentar criar um ambiente suficientemente bom, para que as falhas na fase da transicionalidade pudessem ser, de certa forma, elaboradas e reparadas, construindo condições para que Roberto estabelecesse vínculos mais verdadeiros com a vida, de

modo que pudesse SER. Acredito que, nesse processo, Roberto conseguiu emergir em seu verdadeiro *self*, tendo a possibilidade de ser, e interromper a angústia inimaginável desse processo.

Um dos pontos também fundamentais dessa reparação e “reconstrução” em Roberto foi a volta da mãe para sua casa (em seu último período de vida), que, aliada à análise, possibilitou a formatação de um ambiente suficientemente bom para que ele pudesse se reconectar com seu *eu*. Quase que uma resignificação de si mesmo alinhado com seu eu mais profundo.

Esse caso foi especialmente importante e desafiador na minha clínica. Em muitas ocasiões, me senti identificada com a história do paciente e com seus sentimentos, lembrando-me de minha vida profissional pregressa. Foi de fato um processo de crescimento pessoal muito rico, para analista e analisando.

## Considerações finais

Tendo em mente as discussões teóricas propostas neste estudo, somadas à apresentação do caso clínico, penso ser importante finalizar retomando o conceito de saúde na psicanálise winnicottiana.

Como vimos, para Winnicott, a saúde é constituída pela dinâmica das relações inter-humanas que determinam o ser e o vir a ser de uma pessoa no mundo, sendo garantida por fatores internos e externos. Dessa maneira, o *self* e toda a existência decorrem no intervalo entre o não-ser e o ser, que tem lugar em um processo maturacional caracterizado por fases. Na fase da dependência relativa, quando se inicia o contato com a subjetividade e com a realidade exterior, falhas no ambiente podem afetar a integração do *self*, dificultando a inserção do indivíduo no campo social. Quando muito traumáticas, essas falhas podem levar a uma fixação a objetos transicionais - cuja função original é facilitar a transição de um sentido de realidade (subjetivamente concebida) a outro (objetivamente percebida) - através de descargas pulsionais, papéis estereotipados em um ciclo de repetições durante a vida.

O *self* verdadeiro, expressão do indivíduo a partir de si mesmo, fica retraído, e o falso *self*, que deveria ter uma função protetora saudável, é fortalecido, sobrepondo-se ao verdadeiro *self*, e tendo como consequência quadros patológicos. Assim, o viver criativo, fruto da conciliação do mundo subjetivo e do objetivo, fica em desequilíbrio, gerando angústia.

As pressões contemporâneas que alteram a moral e as relações sociais em função do consumo transformam a vida cotidiana em um palco de espetáculos, desembocando em desejo sem destino e no desconhecimento perturbador do Eu - fatores chaves para o desenvolvimento de quadros de angústia, que tende a ser aliviada através do agir compulsivo. E neste contexto, o trabalho pode servir para muitos indivíduos como uma forma de descarga pulsional da angústia, que é possivelmente ainda mais intensa para aqueles que sofreram falhas ambientais no processo de amadurecimento.

Em consonância, a tecnologia garante a comunicação massiva e a formação / alteração de referenciais constantemente. O coletivo, o Nós aparece

em detrimento do Eu, e o sujeito se torna refém de demandas externas, uma vez que tem pouca intimidade com sua própria subjetividade para sustentar valores internos em direção a um equilíbrio.

Neste cenário, o falso *self* protetor aparece patologicamente como uma forma de inserção no mundo social. O ser se transforma em um espetáculo a ser apreciado e aprovado pelo coletivo, transmitido em cadeia global de mídia e sem referenciais sólidos. O papel da subjetividade é desconsiderado, há a sobreposição de um falso *self* patológico, e o resultado é camuflado em forma colateral de angústia.

Quando insistentemente ignorada, a angústia se transforma em vazio, e o indivíduo sai à procura de soluções para anestesiar esse sofrimento. A repressão dos desejos e a anulação das singularidades pessoais levam ao aparecimento de sintomas. O agir compulsivo, a constante busca por atividades, afazeres que impelem o movimento e, portanto, se adequam aos valores contemporâneos, entram no lugar de um objeto transicional, facilitando a inserção no mundo social. Indivíduos que sofreram falhas ambientais, como mencionado anteriormente, tendem a utilizar o trabalho como descarga pulsional, obedecendo a modelos contemporâneos estereotipados de valor em ciclos repetitivos, sem conseguir perceber ou defender-se deles.

Como as pressões contemporâneas induzem ao consumo, o trabalho, ou melhor, a construção da possibilidade individual de consumir passa a ser o destino mais favorável da angústia, quando o sujeito consegue ainda ter seu valor reconhecido e diferenciado no coletivo através de seu poder de consumo.

Adicionalmente, como vimos na referência a Sartre, temos que as ações individuais são integradas e se conectam a um projeto de ser. Porém, se o trabalho, impulsionado pelas pressões sociais, passa a ser parte essencial desse projeto, ele estará inserido na concepção de futuro do indivíduo e tomará grandes proporções. O fracasso no trabalho representa o fracasso do futuro, e qualquer esforço para evitá-lo é justificado, mesmo que represente a completa exaustão do indivíduo.

Assim, o trabalho, que deveria ter apenas certa importância na vida do indivíduo, se sobrepõe a todos os outros projetos, deixando de ser condizente com uma vida criativa e saudável, pois o essencial, que é o contato com o

mundo subjetivo individual, deixa de ser relevante. Ou seja, o trabalho passa a representar o SER do sujeito e a forma que encontra para se inserir no mundo.

Esse comportamento, considerado adequado e alinhado aos valores contemporâneos, ideia desenvolvida ao longo do texto, proporciona aos indivíduos uma sensação de adequação e aprovação social. Como vimos nas estatísticas e pude observar na minha passagem pelo mundo corporativo, existe um exército de sujeitos perfilados, seguindo uma mesma direção, sem questionar se faz sentido ou se é adequada ao seu Eu. Os que não se enquadram ou não se encaixam nesses padrões, em geral, se sentem desvalorizados e desconectados da nave-mãe contemporaneidade. Estar em equilíbrio, viver de acordo com a essência do Eu são conquistas inimagináveis para o mundo contemporâneo, que acaba por transformar indivíduos em zumbis que almejam o consumo e que se defrontam com o vazio da angústia.

A base teórica desenvolvida neste estudo se traduz de forma clara no caso apresentado. Roberto, que entendemos apresentar uma falha na fase do amadurecimento, usou o trabalho como forma de aliviar a angústia, intensificada pelas pressões contemporâneas. Acumulando atividades, pulando de uma à outra - forma de ação do falso *self* protetor -, foi se desconectando de sua subjetividade e se conectando a um projeto de ser em que o trabalho é a única possibilidade de futuro. Esse mecanismo foi a forma que Roberto desenvolveu como sobrevivência psíquica. A morte da mãe e a depressão decorrente funcionaram como detonadores e acabaram por levá-lo ao *burnout*.

Acredito que as leituras e discussões propostas neste estudo podem contribuir para o entendimento de como esse comportamento se manifesta e da angústia que dele advém, reverberando no fazer clínico psicanalítico e entre aqueles que procuram entender seus próprios sentimentos e conflitos.

## 6 - REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

BAUMAN, Z. Some problems in contemporary education. **International Social Science Journal**. Paris, v. XIX, n. 3, p. 325-337, 1967. Disponível em: <https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000018691>. Acesso em 25 mar. 2021.

BAUMAN, Z. **O mal-estar da pós-modernidade**. 1. ed. Rio de Janeiro: Zahar, 1998.

BAUMAN, Z. **Modernidade e ambivalência**. 1. ed. Rio de Janeiro: Zahar, 1999a.

BAUMAN, Z. **Globalização: as consequências humanas**. 1. ed. Rio de Janeiro: Zahar, 1999b.

BAUMAN, Z. **Amor Líquido**. Rio de Janeiro: Zahar, 2003.

BENEVIDES-PEREIRA, A. **Maslach Burnout Inventory e suas adaptações para o Brasil**. In: REUNIÃO ANUAL DE PSICOLOGIA, 32, 2001, Rio de Janeiro. Anais da XXXII Reunião Anual de Psicologia, 2001. p. 84-85.

BERGSON, H. **Matéria e Memória**, 1896.

BICALHO, C. M. A. L. **Síndrome de Burnout: um efeito necessário do trabalho exercido na contemporaneidade?** 2016. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Direito) – Faculdade de Saúde e Ecologia Humana (FASEH), Vespasiano, 2016.

BIRMAN, J. **Cartografia do feminino**. 1. ed. São Paulo: Editora 34, 1999.

BIRMAN, J. Tatuando o desamparo: a juventude na atualidade. In: CARDOSO, M. R. (Org.). **Adolescentes**. São Paulo: Escuta, 2006. p. 25-43.

BIRMAN, J. **Mal-estar na atualidade: a psicanálise e as novas formas de subjetivação**. 6. ed. Rio de Janeiro: Civilização Brasileira, 2007.

BIRMAN, J. **O sujeito na contemporaneidade**. 2. ed. Rio de Janeiro: Civilização Brasileira, 2014.

BOLLAS, C. **A sombra do objeto: psicanálise do conhecimento não-pensado**. Rio de Janeiro: Imago, 1992.

BOLLAS, C. **Meaning and melancholia: life in the age of bewilderment**. Nova Iorque: Routledge, 2018.

CARDOSO, W. L. C. D. Qualidade de vida e trabalho: uma articulação possível. In: GUIMARÃES, L. A. M.; GRUBITS, S. (Orgs.). **Saúde Mental e Trabalho**. São Paulo: Casa do Psicólogo, 1999. p. 89-116.

CARLOTTO, M. **Síndrome de Burnout: um tipo de estresse ocupacional**. Canoas: Ulbra (Caderno Universitário), 2001.

CASTRO, F. G.; ZANELLI, J. C. Síndrome de *burnout* e projeto de ser. **Cadernos de Psicologia Social do Trabalho**, v. 10, n. 2, p. 17-33, 2007. Disponível em: <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/cpst/v10n2/v10n2a03.pdf>. Acesso em: 25 mar. 2021.

CASTRO, C. Burnout: conheça o tipo mais devastador de estresse. **Revista Galileu**, 26 de janeiro de 2017. Disponível em: <<https://revistagalileu.globo.com/Revista/noticia/2017/01/burnout-conheca-o-tipo-mais-devastador-de-estresse.html>>. Acesso em: 25 mar. 2021.

CASTRO, C. X. L.; LIMA, R. F. Consequências do Transtorno de Déficit de Atenção e Hiperatividade (TDAH) na idade adulta. **Revista Psicopedagogia**, v. 35, n. 106, p. 61-72, 2018. Disponível em: <https://cdn.publisher.gn1.link/revistapsicopedagogia.com.br/pdf/v35n106a08.pdf>. Acesso em: 25 mar. 2021.

CHERNISS, C. Role of professional self-efficacy in the ethiology and amelioration of burnout. In: SCHAUFELI, W.; MASLACH, C.; MAREK, T. (Ed.). **Professional burnout: recent developments in theory and research**. Philadelphia: Taylor & Francis, 1993. p. 135-150.

CHERNISS, C. **Beyond burnout: Helping Teachers, Nurses, Therapists and Lawyers Recover From Stress and Disillusionment**. 1. ed. New York: Routledge, 1995.

COUTO, H. A.; MORAES, L. F. R. Limites do homem. **Revista Proteção**, p. 40-44, 2000.

DEBORD, G. **A Sociedade do Espetáculo**. 1. ed. São Paulo: Contraponto, 1997.

DEJOURS, C. **A loucura do trabalho: estudo de psicopatologia do trabalho**. 5. ed. São Paulo: Cortez-Oboré, 1992.

DEJOURS, C. Psicodinâmica do trabalho e teoria da sedução. **Psicologia em estudo**. Maringá, v. 17, n. 3, p. 363-371, Jul./ Set., 2012. Disponível em: <https://www.scielo.br/pdf/pe/v17n3/a02v17n3.pdf>. Acesso em: 25 mar. 2021.

DIAS, E. O. Sobre a confiabilidade: decorrências para a prática clínica. **Revista Internacional de Filosofia e Práticas Psicoterápicas Natureza Humana**. São Paulo, v. 1, n. 2, p. 283-322, Dez., 1999. Disponível em: <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/nh/v1n2/v1n2a04.pdf>. Acesso em: 25 mar. 2021.

DIAS, E. O. **A teoria do amadurecimento de D. W. Winnicott**. 4. ed. São Paulo: DWW Editorial, 2017.

FEATHERSTONE, M. **Consumer culture and postmodernism** 2. ed. Reino Unido: Sage Publications, 2007.

FERREIRA, A. B. H. **Dicionário Aurélio da Língua Portuguesa**. 5. ed. Curitiba: Positivo, 2010.

FIGUEIREDO, L. C. Trauma e dissociação na “contemporaneidade”: de volta ao assunto vinte anos depois. **Caderno de Psicanálise (CPRJ)**, Rio de Janeiro, v. 40, n. 39, p. 91-108, Jul./Dez., 2018. Disponível em: <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/cadpsi/v40n39/v40n39a05.pdf>. Acesso em: 25 mar. 2021.

FREUD, S. (1900). A interpretação dos sonhos. *In*: FREUD, S. **Edição standard brasileira das obras psicológicas completas de Sigmund Freud, v. IV-V**. 4. ed. Rio de Janeiro: Imago, 1998.

FREUD, S. (1908 [1907]). Escritores criativos e devaneios. *In*: FREUD, S. **Edição standard brasileira das obras psicológicas completas de Sigmund Freud, v. IX** (Tradução de J. Salomão). Rio de Janeiro: Imago, 1980. p. 147-158.

FREUD, S. (1905). Três ensaios sobre a teoria da sexualidade. *In*: FREUD, S. **Edição Standard das Obras Completas de Sigmund Freud, v. VII**. Rio de Janeiro: Imago, 1969a. p. 121-252.

FREUD, S. (1920). Além do princípio do prazer. *In*: FREUD, S. **Edição Standard das Obras Completas de Sigmund Freud, v. XVIII**. Rio de Janeiro: Imago, 1969b. p. 11-85.

FREUD, S. (1930). O mal estar da civilização. *In*: FREUD, S. **Edição Standard das Obras Completas de Sigmund Freud, v. XXI**. Rio de Janeiro: Imago, 1969c.

FULGENCIO, L. As Especulações Metapsicológicas de Freud. **Revista de Filosofia e Psicanálise Natureza Humana. São Paulo**, n. 1, v. 5, p. 127-164, Jun., 2003.

FULGENCIO, L. **Psicanálise do ser: A Teoria Winnicottiana do Desenvolvimento Emocional como uma Psicologia de Base Fenomenológica**. 1. ed. São Paulo: Edusp/Fapesp, 2020.

GALLANO, C. Um sujeito-outro: há uma subversão psicanalítica do sujeito sem o outro do capitalismo? **Stylus: Revista de Psicanálise**. Rio de Janeiro, Associação Fóruns do Campo Lacaniano, n. 12, Abr. 2006.



- GAZZOTTI, A. A.; VASQUES-MENEZES, I. Suporte afetivo e o sofrimento psíquico em *burnout*. In: CODO, W. (Org.). **Educação: carinho e trabalho**. Rio de Janeiro: Vozes, 1999. p. 261-266.
- GURFINKEL, D. **Relações de objeto**. São Paulo: Blucher, 1999.
- GURFINKEL, D. **Adições**. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2014.
- HAN, B-C. **A sociedade do cansaço**. 1. ed. Rio de Janeiro: Vozes, 2010.
- HARVEY, D. **A Condição pós-moderna**. São Paulo: Edições Loyola, 2004.
- HEIDEGGER, M. **Sobre o problema do ser / O caminho do campo**. São Paulo: Livraria Duas Cidades, 1969.
- HEIDEGGER, M. **Questions IV**. Paris: Gallimard, 1976.
- HEIDEGGER, M. **Ser e tempo**. Petrópolis: Vozes, v. I e II, 1989.
- HEIDEGGER, M. **Serenidade**. São Paulo: Instituto Piaget, 2000.
- HELMAN, C. G. **Cultura, saúde e doença**. 2. ed. Porto Alegre: Artes Médicas, 1994.
- HUMBERG, L. V. **Relacionamentos adictivos: vício e dependência do outro**. 1. ed. São Paulo: CLA, 2016.
- INTERNATIONAL STRESS MANAGEMENT ASSOCIATION. **Artigos**. sd. Disponível em: <https://www.ismabrasil.com.br/artigos>. Acesso em: 26 mar. 2021.
- JAMESON, F. **Representing Capital: a reading of volume one**. New Left Books, 2011.
- JARDIM, S. R.; SILVA FILHO, J. F.; RAMOS, A. O diagnóstico de *burnout* na atenção em saúde mental dos trabalhadores. In: ARAÚJO, A.; ALBERTO, M. F.; NEVES, M. Y.; ATHAYDE, M. (Orgs.). **Cenários do trabalho: subjetividade, movimento e enigma**. 1 ed. Rio de Janeiro: DP&A, 2004. p. 73-87.
- KARASEK JUNIOR., R. A. Job demands, job decision latitude, and mental strain: Implications for job redesign. **Administrative Science Quarterly**, v. 24, p. 285-308, Jun., 1979.
- KARASEK, R. A.; THEÖRELL, T. **Healthy work-stress, productivity and the reconstruction of working life**. Ed. Basic Books, Nova York, 1990.
- KEHL, M. R. **O tempo e o cão: a atualidade das depressões**. 1. ed. São Paulo: Boitempo, 2009.

LIBERMANN, Z. Patologias atuais ou psicanálise atual? **Revista Brasileira da Psicanálise**, Porto Alegre, v. 44, n. 1, p. 41-49, 2010. Disponível em: <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/rbp/v44n1/a07.pdf>. Acesso em: 25 mar. 2021.

MANNONI, M. **A primeira entrevista em psicanálise**. Rio de Janeiro: Campus, 1981.

MARQUES, V. P.; FREITAS, I. O. M. A síndrome de *burnout* como decorrência das relações de trabalho na pós-modernidade. **Revista São Luís Orione Online**, Araguaína, v. 1, n. 8, ano XIV, Jan./Dez., 2014. Disponível em: <[www.publicadireito.com.br/artigos/?cod=a4567880c61cb006](http://www.publicadireito.com.br/artigos/?cod=a4567880c61cb006)>. Acesso em: 04 jan. 2021.

MASLACH, C. Burnout: a multidimensional perspective. *In*: SCHAUFELI, W.; MASLACH, C.; MAREK, T. (Ed.). **Professional burnout: recent developments in theory and research**. Philadelphia: Taylor & Francis, 1993. p. 19-32.

MASLACH, C.; LEITER, M. P. **Trabalho: fonte de prazer ou desgaste**. Campinas: Papirus, 1997/2001.

MELLO FILHO, J. **O ser e o viver: uma visão da obra de Winnicott**. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2001.

MEZAN, R. **Narciso no Século XXI - Encontro Brasil Argentina**, 2015.

MEZAN, R. **Sociedade, Cultura, Psicanálise**. São Paulo: Blucher, 2018.

MILLAN, L. R. A síndrome de *burnout*: realidade ou ficção? **Revista da Associação de Medicina Brasileira**, v. 53, n. 1, p. 1-12, Jan./Fev., 2007. Disponível em: <https://www.scielo.br/pdf/ramb/v53n1/04.pdf>. Acesso em: 2021.

MOLINIER, P. **O trabalho e a psique: Uma introdução à psicodinâmica do trabalho**. Brasília: Paralelo 15, 2013.

MORAES, L. E. **História Contemporânea: da Revolução Francesa à Primeira Guerra Mundial**. São Paulo: Contexto, 2017.

NASCIMENTO, B. M. F. **Mobilização Subjetiva: do sofrimento ao viver criativo no trabalho**. 2015. Dissertação (Mestrado em Psicologia) - Universidade Federal Fluminense, Niterói. 2015.

NIETZSCHE, F. **Humano, Demasiado Humano**. Editora Escala, s.d. Coleção grandes obras do pensamento universal, 1878.

NIETZSCHE, F. **Assim falou Zaratustra**. São Paulo: Martin Claret, 1968.

PEREDA, M. C. Existem equivalentes ao falso self em Freud e Klein? *In*: OUTERIAL, J.; ABADI, S. (Orgs.). **Donald Winnicott na América Latina: teoria e clínica psicanalítica**. Rio de Janeiro: Revinter, 1997. p. 79-89.

- PINES, A. An existential perspective. *In*: MASLACH, C.; SCHAUFELI, W. B.; MAREK, T. (Ed.), **Professional burnout**: recent developments in theory and research. Philadelphia: Taylor & Francis, 1993. p. 33-52.
- PINES, A. A psychoanalytic-existential approach to burnout: demonstrated in the cases of a nurse, teacher and a manager. **Psychotherapy: Theory, Research, Practice, Training**, v. 39, n. 1, p. 103-113, 2002.
- PINES, A.; ARONSON, E. **Career burnout**: causes and cures. New York: Free Press, 1988.
- PINES, A.; KEINAN, G. Stress and burnout: the significant difference. **Personality and Individual Differences**, v. 39, n. 3, p. 625-635, Ago., 2005.
- RABIN, S.; FELDMAN, D.; KAPLAN, Z. Stress and intervention strategies in mental health professionals. **British Journal of Medical Psychology**, v. 72, p. 159-169, Jun., 1999.
- RESWEBER, J. P. **O pensamento de Martin Heidegger**. Coimbra: Almedina, 1979.
- RODULFO, R. **O brincar e o significante**: um estudo psicanalítico sobre a constituição precoce. Tradução de Francisco Franke Settineri. Porto Alegre: Artes Médica, 1990.
- ROSA, A. N. **Burnout**: quando o trabalho ultrapassa os limites do sujeito trabalhador. 2016. Trabalho de Conclusão de Curso (Bacharelado em Psicologia) – Universidade Regional do Noroeste do Estado do Rio Grande do Sul (UNIJUÍ), Rio Grande do Sul, 2016.
- SANTIAGO, T. **Do feudalismo ao capitalismo**. São Paulo: Contexto, 1988.
- SANTOS, E. S. **Winnicott e Heidegger**: aproximações e distanciamentos. São Paulo: DWW Editorial, 2010.
- SANTOS, M. A. **A representação de si e do outro na esquizofrenia**: um estudo através do exame de Rorschach. 1996. Tese (Doutorado em Psicologia Clínica) – Instituto de Psicologia, Universidade de São Paulo, São Paulo, 1996.
- SARTRE, J-P. **Crítica de la razón dialectica** (Tomo I). Buenos Aires: Losada, 1979.
- SARTRE, J-P. **Sartre no Brasil**: A Conferência de Araraquara. (Edição Bilingüe). Rio de Janeiro: Paz e Terra, 1986.
- SARTRE, J-P. **O imaginário**. São Paulo: Ática, 1996.
- SARTRE, J-P. **O ser e o nada**. Petrópolis: Vozes, 1997.

SARTRE, J-P. **Verdade e Existência**: fragmentos de um ensaio filosófico escrito em 1948 – 1989. Rio de Janeiro: Nova Fronteira, 1989.

SENNETT, R. **A corrosão do caráter**. Rio de Janeiro: Record, 1999.

SENNETT, R. **A Cultura do novo capitalismo**. Rio de Janeiro: Record, 2006.

SHANAFELT, T. D.; HASAN, O.; DYRBYE, L. N. *et al.* Changes in burnout and satisfaction with work-life balance in physicians and the general US working population between 2011 and 2014. **Mayo Clin Proc**, v. 90, n. 12, p. 1600-1613, 2015.

SOARES, L. B.; MIRANDA L. L. Produzir subjetividades: o que significa? **Estudos e Pesquisas em Psicologia**, Rio de Janeiro, UERJ, ano 9, n. 2, p. 408-424, 2º sem., 2009. Disponível em: [http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1808-42812009000200010](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1808-42812009000200010). Acesso em: 25 mar. 2021.

TAMAYO, M. R.; TRÓCOLLI, B. T. Construção e validação fatorial da escala de caracterização do burnout (ECB). **Estudos de Psicologia**, Natal, v. 14, n. 3, p. 213-221, Set./Dez., 2009. Disponível em: [https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1413-294X2009000300005](https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-294X2009000300005). Acesso em: 25 mar. 2021.

TAVARES, L. A. Entrevista: Dr. Luiz Alberto Tavares. **Blog A loucura entre nós**, 14 ago. 2016. Disponível em: <https://aloucuraentrenos.wordpress.com/2016/08/14/entrevista-dr-luiz-alberto-tavares/>. Acesso em: 25 mar. 2021.

VAN DER DOEF, M.; MAES, S. The Job demand-control (support) model and psychological well-being: A review of 20 years of empirical research. **Work & Stress**, v. 13, n. 2, p. 87-114, 1999.

VIEIRA, I. *et al.* Burnout na clínica psiquiátrica: relato de um caso. **Revista de Psiquiatria**, Rio Grande do Sul, v. 28, n. 3, p. 352-356, Set./Dez., 2006. Disponível em: <https://www.scielo.br/pdf/rprs/v28n3/v28n3a15.pdf>. Acesso em: 25 mar. 2021.

VILLALOBOS, J. O. **Estrés y trabajo**. Instituto Mexicano del Seguro Social. Disponível em: <http://www.imss.gob.mx/>. Acesso em: 26 mar. 2021.

VIRILIO, P. **A bomba informática**. São Paulo: Estação Liberdade, 1999.

WAGNER, F.; ROHDE, L. A.; TRENTINI, C. M. Neuropsicologia do Transtorno de Déficit de Atenção/Hiperatividade: modelos neuropsicológicos e resultados de estudos empíricos. **Psico-USF**, Bragança Paulista, v. 21, n. 3, p. 573-582, Set./Dez., 2016. Disponível em: <https://www.scielo.br/pdf/pusf/v21n3/2175-3563-pusf-21-03-00573.pdf>. Acesso em: 25 mar. 2021.

WINNICOTT, D. W. Primitive emotional development. **Int. J. Psycho-Anal.**, 26, 1945d. p. 137-143.

WINNICOTT, D. W. (1960) Countertransference. **British Journal of Medical Psychololy.**, 33, 1959.

WINNICOTT, D. W. (1971). **O brincar e a realidade**. Rio de Janeiro: Imago, 1971a./1975.

WINNICOTT, D. W. **Inter-relacionar-se independentemente do impulso instintual e em função de identificações cruzadas**, 1971b.

WINNICOTT, D. W. (1965[1963]). Provisão para a criança na saúde e na crise. *In*: WINNICOTT, D. W. **O Ambiente e os Processos de Maturação**. Porto Alegre: Artmed, 1983a.

WINNICOTT, D. W. (1965[1963]). **O ambiente e os processos de maturação**: estudos sobre a teoria do desenvolvimento emocional. Porto Alegre: Artes Médicas, 1983b.

WINNICOTT, D. W. (1965[1963]). Dependência no Cuidado do Lactente, no Cuidado da Criança e na Situação Psicanalítica. *In*: WINNICOTT, D. W. **O Ambiente e os Processos de Maturação**. Porto Alegre: Artmed, 1983c. p. 225-233.

WINNICOTT, D. W. (1971). Este feminismo. *In*: WINNICOTT, D. W. **Tudo começa em casa**. São Paulo: WMF, 1986a

WINNICOTT, D. W. (1971). Vivendo de modo criativo. *In*: WINNICOTT, D. W. **Tudo começa em casa**. São Paulo: WMF, 1986b.

WINNICOTT, D. W. The child and the family group. *In*: D. W. WINNICOTT. **Home is where we start from**. Londres: Penguin Books, 1990/1986b. (Na classificação feita por Hjulmand: 1986d[1966])

WINNICOTT, D. W. (1971). Este feminismo. *In*: **Tudo começa em casa**. São Paulo: Martins Fontes, 1986g[1964] (na classificação feita por Hjulmand).

WINNICOTT, D. W. (1971). O conceito de indivíduo saudável. *In*: **Tudo começa em casa**. São Paulo: Martins Fontes, 1989. (Na classificação feita por Hjulmand: 1971f).

WINNICOTT, D. W. (1988) **Natureza humana**. Rio de Janeiro: Imago, 1990a. (Na classificação feita por Hjulmand:1988).

WINNICOTT, D. W. (1965[1963]). Moral e educação. *In*: D. WINNICOTT. **O ambiente e os processos de maturação**. Porto Alegre: Artes Médicas, 1990b/1965b. (Na classificação feita por Hjulmand: 1963d). p. 88-98.

WINNICOTT, D. W. (1953). **Explorações psicanalíticas**. Porto Alegre: Artes Médicas, 1994.

WINNICOTT, D. W. (1965[1960]). **A Família e o Desenvolvimento Individual**. São Paulo: Martins Fontes, 1999.

WINNICOTT, D. W. (1958). **Da pediatria à psicanálise: obras escolhidas**. Rio de Janeiro: Imago, 2000.

ZIMERMAN, D. E. **Fundamentos psicanalíticos: teoria, técnica e clínica – uma abordagem didática**. Porto Alegre: Artmed, 1999.