

PONTIFÍCIA UNIVERSIDADE CATÓLICA DE SÃO PAULO  
FACULDADE DE CIÊNCIAS HUMANAS E DA SAÚDE  
CURSO DE PSICOLOGIA



GIOVANA LIN DE CARVALHO TINOCO

**O viver criativo como resistência ao sofrimento produzido na contemporaneidade: um retorno a Winnicott**

SÃO PAULO

2022

PONTIFÍCIA UNIVERSIDADE CATÓLICA DE SÃO PAULO  
FACULDADE DE CIÊNCIAS HUMANAS E DA SAÚDE  
CURSO DE PSICOLOGIA

GIOVANA LIN DE CARVALHO TINOCO

**O viver criativo como resistência ao sofrimento produzido na contemporaneidade: um retorno a Winnicott**

Trabalho de Conclusão de Curso, realizado como exigência para a conclusão do Bacharelado em Psicologia, elaborado sob orientação do Prof.Dr. Mauro Lantzman.

SÃO PAULO  
2022

## **RESUMO**

**Área do conhecimento:** 7.07.00.00-1 – Psicologia

**Título:** O viver criativo como resistência ao sofrimento produzido na contemporaneidade: um retorno a Winnicott

**Orientanda:** Giovana Lin de Carvalho Tinoco

**Ano:** 2022

**Orientador:** Prof. Dr. Mauro Lantzman

A presente pesquisa tem como objetivo geral, contrapor o viver criativo ao sofrimento produzido na sociedade pós-moderna contemporânea, entendendo a criatividade como um possível dispositivo de resistência ao imperativo de um viver adoecedor. A pesquisa visa uma compreensão valorosa da criatividade, do processo criativo e dos efeitos que o existir criativamente pode proporcionar na vida dos sujeitos. Para caracterizar o sofrimento na contemporaneidade, serão utilizadas principalmente as ideias acerca da sociedade do cansaço e do desempenho, elaboradas pelo filósofo Byung-Chul Han, além de uma análise das técnicas de poder invisíveis do sistema neoliberal vigente e da caracterização de um novo imperativo de um viver auto-exploratório. Para pensar o viver criativo, será utilizada a teoria do psicanalista Donald Winnicott, fazendo uso de seus conceitos acerca do espaço potencial, da criatividade e de indivíduo saudável. A pesquisa busca enaltecer a criatividade ao comparar o viver criativo proposto por Winnicott ao sofrimento produzido na contemporaneidade caracterizado por Han, realçando o benefício de viver criativamente para um viver saudável, na medida em que este vai no sentido contrário dos efeitos produzido pelo modo de vida hiper produtivista, dominante na contemporaneidade.

**Palavras-chave:** Criatividade, Psicanálise e Contemporaneidade.

## SUMÁRIO

<b>INTRODUÇÃO</b>	<b>4</b>
<b>CAPÍTULO 1 - SOFRIMENTO NA CONTEMPORANEIDADE</b>	<b>10</b>
1.1 Sociedade do cansaço	11
1.2 Neoliberalismo e crise da liberdade	13
1.3 A emoção como capital	15
1.4 A técnica de poder no neoliberalismo	16
1.5 A atenção como recurso	17
<b>CAPÍTULO 2 - VIVER CRIATIVO</b>	<b>20</b>
2.1 As origens da criatividade	21
2.2 A experiência cultural	23
2.3 O viver criativo	25
<b>CAPÍTULO 4 - CONSIDERAÇÕES FINAIS</b>	<b>28</b>
<b>BIBLIOGRAFIA</b>	<b>33</b>

## INTRODUÇÃO

A criatividade é um fazer que, pela transformação que produz, comove, cativa e mobiliza tanto o sujeito da ação quanto o sujeito espectador. O fazer criativo desde muito brilha aos meus olhos, na sua potência de expressar a percepção única do sujeito. Para mim, este sempre foi um lugar de refúgio dos desgostos e angústias do viver, na medida em que possibilita a expressão de uma forma outra. Ser criativo nos permite experimentar novos mundos e ouvir outras vozes, nos desalojando do movimento técnico ao qual estamos habituados, por fazer uso de linguagens que superam as estruturas postas.

A criatividade é geradora de transformação, e talvez por isso esteja sendo cada vez menos valorizada na sociedade contemporânea do capital. Buscando compreender o papel da criatividade na contemporaneidade, decidi aprofundar meus conhecimentos sobre o momento histórico atual e suas repercussões na cultura e no sujeito, me abastecendo das teorias de filósofos e psicanalistas para isso (Han 2017 e Winnicott 2019).

O momento histórico atual teve seu início marcado no final dos anos 50 e início dos anos 60, quando ocorreu uma quebra radical no modelo social até então vigente. A denominada pós-modernidade rompeu com os grandes discursos de referência e com as instituições sólidas, que tinham um papel fundamental e estruturante na denominada, até então, sociedade moderna (JAMESON, 1997).

A psicanalista Marion Minerbo marca a pós-modernidade como o momento da história em que as grandes instituições, que serviam como base para a civilização ocidental, entram em crise. Com isso, "[...] os sentidos se relativizam, há espaço para que novas formas de viver se tornem possíveis, contemplando a singularidade do desejo" (MINERBO, 2013, p. 32). Minerbo (2013) faz um balanço das vantagens e desvantagens do período. Na era pós-moderna, com a crise das instituições sólidas, há a vantagem de que a fragilidade dos símbolos pode ser aproveitada, possibilitando várias formas de Ser, porém há a desvantagem de que o sujeito é largado à tarefa solitária e exaustiva de ter que se reinventar a partir de si mesmo, tornando o "ser diferente" algo quase obrigatório.

O filósofo sul-coreano Byung-Chul Han ressalta o caráter exaustivo e solitário da tarefa imposta pela sociedade pós-moderna. Em seu livro "Sociedade do cansaço", Han (2017) destaca que o começo do século XXI é marcado pelas

doenças neuronais como a depressão, o transtorno do déficit de atenção com síndrome de hiperatividade e a síndrome do burnout. O sofrimento na contemporaneidade não é mais marcado pela negatividade de algo externo, estranho a si mesmo e inimigo do eu próprio, como foi na era dos discursos únicos impostos pelas instituições, que pretendia a eliminação de tudo o que era diverso e ameaçava sua ordem. O sofrimento agora advém do exagero da positividade e do excesso do igual, sendo uma violência que resulta da superprodução, do super desempenho e da supercomunicação. O esgotamento, a exaustão e o sufocamento frente à demasia surgem como manifestações de uma violência neuronal e positiva.

A positivação do mundo faz surgir novas formas de violência que são imanentes ao sistema, uma vez que a positividade para Han (2017) representaria a direção de um fazer, proposto pela cultura social, que o sujeito assume sem muitos questionamentos, como por exemplo, a dedicação do tempo de vida ao trabalho. O filósofo afirma também que a sociedade do século XXI não é mais a sociedade disciplinar e da obediência, mas sim do desempenho e da produção. A sociedade do desempenho, segundo o autor, vai se desvinculando da negatividade da proibição e da coerção, à medida que a sensação de poder ilimitado vai ganhando força com a desregulamentação crescente das normas sociais.

Segundo o filósofo, apesar da mudança de paradigma da sociedade disciplinar para a sociedade do desempenho, há uma continuidade em certo nível. Já havia no inconsciente social da sociedade disciplinar o desejo de maximizar a produção, e a partir de certo ponto, a técnica disciplinar da proibição gera um efeito bloqueador, impedindo um maior crescimento econômico. A positividade do poder é bem mais eficiente que a negatividade do dever. "O sujeito de desempenho é mais rápido e mais produtivo que o sujeito da obediência" (HAN, 2017, p. 25).

A violência sistêmica inerente à sociedade do desempenho, que produz infartos psíquicos, é causada não pelo imperativo de obedecer apenas a si mesmo, mas pela pressão do desempenho, que consome o sujeito até sua última gota. Para Han (2017), o que adocece, na realidade, não é o excesso de responsabilidade e iniciativa, mas o imperativo do desempenho como um novo mandato da sociedade pós-moderna do trabalho. O excesso de trabalho e desempenho agudiza-se numa autoexploração, que é mais eficiente que uma exploração do outro, pois caminha de mãos dadas com o sentimento de liberdade. O explorador é, ao mesmo tempo, o explorado. Agressor e vítima não podem mais ser distinguidos.

Buscando pensar uma saída para a dinâmica adoecedora, descrita por Han, na qual o sujeito está inserido na sociedade contemporânea, será retomada na presente pesquisa a teoria do psicanalista Donald Winnicott, que em sua teoria, buscou elucidar o lugar da experiência cultural no psiquismo humano, dando voz a criatividade como elemento fundamental desta experiência, e geradora de saúde na vida humana. Segundo Winnicott (2019), o lugar onde a experiência cultural se localiza é o espaço potencial entre o indivíduo e o ambiente, sendo que para cada indivíduo, o uso desse espaço é determinado pelas experiências de vida que ocorrem ainda nos primeiros estágios de sua existência. Este espaço potencial é um espaço transicional localizado entre a realidade interna e a realidade externa, onde não há oposição entre um e outro. De acordo com o autor, é na borda destes dois registros que se encontra o espaço potencial, e é a partir desta borda que ambas as realidades se constituem e ordenam suas particularidades.

Winnicott (2019), retorna aos primórdios da vida humana e ao início do desenvolvimento do psiquismo para estruturar sua teoria em relação a formação do espaço potencial e da capacidade criativa do sujeito. Segundo o autor, o bebê tem as experiências mais intensas no espaço potencial entre o objeto subjetivo e o objeto objetivamente percebido, entre as extensões do eu e do não eu. O brincar do bebê e da criança é uma manifestação da vida criativa que se dá neste espaço potencial, e que futuramente irá se desdobrar nas experiências culturais do sujeito adulto.

Quando Winnicott (2019) fala sobre as experiências que ocorrem nos primeiros estágios da existência, e que determinam a criação e o uso deste espaço potencial, ele retorna à fase da vida do bebê de completa dependência de um outro cuidador, e da ausência de diferenciação entre o eu e o outro no seu psiquismo rudimentar. Ele evidencia o papel central da mãe suficientemente boa para possibilitar a concepção do espaço potencial no psiquismo, e a capacidade de ser no bebê, a partir do sentimento de confiabilidade.

O espaço potencial ocorre apenas em relação a um sentimento de segurança por parte do bebê, ou seja, de uma segurança relativa à confiabilidade da figura materna ou dos elementos ambientais, tendo a segurança como evidência de uma confiabilidade que está sendo introjetada. (WINNICOTT, 2019, p. 162)

A confiabilidade que Winnicott (2019) ressalta, demonstra o estabelecimento de uma segurança com base na experiência, em um momento de máxima dependência do sujeito nos seus estágios iniciais da vida, antes que se possa fazer uso da separação e da independência. Esse sentimento de confiança possibilitado pela mãe suficientemente boa é o que vai possibilitar o sentimento de confiança e segurança no ambiente futuramente.

Winnicott (2019) dá grande importância em sua teoria para este espaço potencial do psiquismo pois, segundo ele, é neste espaço que o sujeito tem a possibilidade de viver criativamente. A criatividade, para o autor, é uma coloração das atitudes em relação à realidade externa, é a apreciação criativa da vida que faz o indivíduo sentir que vale a pena viver. Em sua teoria, o impulso criativo pode ser visto como uma coisa em si mesma, e está presente quando qualquer pessoa observa algo de maneira saudável ou realiza algo deliberadamente.

A capacidade de ser criativo está intimamente ligada ao self verdadeiro e o sentimento do real que surge do sentimento de possuir uma identidade. Este sentimento de ser é anterior à ideia de estar em união com, já que ainda não existe nada além da identidade. Neste espaço potencial que Winnicott analisa, o bebê e o objeto são um. Com isso, o psicanalista tenta mostrar quão vital e importante é a primeira experiência do bebê com a mãe suficientemente boa para dar início a todas as subsequentes experiências de identificação. "Tanto a identificação projetiva como a introjetiva tem origem nesse lugar que cada um é o mesmo que o outro" (WINNICOTT, 2019, p. 132).

Esta capacidade de ser e de possuir uma identidade só vai ser possível a partir dos cuidados desta mãe suficientemente boa no estágio inicial da vida:

Os cuidados maternos em diversos tipos de cultura determinam desde a primeira infância os padrões de defesa dos indivíduos [...]. Um padrão é estabelecido nos estágios primários por meio das maneiras sutis como a mãe maneja seu bebê. Ou a mãe tem um seio que é, permitindo que o bebê também seja quando ele e a mãe ainda não foram separados na mente rudimentar dele, ou a mãe é incapaz de fazer essa contribuição, obrigando o bebê a se desenvolver sem a capacidade ou com uma capacidade limitada de ser. (WINNICOTT, 2019, p. 134)

Segundo a teoria winnicottiana, a relação de união mãe-bebê em que ambos são um só, nos estágios iniciais da vida psíquica deste, e o conseqüente processo de separação, se bem sucedida, possibilitará no bebê desenvolver a condição de ser e de existir, e a capacidade imaginativa de iludir-se quanto a potência de

inventar algo. Essas capacidades desenvolvidas pelo bebê são possibilitadas pela existência efetiva da mãe na vida deste, estando à disposição dele e de suas necessidades, o que possibilita a introjeção do sentimento de confiabilidade. É só a partir dos cuidados efetivos da mãe suficientemente boa e do desenvolvimento das capacidades, que o bebê poderá empreender uma experiência consistente de separação, pois terá adquirido a segurança ontológica que o permite se separar de sua mãe. (WINNICOTT, 2019)

Se a separação é bem sucedida, ou, se bem sucedida a passagem do registro de um objeto não-eu do corpo para um objeto outro, o bebê experiencia a crença em sua continuidade de ser, ordenando-se com um self verdadeiro (si mesmo). Ele transforma-se então em um sujeito caracterizado tanto pela certeza de existir, quanto por sua continuidade no tempo e sua inscrição no espaço (BIRMAN, 2008). É o self verdadeiro que tem a capacidade de fazer uso criativo dos objetos, o que vai possibilitá-lo o sentimento de estar vivo, se evidenciando pela capacidade efetiva da criança de brincar e de sonhar.

Em sua teoria, Winnicott (2019) ainda ressalta que, em contraposição ao viver criativo está o viver em submissão, sendo que, ao viver submisso, o sujeito reconhece o mundo e seus detalhes, mas apenas como algo a que deve-se adequar ou que exige adaptação. Este modo de viver produz no indivíduo um sentimento de futilidade, associado à ideia de que nada importa e de que a vida não vale a pena ser vivida. Segundo o psicanalista, este modo de viver não criativo é vivido tal como se o sujeito estivesse preso na criatividade de outra pessoa ou de uma máquina, o que resultaria num viver adoecido, oposto a um estado saudável de vida que é gerado na potência do viver criativo.

Ao considerarmos as ideias apresentadas anteriormente sobre como se dá o viver na pós-modernidade, em especial a análise de Byung-Chul Han (2017) sobre este viver marcado pela superprodução, e que forma sujeitos do desempenho estruturados em um registro de auto-exploração, podemos pensar que o modo de viver na contemporaneidade se dá, majoritariamente, tal como o viver em submissão mencionado por Winnicott (2019). O sujeito do desempenho está preso na criatividade de uma máquina, a máquina do capital, que coage a criação humana para o caminho único de produzir lucro. Ambos os pensadores apontam para o adoecimento que gera este viver, pois está desconectado de si próprio, dos desejos e vontades que não geram retorno econômico para o sistema capitalista.

A contemporaneidade produz subjetividades alienadas de si mesmas, de suas ações e das razões profundas destas. Produz vidas que se portam como máquinas, pois foram levadas a acreditar que o são, reproduzindo as mesmas ações todos os dias, todos os anos, na sua rotina da vida adulta do trabalho. Estes sujeitos criam novas estratégias para suas empresas, novos conteúdos para suas páginas, novos produtos para suas lojas, mas que em sua maioria se distanciam da originalidade própria, pois visam o lucro e portanto são criados nos moldes dos objetos de consumo, a partir do perfil de seu consumidor, funcionando como ferramenta de manutenção da sociedade capitalista, uma vez que a reproduz.

Winnicott (2019) nos aponta em sua teoria, um caminho para um viver potente e saudável, o do viver criativo, que se contrapõe ao modo de viver adoecedor da contemporaneidade. Ele nos aponta a criatividade como um modo de abordar a realidade externa, que é saudável e fundamental à vida. Neste sentido, podemos pensar o fazer criativo como um meio de reavivar a força de vida do sujeito.

Assim, a presente pesquisa tem como objetivo principal, contrapor o viver criativo ao sofrimento produzido na sociedade pós-moderna contemporânea, entendendo a criatividade humana como um possível dispositivo de resistência ao imperativo pós-moderno do desempenho que induz um modo de viver adoecedor. A pesquisa visa uma compreensão valorosa da criatividade, do processo criativo e dos efeitos que o existir criativamente pode proporcionar na vida dos sujeitos. Acredito que a criatividade, em toda sua potência transformadora, seja da realidade, seja da subjetividade, possa ser um instrumento fundamental na vida do sujeito contemporâneo, para que este não se consuma por inteiro.

## CAPÍTULO 1 - SOCIEDADE CONTEMPORÂNEA

O momento histórico atual teve seu início no final dos anos 50 e início dos anos 60, quando ocorreu uma quebra radical no modelo social até então vigente. Caracterizada pela pluralidade, a denominada pós-modernidade rompeu com os grandes discursos de referência e com as instituições sólidas, que tinham um papel fundamental e estruturante na denominada, até então, sociedade moderna (JAMESON, 1997).

A psicanalista Marion Minerbo (2013) define a modernidade como um momento da civilização ocidental que se caracterizou pela solidez das grandes instituições. Segundo Minerbo, a família, a educação, a política e a religião, enquanto instituições sociais, possuíam o poder de determinar, com exclusividade, a maneira possível e desejável de pensar, sentir e agir. A cultura da modernidade produz uma forma de subjetividade que se esforça para caber dentro do que é considerado legítimo e, neste contexto, aquele que não cabe no modelo único sofre e se culpa por se sentir e ser, efetivamente, diferente e desviante da norma.

A pós-modernidade, período histórico no qual se insere a sociedade contemporânea, marca o momento em que as grandes instituições, que serviam como base para a civilização ocidental, entram em crise. Com isso, "[...] os sentidos se relativizam, há espaço para que novas formas de viver se tornem possíveis, contemplando a singularidade do desejo" (MINERBO, 2013).

A psicanalista faz um balanço das vantagens e desvantagens de ambos os períodos. Se por um lado, a rigidez excessiva das instituições gerava sofrimento e culpa àqueles que não se encaixavam às poucas opções de vida legitimadas, por outro, serviam de referências identitárias sólidas e confiáveis para a constituição do sujeito moderno. Já na era pós-moderna, com a crise das instituições sólidas, há a vantagem de que a fragilidade dos símbolos pode ser aproveitada, possibilitando várias formas de Ser, porém há a desvantagem de que o sujeito é largado à tarefa solitária e exaustiva de ter que se reinventar a partir de si mesmo, tornando o "ser diferente" algo quase obrigatório.

A seguir será apresentada a perspectiva do filósofo sul coreano Byung-Chul Han acerca das características do viver na pós-modernidade e as implicações subjetivas e objetivas provocadas nos sujeitos contemporâneos, teoria de grande

importância para que se compreenda o sofrimento produzido pelo sistema capitalista e pela política neoliberal nos tempos atuais.

### **1.1 Sociedade do cansaço**

Em sua teoria, Han (2017) ressalta o caráter exaustivo e solitário da tarefa imposta pela sociedade contemporânea. Em seu livro "Sociedade do cansaço", Han destaca que o começo do século XXI é marcado pelas doenças neuronais como a depressão, o transtorno do déficit de atenção com síndrome de hiperatividade e a síndrome do burnout. O sofrimento na contemporaneidade não é mais marcado pela negatividade de algo externo, estranho a si mesmo e inimigo do eu próprio, como foi na era dos discursos únicos impostos pelas instituições, que pretendia a eliminação de tudo o que era diverso e ameaçava sua ordem. O sofrimento agora advém do exagero da positividade e do excesso do igual, sendo uma violência que resulta da superprodução, do super desempenho e da supercomunicação. O esgotamento, a exaustão e o sufocamento frente à demasia surgem como manifestações de uma violência neuronal e positiva.

Han (2017) afirma que a violência da positividade não pressupõe nenhuma inimizade, desenvolve-se precisamente numa sociedade permissiva e pacificada, e por isso é mais invisível do que a violência institucional. A positivação do mundo faz surgir novas formas de violência que são imanentes ao sistema, uma vez que a positividade para Han representa a direção de um fazer, proposto pela cultura social, que o sujeito assume sem muitos questionamentos, como por exemplo, a dedicação do tempo de vida ao trabalho.

Han (2017) afirma também que a sociedade do século XXI não é mais a sociedade disciplinar e da obediência, mas sim do desempenho e da produção. A sociedade do desempenho vai se desvinculando da negatividade da proibição e da coerção, à medida que a sensação de poder ilimitado vai ganhando força com a desregulamentação crescente das normas sociais. O slogan político estadunidense "Yes, we can"<sup>1</sup> expressa precisamente o caráter de positividade da sociedade do desempenho. No lugar da proibição e da lei, entram os projetos, as iniciativas e a motivação.

---

<sup>1</sup> Slogan da campanha política de Barack Obama, eleito presidente dos Estados Unidos em 2008. [Tradução para o português: "Sim, nós podemos"]

A violência da positividade não é privativa, mas saturante; não é excludente, mas exaustiva. Por isso é inacessível a uma percepção direta. (HAN, 2017, p. 20)

Segundo o filósofo, apesar da mudança de paradigma da sociedade disciplinar para a sociedade do desempenho, há uma continuidade em certo nível. Já havia no inconsciente social e no interesse capitalista da sociedade disciplinar o desejo de maximizar a produção, e a partir de certo ponto, a técnica disciplinar da proibição gera um efeito bloqueador, impedindo um maior crescimento econômico. A positividade do poder é bem mais eficiente que a negatividade do dever. "O sujeito de desempenho é mais rápido e mais produtivo que o sujeito da obediência" (HAN, 2017, p. 25).

Os sujeitos do desempenho, ou melhor, os empresários de si mesmos, acreditam estar livremente a serviço de si, mas em última instância, estão à serviço do capital. A sensação ilusória do poder sem restrições não cancela o dever, o sujeito do desempenho continua disciplinado, ele vive sua vida sem perceber que o poder viver só é possível a partir do dever produzir, na medida em que seu viver depende do trabalho que desempenha.

A violência sistêmica inerente à sociedade do desempenho, que produz infartos psíquicos, é causada não pelo imperativo de obedecer apenas a si mesmo, mas pela pressão do desempenho, que consome o sujeito até sua última gota. Para Han (2017), o que torna doente, na realidade, não é o excesso de responsabilidade e iniciativa, mas o imperativo do desempenho como um novo mandato da sociedade pós-moderna do trabalho.

O sujeito do desempenho é senhor e soberano de si mesmo, na medida que se vê livre da instância externa de domínio que poderia explorá-lo. Ele acredita não estar submisso a ninguém a não ser a si mesmo, e é nisto que se distingue do sujeito da obediência. Entretanto, a queda da instância dominadora não leva à liberdade, ao contrário, faz com que liberdade e coação coincidam. O excesso de trabalho e desempenho agudiza-se numa autoexploração, que é mais eficiente que uma exploração do outro, pois caminha de mãos dadas com o sentimento de liberdade. O explorador é, ao mesmo tempo, o explorado. Agressor e vítima não podem mais ser distinguidos.

Essa autorreferencialidade gera uma liberdade paradoxal que, em virtude das estruturas coercitivas que lhe são inerentes, se transforma em violência.

Os adoecimentos psíquicos da sociedade do desempenho são precisamente as manifestações patológicas dessa liberdade paradoxal. (HAN, 2017, p. 30)

O sujeito da contemporaneidade acredita não ser submisso, mas sim, um projeto livre que se esboça e se reinventa incessantemente. A passagem do sujeito ao projeto é acompanhada pelo sentimento de liberdade, e esse mesmo projeto já não se mostra tanto como uma figura de coerção, mas sim como uma forma mais eficiente de subjetivação e sujeição. Assim, o mesmo sujeito que acreditava ter se libertado das coerções externas e da vontade imposta por outros, submete-se agora a coações internas, na forma de obrigações de desempenho, excelência e otimização, em uma interminável corrida disputada consigo mesmo. (HAN, 2020)

## **1.2 Neoliberalismo e crise da liberdade**

O momento histórico em que vivemos é particular. A liberdade do poder segundo Han (2020), agora é coercitiva, e produz até mais coações do que o dever disciplinar, que expressa regras e proibições. O poder cria a ilusão de ser ilimitado, e portanto, também a coerção proveniente do poder se faz ilimitada. Assim, encontramos-nos em uma situação paradoxal: a liberdade é antagonista da coerção. Ser livre significa estar livre de coerções. Porém, na sociedade neoliberal, essa tal liberdade, que deveria ser o contrário da coação, também se faz por meio de coerções. As doenças psíquicas comuns na contemporaneidade, a depressão e o burnout, são expressões de uma profunda crise da liberdade, são sintomas patológicos que hoje expressam sua transformação em coerção.

O sujeito do desempenho, que se julga livre, é na realidade um servo: é um servo absoluto, na medida em que, sem o senhor, explora voluntariamente a si mesmo. Nenhum Senhor o obriga a trabalhar. O sujeito absolutiza a vida nua e trabalha. (HAN, 2020, p. 10)

É possível pensar que o sujeito neoliberal não está mais inserido unicamente na lógica dominador versus dominado, patrão versus proletário, ele agora têm a possibilidade de se tornar empreendedor de si mesmo, sintetizando em si ambas as funções. Ele passa então a ser incapaz de se relacionar livre de qualquer propósito, pois cada segundo de sua vida é uma possibilidade de investimento. Não existem mais as paredes que delimitam seu espaço de trabalho, nem mesmo sua folha de pontos que delimita as horas por dias de dedicação ao serviço. Toda sua vida se tornou seu ambiente de trabalho, cada segundo vivido passa a ser uma possibilidade de empreender, em algo ou em si mesmo.

O neoliberalismo é um sistema muito eficiente na exploração da liberdade: tudo aquilo que pertence às práticas e formas de expressão da liberdade (como a emoção e a comunicação) é explorado. Explorar alguém contra sua própria vontade não é eficiente, na medida em que torna o rendimento muito baixo. É a exploração da liberdade que produz o maior lucro, pois a ação vai de acordo com a vontade do sujeito, que escolhe produzir ferozmente, na ilusão de estar produzindo para si mesmo, mas em última instância está produzindo para o capital. (HAN, 2020)

O neoliberalismo, como aperfeiçoamento do capitalismo, tornou o trabalhador um empreendedor. Não é a revolução comunista, e sim o neoliberalismo que vem aos poucos eliminando a exploração alheia da classe trabalhadora, mas sem abrir mão da base do sistema capitalista, a exploração. Hoje, cada sujeito é um trabalhador que explora a si mesmo para a sua própria empresa. Cada um é senhor e servo em uma única pessoa. A luta de classes ganha também uma outra dimensão, a da luta interior consigo mesmo. No fim, somos todos dominados pela ditadura do capital.

Segundo o autor (2020), aquele que fracassa na sociedade neoliberal do desempenho, em vez de questionar a sociedade ou o sistema, considera a si mesmo como responsável e se envergonha por isso. O individualismo e a auto-referência exacerbada cultuados no sistema neoliberal, são instrumentos de alienação do sujeito de seu contexto e de sua relação com o mundo. O sujeito do desempenho, na ilusão do livre poder, perde a dimensão de estar inserido em uma sociedade, com conjunturas particulares que vão além do seu mundo privado. Ele se vê solitário, largado à sua própria vontade de poder, na ilusão de que tudo e todos são seus concorrentes, e de que, se fracassar, não há nada nem ninguém a quem culpar a não ser a si mesmo. Aí está a inteligência peculiar do regime neoliberal, ele alimenta a ilusão da autorreferencialidade de forma a não permitir que emergja qualquer resistência ao sistema.

No regime da exploração imposta por outros, é possível que os explorados se solidarizem e juntos se ergam contra o explorador. Já no regime neoliberal de auto exploração, a agressão é dirigida contra si mesmo. Ela não transforma os explorados em revolucionários, mas sim em depressivos. (HAN, 2020, p. 16)

Atualmente, já não trabalhamos por causa de nossas próprias necessidades, e sim pelo capital. O capital gera suas próprias necessidades, que erroneamente percebemos como se fossem nossas. O consumismo é um bom exemplo de uma

necessidade da economia capitalista, que sem perceber adotamos como nossa. O capital representa uma nova forma de subjetivação.

### **1.3 A emoção como capital**

Significados e emoções também são vendidos e consumidos no capitalismo do consumo. "Não é o valor de uso, mas o valor emotivo ou de culto que é constitutivo da economia do consumo" (HAN, 2020, p. 63). No funcionamento consumista, não se compra o objeto pura e simplesmente por necessidade, mas sim pelo valor do seu status, por aquilo que ele representa simbolicamente dentro da sociedade em que o sujeito está inserido. O capitalismo do consumo capitaliza emoções, usando-as a seu favor para gerar cada vez mais lucro. No neoliberalismo, empregam-se as emoções como recurso para alcançar mais produtividade e desempenho.

O capitalismo do consumo incita emoções para criar necessidades e estimular a compra, manipulando subjetivamente o sujeito de forma a fazê-lo acreditar que, ao consumir algo, ele está também adquirindo as qualidades simbólicas atribuídas àquilo que foi consumido. Cria-se uma necessidade de consumo ilusória, que incita o sujeito a consumir mais e mais, no anseio de ser algo a partir dos bens materiais que adquire.

Hoje, em última análise, não consumimos coisas, mas emoções. Coisas não podem ser consumidas infinitamente, mas emoções sim. Emoções se desdobram para além do seu valor de uso. Assim, inaugura-se um novo e infinito campo de consumo. (HAN, 2020, p. 66)

Segundo Han (2020), na sociedade disciplinar, cuja execução e o serviço estão acima de tudo, as emoções representavam em primeiro lugar um estorvo, portanto, deviam ser eliminadas. As máquinas, ou melhor, os homens máquinas, funcionam melhor quando emoções e sentimentos estão completamente desligados. Apenas o trabalho braçal e a reprodução mecanicista importam. Na sociedade do desempenho, por outro lado, instaura-se o uso das emoções em favor da produtividade e da incitação do consumo. Para além do uso das emoções para estimular as compras, há também o uso da motivação como forma de aumentar a produtividade. A motivação está ligada à emoção, as emoções positivas se tornam fermento para o aumento da motivação e conseqüente aumento da produtividade.

As emoções evocam certas ações, e representam a base energética ou mesmo sensível da ação. Elas são controladas pelo sistema límbico, no qual também se assentam os impulsos. Juntos formam o nível pré-reflexivo, semiconsciente e corporalmente impulsivo da ação, do qual frequentemente não se tem consciência de forma expressa. A psicopolítica neoliberal se ocupa da emoção para influenciar ações sobre esse nível pré-reflexivo. Através da emoção, as pessoas são profundamente atingidas. Assim, ela representa um meio muito eficiente de controle psicopolítico do indivíduo. (HAN, 2020)

#### **1.4 A técnica de poder no neoliberalismo**

Segundo Han (2020), o poder tem formas de manifestação bem diferentes. A mais direta e imediata se expressa como negação da liberdade. Ela permite que os detentores do poder imponham suas vontades, por meio do autoritarismo, da violência contra a vontade daqueles submetidos ao poder. Contudo, o poder não se limita a compelir à obediência, não assume necessariamente a forma de uma coerção. O poder que se faz pela violência não representa o poder absoluto. A potência máxima do poder está precisamente onde este não é posto em evidência. Quanto maior é o poder, mais silenciosamente ele atua.

Por tanto, o poder pode se expressar como violência ou repressão, mas não exclusivamente. Ele não é necessariamente excludente, proibitivo ou censor. Apenas em sua forma negativa é que o poder se manifesta como violência negadora que nega a liberdade. "Hoje, o poder assume cada vez mais uma forma permissiva. Em sua permissividade, ou melhor, em sua afabilidade, o poder põe de lado sua negatividade e se passa por liberdade". (HAN, 2020, p. 26)

O poder disciplinar ainda está completamente dominado pela negatividade. Ele atua de forma inibitória, proibitiva. Por conta de seu funcionamento negativo, baseado na repressão e na negação da vontade do outro, não se encaixa no regime neoliberal que reluz na positividade. A técnica de poder do regime neoliberal assume uma forma sutil, flexível e inteligente, escapando a qualquer visibilidade. Nos tempos atuais do neoliberalismo, o sujeito submisso não é nunca consciente de sua submissão. O contexto de dominação permanece inacessível a ele. É assim que ele se sente em liberdade. (HAN, 2020)

Para Han (2020), a técnica positiva de poder do neoliberalismo se mostra muito mais eficiente, pois faz com que os sujeitos se submetam ao contexto de dominação por si mesmos. Essa técnica busca ativar, motivar e otimizar, não impedir ou oprimir. A particularidade da sua eficiência está no fato de agir, não através da proibição e da suspensão, mas através do agrado e da satisfação. Em vez de tornar as pessoas obedientes, tenta deixá-las dependentes. Com a aparência liberal que estimula e seduz, o poder positivo é mais efetivo do que qualquer um que ordene, ameace e prescreva.

Esta forma de poder inteligente é amigável e aparentemente não age contra a vontade dos sujeitos, mas em última instância, controla suas vontades em seu próprio benefício. Ao invés de negar, afirma, ao invés de reprimir, seduz, e assim manipula as vontades dos sujeitos ao seu favor. O poder no neoliberalismo se esforça em produzir emoções positivas e explorá-las. Cria encantamentos que fascinam o sujeito ao invés de proibi-lo. Em vez de ir contra o sujeito, o faz ir ao seu encontro.

O poder inteligente molda de forma fluida a psique, em vez de submetê-la a coerções e proibições. Não impõe nenhum silêncio, ao contrário, nos convida a compartilhar incessantemente, participando, dando opiniões, comunicando necessidades, desejos e preferências, contando sobre nós e nossas vidas. Assim, esse poder cordial se faz mais poderoso do que o repressor, pois não escancara seus métodos e intenções, se fazendo invisível. "A atual crise da liberdade consiste em estar diante de uma técnica de poder que não rejeita a liberdade, mas a explora. A livre escolha é extinta em pró de uma livre seleção entre as ofertas disponíveis". (HAN, 2020, p. 27)

### **1.5 A atenção como recurso**

Segundo Han (2020), a psicopolítica neoliberal inventa formas de exploração cada vez mais refinadas. São workshops de gestão pessoal, fins de semana motivacionais, seminários de desenvolvimento pessoal e treinamentos de inteligência emocional que prometem a otimização pessoal e o aumento da eficiência sem limites. Os sujeitos são controlados pela técnica do poder inteligente neoliberal que visa explorar não apenas o tempo de trabalho, mas a pessoa por completo, a atenção total, e até a própria vida. Na contemporaneidade, o ser

humano é descoberto como objeto de exploração em todas as faculdades do seu ser, não só em sua força de trabalho.

No capitalismo financeiro atual, os valores são radicalmente afetados. Os sujeitos se subjugam aos valores impostos pela sociedade, buscando o sucesso pessoal. O regime neoliberal introduz uma era do esgotamento, na medida que incita uma cultura de autoexploração de todos os recursos do ser. Hoje, explora-se a psique, e por isso, essa nova era é acompanhada de doenças mentais, como a depressão ou o burnout.

A otimização pessoal permanente, que coincide em sua totalidade com a otimização do sistema, é destrutiva. Ela conduz ao colapso mental. Mostra-se como a autoexploração total. (HAN, 2020, p. 46)

A exploração do sujeito na sociedade neoliberal, se expressa em excessos, na exploração de todos os seus recursos. Han (2017) ainda aponta que o excesso também se manifesta na sociedade contemporânea por meio de estímulos, informações e impulsos, o que conseqüentemente modifica de forma radical a estrutura da atenção dos sujeitos. O tão popular *multitasking* (multitarefa), segundo o autor, representa um retrocesso civilizatório e está relacionado a um estado selvagem da vida, em que o ser é obrigado a dividir sua atenção em diversas atividades, e por isso, não é capaz de aprofundar-se na contemplação de nenhuma de suas ações.

O filósofo aponta que todo desempenho cultural da humanidade deve-se a uma atenção profunda e contemplativa. A cultura pressupõe um ambiente onde seja possível uma atenção profunda, entretanto, na sociedade contemporânea, a atenção é cada vez mais deslocada para uma forma bem distinta, a hiperatenção. Esse tipo de atenção dispersa se caracteriza por uma rápida mudança de foco entre diversas atividades, fontes informativas e processos, levando à uma baixa tolerância ao tédio e não admitindo o tédio profundo, que é importante para o processo criativo do sujeito.

O filósofo Walter Benjamin (2000), ao pensar a originalidade e a criação, faz um paralelo ao afirmar que assim como o sono se dá como o ponto mais alto do descanso físico, o tédio profundo se constitui como o ponto mais alto do descanso espiritual, sendo que para o teórico, o espírito representaria o ser autêntico do sujeito, capaz de produzir obras verdadeiramente originais e autênticas.

O ego hiperativo não é capaz de realizar a contemplação e a atenção profunda, e portanto, é incapaz de gerar algo novo, ele apenas reproduz e acelera aquilo que já existe. No estado de repouso, de atenção contemplativa, o sujeito sai de si mesmo para mergulhar na coisa outra. É a partir da atenção profunda que gera um recolhimento, que se pode ter o tempo e o foco necessários para que algo seja elaborado em si. Sem a contemplação, o olhar e a mente perambulam inquietos por diversos lugares, sem manifestar nada de original. (HAN, 2017)

Han (2017) também aponta a importância do tédio para despertar a potência criativa do sujeito. Ele afirma que, aquele que o tolera, depois de um tempo, irá reconhecer que é a repetição da vida que o entedia, o sujeito será então impulsionado a procurar um movimento totalmente novo, e assim, do andar rotineiro entediante e repetitivo nascerá a possibilidade da dança. Comparada ao andar linear, a dança com seu balançar foge completamente do princípio do desempenho.

## CAPÍTULO 2 - VIVER CRIATIVO

A criatividade, segundo o dicionário Michaelis (2002), pode ser definida como a capacidade de criar ou inventar, é a qualidade ou o estado de ser criativo. Assim, ser criativo está relacionado com a transformação do mundo, significa uma possibilidade do sujeito de ação. Podemos pensar que o ser humano cria em um movimento de integração com o mundo, deixando marcas do seu viver e da sua existência, conforme também é marcado por aquilo que encontra ao seu redor.

Por ser um conceito amplo, que abrange muitos aspectos da vida humana, neste capítulo será apresentada a concepção de criatividade segundo o psicanalista inglês Donald Winnicott, qual possui uma contribuição importante para que se possa compreender a importância da criatividade para a existência humana e suas relações com a saúde e o adoecimento psíquico.

Segundo Winnicott (2021), para ser criativo o sujeito deve existir e ter um sentimento de existência, não apenas em forma de percepção consciente, mas sim como uma posição de ser e agir perante o mundo. A compreensão acerca da criatividade deve incluir a ideia de que a vida vale a pena ser vivida. É o fazer que, gerado a partir do ser, indica que aquele é e está vivo.

Para o psicanalista, a criatividade é própria do estar vivo. O ser humano, exceto quando está em estado de repouso, está sempre tentando alcançar algo. Alcançar este algo, física ou mentalmente, tem significado apenas para aqueles que possuem o sentimento de existência. Neste sentido, um ser que tenha nascido sem cérebro pode alcançar um objeto e usá-lo, mas sem experimentar um viver criativo. Já um ser nascido com cérebro, precisa crescer e se desenvolver, estabelecendo sua existência, e assim poderá experimentar a procura e o encontro de um objeto como ato criativo. (WINNICOTT, 2021)

O ser tem que se desenvolver antes de fazer. Há na origem da criatividade, a tendência geneticamente determinada para estar e permanecer vivo e para se relacionar com os objetos que aparecem no meio do caminho quando chega o momento de tentar alcançar algo. A criatividade se estabelece no sujeito a partir das experiências primordiais do bebê, na relação que se estabelece com a mãe (ou com o sujeito que exerça a função materna) e na capacidade desta de prover e sustentar as necessidades de seu bebê suficientemente bem.

## 2.1 As origens da criatividade

A criatividade é, portanto, a manutenção ao longo da vida de algo que pertence à experiência do bebê: a capacidade de criar o mundo. Para um bebê, isso não é difícil, se a mãe for capaz de se adaptar às necessidades deste, ele não vai perceber que o mundo estava lá antes dele ter sido concebido ou de sua existência ter sido concebida (WINNICOTT, 2021). Neste sentido, o oferecimento de um ambiente suficientemente bom nos estágios mais primitivos é primordial para que o indivíduo desenvolva a capacidade de ser criativo.

Winnicott (2022) apresenta em sua teoria o conceito de ambiente facilitador, que pode ser definido como aquele que oferece as condições necessárias para o crescimento do indivíduo de forma saudável. Nos primórdios da vida, esta função é comumente exercida pela mãe, que a partir do vínculo, entende e supre as necessidades do bebê quando este ainda não é capaz de supri-las por si só. Neste sentido, a dependência do bebê em relação ao ambiente, no início de sua vida, é absoluta, e a necessidade dos cuidados maternos é fundamental para o processo maturativo, permitindo que o bebê se desenvolva à medida que há repetidas ações de cuidado suficientemente boas da mãe ambiente.

Mas o que seria ser suficientemente bom? Em sua teoria, o psicanalista (2006) apresenta o conceito de mãe suficientemente boa afirmando ser aquele sujeito, frequentemente a mãe, que está conectado afetivamente com seu bebê, e consegue atendê-lo em suas necessidades. É só a partir dos cuidados efetivos da mãe suficientemente boa que o bebê poderá empreender uma experiência consistente de separação, pois terá adquirido a segurança que o permite se separar de sua mãe. Para o recém nascido, há uma ausência de diferenciação entre o Eu e o Outro, e o papel da mãe suficientemente boa é central para conceber o sentimento de confiabilidade no bebê, na medida que a mãe supre as necessidades básicas do filho, e este se sente amparado pelo ambiente que o cerca.

O sentimento de existência, tão fundamental para o viver criativo segundo Winnicott (2019), é anterior à ideia de estar em união com, já que ainda não existe nada além da identidade. Assim, o psicanalista tenta mostrar quão vital e importante é a primeira experiência do bebê com a mãe suficientemente boa para dar início a todas as subsequentes experiências de identificação. A capacidade de ser e de

possuir uma identidade só vai ser possível a partir dos cuidados desta mãe suficientemente boa no estágio inicial da vida.

A relação de união mãe-bebê em que ambos são um só, nos estágios iniciais da vida psíquica deste, e o consequente processo de separação, se bem sucedida, possibilitará ao bebê desenvolver a condição de ser e de existir, e a capacidade imaginativa de iludir-se quanto a potência de inventar algo. Essas capacidades desenvolvidas pelo bebê são possibilitadas pela existência efetiva da mãe na vida deste, estando à disposição dele e de suas necessidades, o que possibilita a introjeção do sentimento de confiabilidade. É só a partir dos cuidados efetivos da mãe suficientemente boa e do desenvolvimento de suas capacidades, que o bebê poderá empreender uma experiência consistente de separação, pois terá adquirido a segurança ontológica que o permite se separar de sua mãe. (WINNICOTT, 2019)

Os bebês são constantemente curados dos efeitos da deprivação pela mãe, cujos mimos reparam a estrutura do ego. Essa reparação na estrutura do ego restabelece a capacidade do bebê de usar um símbolo de união, de modo que ele volta a permitir a separação e até de se beneficiar dela. Este é o espaço que decidi examinar: a separação que não é uma separação, mas uma forma de união. (WINNICOTT, 2019, p. 158)

Se a separação é bem sucedida, o bebê experiencia a crença em sua continuidade de ser, ordenando-se com um self verdadeiro (si mesmo). Ele transforma-se então em um sujeito caracterizado tanto pela certeza de existir, quanto por sua continuidade no tempo e sua inscrição no espaço (BIRMAN, 2008). É o self verdadeiro que tem a capacidade de fazer uso criativo dos objetos, o que vai possibilitá-lo o sentimento de estar vivo, se evidenciando pela capacidade efetiva da criança de brincar e de sonhar, e futuramente pela capacidade do adulto de ser criativo.

Portanto, a criatividade é algo que pode se manter ao longo de toda a vida. Ela tem suas origens na experiência da primeira infância, aquela relativa à conquista da capacidade de criar os primeiros objetos e o mundo subjetivo, conquista por sua vez dependente não só de uma tendência individual inata, mas também, e imprescindivelmente, do amparo ambiental suficientemente bom.

A tendência humana inata ao amadurecimento, assim como o potencial criativo, não encontrarão espaço para se realizarem se não houver um ambiente facilitador, que na primeira infância, seja capaz de exercer a sustentação adequada, reconhecendo as demandas do bebê, que em um momento tão precoce de sua

vida, apresenta suas necessidades de forma não verbal, que precisam ser atendidas para a sua sobrevivência. (WINNICOTT, 2019)

Neste momento inicial da vida, se a mãe é capaz de identificar as necessidades do bebê, ela proporciona a ele uma ilusão de onipotência, no momento em que o ser ainda não reconhece a existência de um outro, e portanto reconhece a satisfação de suas necessidades de forma ilusória, na medida que tudo aquilo que solicita, recebe, sem reconhecer que há um outro fornecendo aquilo que precisa. Com o decorrer do processo de amadurecimento, a criança, ainda amparada pelo cuidado que tornou possível e sustentou sua ilusão de onipotência, é capaz de desenvolver também mecanismos mentais para entrar em contato e se relacionar com a realidade externa. O princípio da realidade, ou seja, a capacidade de se adaptar a realidade externa e de se relacionar com seus objetos, depende, inicialmente, da chance de habitar durante um período a área psíquica da ilusão de onipotência.

Seguindo o processo de desenvolvimento, a criança terá condições de ser criativa em todas as dimensões de seu viver. Podemos notar como a possibilidade de ser criativo tem suas raízes nos primeiros momentos da vida, mas permanece com o sujeito e se desenvolve com ele. A capacidade de ser criativo pode se apresentar em todas as fases da vida, de diferentes formas, e tendo fundamental importância para o sujeito. Na infância, a capacidade de criar aparece por meio do brincar, que futuramente irá se desdobrar nas experiências culturais vividas pelo sujeito adulto.

## **2.2 A experiência cultural**

Winnicott (2019) afirma que há um espaço onde a vida criativa se dá. Segundo o psicanalista, há a realidade do mundo externo, onde se dão as relações interpessoais e a relação com o próprio ambiente e tudo que nele está inserido, há também a realidade psíquica individual, aquela que ocorre no interior de cada indivíduo e que constitui sua subjetividade. Há também uma terceira realidade em que se dá a experiência cultural, que não pode ser localizada exclusivamente nos fenômenos da vida interior nem da vida exterior, pois envolve uma realidade compartilhada. Esta terceira realidade ocupa então um espaço entre o que é interno e o que é externo, entre o eu e o não-eu, no encontro das bordas do mundo

psíquico interior e do mundo exterior. A experiência cultural diz portanto de um fenômeno intersubjetivo, que não se limita ao dentro ou fora do indivíduo, mas está no meio.

O espaço potencial é um lugar que não é nem parte da subjetividade de um e nem parte da subjetividade do outro, mas é como que uma intersecção da subjetividade de ambos. É um campo onde as duas pessoas estão interagindo, e há a criação de uma terceira realidade. (SAFRA, 2003)<sup>2</sup>

Em resumo, Winnicott (2019) localiza a área de experiência cultural no espaço potencial entre o indivíduo e o ambiente, que inicialmente une e separa o bebê e a mãe, quando o amor materno que se manifesta como confiabilidade humana, dá ao bebê um senso de confiança ou de segurança no ambiente. Confiança é uma palavra que demonstra a compreensão do que Winnicott quer dizer com estabelecer a segurança com base na experiência, em um momento de máxima dependência, antes que se possa desfrutar e fazer o uso da separação e da Independência.

Quando testemunhamos o uso de um objeto (a primeira posse não eu) por parte da criança, estamos diante tanto do primeiro uso que a criança faz de um símbolo, como também o faz na experiência do brincar. O objeto, no início da vida, representa um símbolo de união entre o bebê e a mãe (ou parte da mãe). Este símbolo está localizado no espaço e no tempo em que a mãe faz uma transição (na mente do bebê) deixando de estar fundida com o bebê e passando a ser vivenciada como objeto a ser percebido em vez de concebido. O uso de um objeto simboliza a união entre duas coisas separadas, o bebê e a mãe, no ponto, no tempo e no espaço em que se inicia sua separação. (WINNICOTT, 2019)

O espaço potencial entre o bebê e a mãe, entre a criança e a família, entre o indivíduo e a sociedade ou o mundo, depende de experiências primordiais que levem à confiança. Winnicott (2019) afirma que esse espaço é sagrado para o indivíduo pois é aí que ele vive criativamente. Desde o início, o bebê tem as experiências mais intensas no espaço potencial entre o objeto subjetivo e o objeto objetivamente percebido, entre as extensões do eu e do não eu. Esse espaço potencial existe no interjogo entre a não existência e a existência de fenômenos e objetos que estão fora do controle onipotente.

---

<sup>2</sup> SAFRA, Gilberto, Intervenções clínicas breves e pontuais em consultas avulsas e em situações de crise aguda. Trecho inicial da aula do Prof.Dr. Gilberto Safra, ministrada na graduação em Psicologia Clínica na USP. São Paulo, 21 de Novembro de 2003.

O espaço potencial ocorre apenas em relação a um sentimento de segurança por parte do bebê, ou seja, de uma segurança relativa à confiabilidade da figura materna ou dos elementos ambientais, tendo a segurança como evidência de uma confiabilidade que está sendo introjetada. A falta de confiabilidade ou a perda do objeto representa para a criança a perda da área da brincadeira e de um símbolo relevante. Em circunstâncias desfavoráveis, o uso criativo de objetos não ocorre ou é relativamente incerto, e o espaço pode ser invadido por produções de um outro e tornar-se material persecutório. Em circunstâncias favoráveis, o espaço potencial se torna repleto de produtos da imaginação criativa do próprio bebê, e no decorrer do desenvolvimento saudável do sujeito, torna-se o lugar em que indivíduos saudáveis passam a maior parte do tempo, seja lendo um livro, conversando com amigos ou assistindo à um concerto de um cantor que se aprecie. (WINNICOTT, 2019)

### **2.3 O viver criativo**

Viver criativamente para Winnicott (2021) quer dizer que tudo o que fazemos fortalece o sentimento de estarmos vivos e sermos nós mesmos, e para tanto, não é preciso talento. A criatividade acontece desde o início, mas o ser só têm consciência dela a partir do estabelecimento do espaço potencial, que se inicia a partir do uso do objeto.

No viver criativo, tanto você como eu descobrimos que tudo aquilo que fazemos fortalece o sentimento de que estamos vivos, de que somos nós mesmos. Uma pessoa pode olhar para uma árvore (não necessariamente em um quadro) e fazê-lo criativamente. (WINNICOTT, 2021, p. 48)

Portanto, quando Winnicott (2021) fala sobre criatividade, ele não se limita à criatividade artística daqueles que produzem obras de arte apreciadas socialmente. Ainda que aliadas ao viver criativo, as criações artísticas dos escritores, poetas, artistas, escultores, músicos, são diferentes, pois espera-se que tenham algum talento especial. Porém, para uma existência criativa não precisamos de nenhum talento especial. Trata-se de uma necessidade universal, de uma experiência universal, e mesmo os esquizofrênicos retraídos e aprisionados ao leito podem estar vivendo criativamente uma atividade mental secreta e, portanto, de certo modo, feliz.

O viver criativo está relacionado ao sentimento de existência, é a ação no mundo que fortalece o sentir-se vivo, autor de sua vida. O fazer artístico pode servir

como ferramenta para despertar este sentimento, mas existem outras. Mesmo assim, a arte continua sendo parte fundamental da cultura humana, seja no seu papel de enriquecimento da vida ou na sua possível função expressiva.

Seja artista ou não, existem momentos na vida do sujeito em que há espaço para que este viva com criatividade. Isso envolve preservar algo de pessoal, que é inconfundivelmente você mesmo. Tudo o que fazemos pode, ou não, ser feito criativamente. Quando nos surpreendemos com nós mesmos, estamos sendo criativos e descobrimos que podemos confiar em nossa inesperada originalidade.

Mesmo que o indivíduo tenha um equipamento criativo empobrecido, a experiência pode ser criativa, no sentido de que sempre há algo de novo e inesperado no ar. É claro que, se a pessoa for muito original e talentosa, pode acabar usando este talento profissionalmente, virando um artista, mas, para aqueles que não são Picasso, seria uma imitação escravizante e não criativa desenhar como Picasso. Para desenhar como Picasso a pessoa precisa ser Picasso, caso contrário, não será criativo. Aqueles que se prendem a modismos são entediantes e submissos, exceto quando estão à procura de algo e precisam da coragem de um Picasso como apoio para serem originais. (WINNICOTT, 2021)

A professora e artista plástica brasileira Fayga Ostrower (2004), em seu livro “Criatividade e processos de criação”, vai de encontro com a concepção de criatividade winnicottiana ao afirmar que o ato de criar é entendido como um potencial e uma necessidade humana.

As potencialidades e os processos criativos não se restringem, porém, à arte. Em nossa época, as artes são vistas como área privilegiada do fazer humano, onde ao indivíduo parece facultada uma liberdade de ação em amplitude emocional e intelectual inexistente nos outros campos de atividade humana. Não nos parece correta essa visão de criatividade. O criar só pode ser visto num sentido global, como um agir integrado em um viver humano. De fato, criar e viver se interligam. (OSTROWER, 2004, p. 5)

Segundo a professora, os processos de criação ocorrem no âmbito da intuição. Ele ocorre a partir de uma intencionalidade que por meio da intuição, se integram as esferas da mente humana como o inconsciente, camada mais profunda da mente, e o consciente, por meio da qual a intuição emerge, permitem perceber o criar que vai tomando forma, na medida em que é externalizado, porém a fonte primária da criação vem de um processo intuitivo.

Fayga (2004) considera que com a intuição, os processos de criação interligam-se intimamente com nosso ser sensível. Mesmo no âmbito conceitual ou

intelectual, a criação se articula principalmente através da sensibilidade, ou seja, todo ser humano tem um grau de sensibilidade e esse grau de sensibilidade, a maneira como ele é afetado por sua realidade, é condição necessária para se expressar originalmente, para agir mediante as situações e aí então criar.

A partir da sensibilidade humana, podemos ser suficientemente felizes e criativos, porém, é inerente à vida um tipo de choque entre o impulso pessoal e os compromissos com a realidade externa e as relações confiáveis estabelecidas nela. Estamos falando, uma vez mais, do princípio da realidade e, no caminhar da vida, o sujeito pode tentar aceitar a realidade externa sem que isso acarrete a perda excessiva de seus impulsos pessoais e de sua subjetividade (WINNICOTT, 2021). Aqui se dá um dos problemas básicos peculiares à natureza humana, a eterna tentativa de conciliar os impulsos internos à realidade externa, de viver criativamente em um mundo de imposições, que pode estar fora da vontade do sujeito.

### **CAPÍTULO 3 - CONSIDERAÇÕES FINAIS**

A partir da apresentação da teoria do filósofo Byung-chul Han, é possível compreender que a política neo-liberal, dominante na sociedade contemporânea, produz um modo de vida desgastante e deteriorante, na medida em que leva o sujeito a se submeter a uma auto-exploração, na ilusão de estar regido por uma escolha própria, que na verdade é moldada e concebida pelas técnicas de poder neoliberais. O sujeito contemporâneo pensa estar a serviço de si mesmo, escolhendo deliberadamente produzir mais e mais, acreditando estar enriquecendo seu eu, quando em última instância está na verdade a serviço do capital, que estrutura a sociedade de forma a "vender" uma concepção de vida que explora o sujeito até sua última gota, sem que este o perceba.

Em oposição a este viver submisso ao capital, podemos pensar nas contribuições da teoria do psicanalista Donald Winnicott, que afirma a criatividade como um ponto fundamental da vida humana, na medida que esta capacidade possibilita um viver saudável, por estar conectada ao eu verdadeiro do sujeito. A partir do viver criativo, o sujeito pode transformar o mundo real por meio de seus impulsos pessoais, moldando o mundo à sua forma única, na medida que também é transformado com este.

A questão que está posta na contemporaneidade se dá justamente em um desequilíbrio no encontro entre a subjetividade do sujeito e a realidade externa, na medida em que a sociedade neoliberal impõe, de forma massificadora, um modo de vida que se diz estar a favor do sujeito, e o faz acreditar que sim, mas em última instância o transforma em uma máquina produtora e reprodutora daquilo que interessa ao modelo capitalista, o capital. Este modo de vida imposto de forma alienante, adocece os sujeitos ao desconectá-los de si próprios, de suas próprias necessidades e desejos, e assim manifestam-se em um número crescente a depressão e o burnout como sintomas patológicos dos tempos de consumo do próprio sujeito.

Assim, se faz necessária a busca de saídas possíveis para o adoecimento iminente ao viver na contemporaneidade. A criatividade foi escolhida como a saída a ser estudada na presente pesquisa, por ser uma capacidade humana fundamental, que vai na direção contrária do modo de vida do super desempenho e da hiper produtividade.

Quando Winnicott (2021) aponta em sua teoria um caminho para o indivíduo saudável por meio do viver criativo, ele sustenta a ideia de uma necessidade fundamental do ser humano de se conectar ao mundo de forma a poder transformá-lo a partir de sua subjetividade, de sua unicidade. Para o psicanalista, o conceito de saúde não se resume à simples ausência de doenças psiconeuróticas, mas diz respeito a um sentimento de realidade, de sentir-se real e vivo, pois consegue conversar com o mundo de forma dialógica, sendo transformado por este na medida em que o transforma.

A saúde aqui inclui a ideia de um formigamento da vida e da magia da intimidade. Tudo isso se encaminha junto para um senso da própria realidade e do próprio ser, e da experiência que realimenta a realidade psíquica interna, enriquecendo-a, ampliando-a. Como consequência, o mundo interno da pessoa saudável se relaciona com o mundo real ou externo, e ainda assim é pessoal e dotado de uma vivacidade própria. (WINNICOTT, 2021, p. 35)

Quando Han (2020) escancara a violência do modo de vida contemporâneo, que induz o sujeito à superprodução e ao super desempenho, ele se alinha às ideias de Winnicott na medida em que nomeia esta como a causa do adoecimento e do sofrimento do sujeito contemporâneo. Han compreende que o que torna doente o sujeito é o imperativo do desempenho, que leva o sujeito à uma vida regida por um produzir incessante, imposto pelo capitalismo neoliberal e desconectado de seus desejos próprios.

O sujeito na contemporaneidade submete-se a coações internas concebidas pelo imperativo da produção, e assim se vê dominado pela vontade do capital, camuflada de vontade própria. As doenças psíquicas da contemporaneidade, a depressão e o burnout, são sintomas patológicos da crise da liberdade do sujeito, que se vê incapaz de se relacionar com o mundo livre de qualquer propósito que não seja vinculado ao desempenho e a produção.

Ao falar sobre criatividade em sua teoria, Winnicott ressalta a importância para o sujeito de se relacionar com o mundo de forma própria, podendo expressar seu eu verdadeiro em sua ação no mundo. O psicanalista (2021) afirma que o sintoma de uma vida não criativa é o sentimento de que nada tem sentido, na medida em que o viver se dá submetido a uma vontade alheia. Segundo ele, é o self-verdadeiro (eu próprio) que tem a capacidade de viver criativamente, o que provoca um sentimento de estar vivo, e portanto, uma vida saudável.

Alguns sujeitos, no início de suas vidas, são obrigados a crescer numa atmosfera intensamente criativa, mas que pertence a um outro, e não a ele próprio. Essa situação os sufoca e estes param de ser criativos, ou têm o desenvolvimento de sua capacidade criativa prejudicado. O que ocorre na sociedade contemporânea é que o sujeito se vê subjugado à um ambiente que pode até estar repleto de elementos criativos, mas que pertencem a criatividade de um outro e não dele próprio, e que cerceia a possibilidade de uma criatividade própria do sujeito na medida em que captura sua subjetividade na trama da hiperprodutividade e do consumismo.

"É importante que saibamos que experimentar o viver criativo é sempre mais importante do que ter um bom desempenho" (WINNICOTT, 2021, p. 60). Viver em um ambiente que te dá oportunidades para ser si mesmo e de agir originalmente, ou seja, que estimula o viver criativo do sujeito, é importante para uma vida com saúde. Winnicott aponta para uma concepção espontânea da vida, baseada na fruição da criatividade e não no controle normativo sobre os afetos. Sugere um processo de subjetivação centrado em um ambiente que ampare o sujeito, para que este se sinta confiante para agir e se desenvolver no mundo da sua forma original.

Winnicott (2021), em sua teoria, abala justamente a inevitabilidade do sofrimento da vida regulada e desamparada de nosso tempo. Ao propor uma construção subjetiva centrada no amparo ambiental e na expressão plena da vitalidade criativa, ele oferece uma compreensão original da afetividade humana, nos ajudando a vislumbrar alternativas aos modelos de subjetividade que se produzem hoje, que geram intenso sofrimento. A vida que parece aborrecida ou totalmente infeliz é a vida na qual o elemento criativo não se estabelece. Para Winnicott a existência é a base da ação. A ação criativa nasce do próprio existir. Aquele que pratica o fazer criativo existe: crio logo existo, logo sou, logo estou vivo, e desfruto da existência como algo benigno. A criatividade é uma vitória contra a vida sem valor.

Ser criativo vincula-se estreitamente à experiência de sentir-se real, de sentir-se enraizado em uma vida pessoal, realizando gestos e escolhendo direções que são vividos como próprios e significativos, gestos e direções que carregam a expressão de alguém único e singular, alguém que sente que a vida faz sentido e vale a pena ser vivida. O viver criativo opõem-se ao viver por reação, à vida que apenas se movimenta em resposta a um estímulo exterior ou imposição social. Se o

estímulo é retirado ou desaparece, a vida do indivíduo (ou pelo menos aquela que não se resume à mera existência física) é também interrompida ou momentaneamente paralisada. Retornando o estímulo, os movimentos vitais serão também retomados, mas neste modo de existência, não há um motor próprio e pessoal que sustente o valor subjetivo da existência, deixando o indivíduo à mercê de fatores externos aos quais possa corresponder.

Winnicott (2021) parte do princípio que a sociedade, e o lugar que o indivíduo ocupa nesta, tem grande influência sobre o sujeito humano. A vida de um indivíduo saudável é caracterizada tanto por medos, sentimentos conflituosos, dúvidas e frustrações como por características positivas. O importante é que o sujeito sinta que está vivendo a própria vida, assumindo responsabilidade pela ação ou pela inatividade, e que não seja invadido e dominado por um outro estranho a si mesmo.

Quando compreendemos a partir da teoria de Han (2020) que a sociedade contemporânea não possibilita um ambiente externo que ampare a individualidade do sujeito, mas que na verdade o estimula a viver produzindo capital, desempenhando e competindo em busca de um ideal de vida criado pelo capitalismo neoliberal, podemos entender que o sujeito contemporâneo sofre e adocece por estar agindo em busca de um ideal alheio, desconectado de suas vontades e desejos próprios.

Em oposição a este *modus operandi* adoecedor, temos a vida criativa, que proporciona ao sujeito o sentimento de ser e sentir-se real, pois é um modo de viver conectado a subjetividade e unicidade do sujeito, aos seus desejos próprios e àquilo que faz sentido para ele, o que o faz sentir-se vivo. Este sentimento de existência diz respeito essencialmente à saúde do sujeito. Há aí um vínculo entre saúde emocional individual e o sentimento de se sentir real.

A sociedade contemporânea torna o sujeito dependente das tramas consumistas e produtivistas ao seduzir suas emoções, capturando-as e fazendo uso destas a favor de seus interesses de produção de capital. O sujeito contemporâneo tem sua subjetividade explorada e por isso sofre e adocece. Ele não consegue ser criativo pois sua atenção, energia e afeto foram capturados pelo sistema. Assim, o sujeito perde a possibilidade de manifestar sua originalidade por meio de sua criatividade, e acaba por estabelecer uma relação adoecedora com o mundo externo, pois não há uma troca que legitime sua existência para si próprio.

A criatividade está relacionada com o sentir-se capaz de criar o mundo, o que possibilita o sujeito o sentimento de estar vivo, beneficiando seu existir e gerando saúde psíquica. A sociedade contemporânea captura o sujeito e impõe um modo de vida criado pelo capitalismo neoliberal, sem que este o perceba, mascarando sua violência sistêmica e desconectando o indivíduo de sua própria existência. Quando a ação não é movida por desejos próprios, mas sim capturada pela vontade de um outro, o sujeito não se sente mais autor de sua própria vida e portanto esta para de ter sentido para ele. Viver criativamente significa poder preservar algo que é único, que é inconfundivelmente você mesmo, em meio a uma sociedade que massifica e aniquila a subjetividade do sujeito.

Assim, considerando as teorias de ambos os autores, as conexões apresentadas neste capítulo, e pensando no objetivo da vigente pesquisa de contrapor o viver criativo ao sofrimento produzido na sociedade pós-moderna contemporânea, entendendo a criatividade como um possível dispositivo de resistência ao imperativo de um viver adoecedor, pode-se afirmar que o objetivo foi cumprido. A pesquisa buscou enaltecer a criatividade ao comparar o viver criativo proposto por Winnicott ao sofrimento produzido na contemporaneidade caracterizado por Han, realçando o benefício de viver criativamente para um viver saudável, na medida em que este vai no sentido contrário dos efeitos produzido pelo modo de vida hiper produtivista, dominante na contemporaneidade.

Esta pesquisa se mostra como um estudo relevante para a comunidade científica, para os estudos na área da saúde mental e para a sociedade na medida em que esclarece a dinâmica social vigente e a violência sistêmica a qual todos os sujeitos contemporâneos estão subjugados, e propõe o viver criativo como uma alternativa de saída ao sofrimento produzido na sociedade atual, lembrando que a criatividade é uma capacidade fundamental do sujeito, e portanto está ao alcance de todos.

Vale aqui lembrar a frase da filósofa e economista marxista Rosa Luxemburgo em que ela afirma que "Quem não se movimenta, não sente as correntes que o prendem". Assim, podemos pensar que a presente pesquisa possibilita movimentar o pensamento de seus leitores, de modo a auxiliar na tomada de consciência das amarras alienantes e exploratórias às quais os sujeitos contemporâneos estão submetidos.

## BIBLIOGRAFIA

BIRMAN, Joel. **Criatividade e sublimação em psicanálise**. *In: Psicanálise Clínica*. Rio de Janeiro, vol. 20, n.1, 2008, p. 11 – 26.

BENJAMIN, Walter. **A obra de arte na era de sua reprodutibilidade técnica**. São Paulo: L&PM Editores, 2000.

BUSNARDO, Alice McCaffrey. **Criatividade e clínica em Winnicott**. Tese Doutorado em Psicologia - Pontifícia Universidade Católica de São Paulo, São Paulo, 2012.

CRIATIVIDADE. *In: Michaelis*. São Paulo, Editora Melhoramentos Ltda. 2002. Disponível em: <  
[DE GOUVÊA FRANCO, Sérgio. \*\*Sufrimento e o viver criativo\*\*. \*Revista Linceu On-Line\*, v. 1, n. 1, 2010.](https://michaelis.uol.com.br/moderno-portugues/busca/portugues-brasileiro/criativida de#:~:text=Dicion%C3%A1rio%20Brasileiro%20da%20L%C3%ADngua%20Portugu esa&text=1%20Qualidade%20ou%20estado%20de,nunca%20antes%20ouveiu%20o u%20pronunciou.> Acesso em 25 setembro 2022.</a></p>
</div>
<div data-bbox=)

HAN, Byung-Chul. **Psicopolítica - O neoliberalismo e as novas técnicas de poder**. 7ª ed. Belo Horizonte: Editora Âyiné, 2020.

HAN, Byung-Chul. **Sociedade do cansaço**. 2ª ed. Petrópolis: Editora Vozes, 2017.

JAMESON, Fredric. **Pós-modernismo - A lógica cultural do capitalismo tardio**. 2ª ed. São Paulo: Editora Ática, 1997.

MINERBO, Marion. Ser e sofrer, hoje. *In: MINERBO, Marion. Ide*. São Paulo, v. 35, n. 55, 2013, p. 31 - 42.

MIZRAHI, Beatriz. **O resgate dos afetos em Winnicott: um contraponto ao biopoder e ao desamparo na atualidade.** Cadernos de Psicanálise, CPRJ, Rio de Janeiro, n.21, 2008, p.233 - 251.

OSTROWER, Fayga. **Criatividade e processos de criação.** 24<sup>a</sup> ed. Petrópolis: Editora Vozes, 2004.

SAFATLE, Vladimir; DUNKER, Christian; DA SILVA JUNIOR, Nelson. **Neoliberalismo como gestão do sofrimento psíquico.** 1<sup>a</sup> ed. São Paulo: Editora Autêntica, 2021.

VIANA, Taís. **Criatividade e Sofrimento: sobre as possibilidades dos processos de criação frente o sofrer.** Revista Confilotec, São Paulo, v. 10, n. 5, 2019, p. 117 - 135.

WINNICOTT, Donald Woods. **O brincar e a realidade.** São Paulo: Ubu Editora, 2019.

WINNICOTT, Donald Woods. **Os bebês e suas mães.** São Paulo: Martins Fontes, 2006.

WINNICOTT, Donald Woods. **Processos de amadurecimento e ambiente facilitador.** São Paulo: Ubu Editora, 2022.

WINNICOTT, Donald Woods. **Tudo começa em casa.** São Paulo: Ubu Editora, 2021.