



**UNIVERSIDADE FEDERAL FLUMINENSE  
INSTITUTO DE PSICOLOGIA  
CURSO DE GRADUAÇÃO EM  
PSICOLOGIA**

**STEFANE DE SOUZA ALVARENGA**

**SOFRIMENTO PSÍQUICO NA CULTURA:  
ALGUNS DESDOBRAMENTOS POSSÍVEIS**

**Niterói  
2023**

**STEFANE DE SOUZA ALVARENGA**

**SOFRIMENTO PSÍQUICO NA CULTURA:  
ALGUNS DESDOBRAMENTOS POSSÍVEIS**

Trabalho de Conclusão apresentado ao  
Curso de Graduação em Psicologia do  
Instituto de Psicologia da  
Universidade Federal Fluminense,  
como requisito parcial para obtenção  
do grau de Bacharel em Psicologia.  
Orientador(a): **Profa. Dra. FLAVIA  
LANA GARCIA DE OLIVEIRA**

**Niterói  
2023**

**TERMO DE  
APROVAÇÃO**

**STEFANE DE SOUZA ALVARENGA**

**SOFRIMENTO PSÍQUICO NA CULTURA:  
AIGUNS DESDOBRAMENTOS POSSÍVEIS**

Trabalho de Conclusão aprovado pela Banca Examinadora do Curso de Graduação em  
Psicologia da Universidade Federal Fluminense – UFF

Niterói, ..... de .....de ..... (data da defesa)

**BANCA  
EXAMINADORA**

---

Profª. Dra. Flavia Lana Garcia de Oliveira  
(Orientadora) - UFF

---

Prof. Dr. Carlos Alberto Ribeiro Costa - UFF

---

Profª. Dra. Renata Monteiro - UFF

Obs. A data de aprovação e assinaturas dos membros componentes da banca examinadora são colocadas após a defesa do trabalho

**Ficha Catalográfica**

A473s Alvarenga, Stefane de Souza  
Sofrimento psíquico na cultura: alguns desdobramentos  
possíveis / Stefane de Souza Alvarenga. - 2023.  
58 f.

Orientador: Flavia Lana Garcia de Oliveira.  
Trabalho de Conclusão de Curso (graduação)-Universidade  
Federal Fluminense, Instituto de Psicologia, Niterói, 2023.

1. Sofrimento Psíquico. 2. Cultura. 3. Saúde Mental. 4.  
Juventude. 5. Produção intelectual. I. Oliveira, Flavia Lana  
Garcia de, orientadora. II. Universidade Federal Fluminense.  
Instituto de Psicologia. III. Título.

CDD - XXX

## AGRADECIMENTOS

Em primeiro lugar, agradeço a Deus por ter me sustentado em todos os momentos, sei que Ele ainda fará muito mais. “Àquele que é capaz de fazer infinitamente mais do que tudo o que pedimos ou pensamos, de acordo com o seu poder que atua em nós. Efésios 3:20”.

Aos meus pais Armando e Simone, obrigada por tanto. Vocês são a minha base, obrigada por tantas renúncias e sacrifícios para que eu e meus irmãos pudéssemos chegar até aqui. Amo vocês!

Aos meus irmãos Peterson e William que sempre estiveram ao meu lado.

Aos familiares de perto e de longe que estiveram torcendo por mim em todos esses anos, em especial a tia Sylvania e minhas avós Célia e Lenir.

Ao Pedro, por todo amor e apoio.

A Marly e Maria José pela ajuda em tantos momentos.

Às instituições que pude exercer minha prática clínica como CAPS I José de Oliveira, CAPS II Casa do Largo, Caps Ad Alameda, Clínica da Família Teixeira de Freitas.

Ao instituto de Psicologia, agradeço a todos professores e funcionários que são imprescindíveis para o bom funcionamento da instituição, em especial ao Serviço de Psicologia Aplicada (SPA) pela parceria.

A UFF por toda a assistência, oferecendo ensino, pesquisa e extensão. Durante esses anos pude usufruir de vários projetos desenvolvidos pela universidade que agregaram em minha formação. Agradeço por todas as bolsas que recebi e a oportunidade de poder me alimentar no bandeirão neste período, isso foi importante para a minha formação.

A todos os pacientes que passaram pela minha vida, obrigada por compartilharem suas histórias comigo e por confiarem no meu trabalho.

A todos os professores que eu tive no decorrer da minha educação, obrigada por compartilharem o saber comigo.

À Flavia Lana, minha orientadora, obrigada por todo apoio e suporte durante a elaboração desse trabalho. Obrigada pela transmissão tão clara durante esse anos, pude aprender muito com você, através das suas aulas percebi que a psicanálise pode ser acessível. Agradeço por estar disposta a ouvir os alunos e ajudar naquilo que for possível.

Carlos Costa, muito obrigada pela incrível transmissão, paciência, acessibilidade. Estar na sua equipe de estágio agregou muito em minha formação, o seu manejo e sensibilidade para os casos e estagiários me deram segurança em vários momentos. Obrigada por se mostrar interessado e disponível a acolher os alunos.

Renata Monteiro, suas aulas sobre saúde mental me marcaram bastante, pois sou uma entusiasta nesse sentido. Obrigada pela transmissão excelente e pelas trocas sobre essa temática tão importante. Você contribui para que muitos alunos se aproximassem de discussões fundamentais enquanto futuros psicólogos(a).

À Beatriz, Raniela, Viviane, Thaís, Aline, Sara, Alessandra, Mariana obrigada pela amizade e apoio.

Ao Gabriel Louis, pelas trocas sobre psicanálise e vida, obrigada por estar disponível a tirar dúvidas, refletir sobre temáticas, grupos de estudo, além de força e apoio. Sua amizade contribui para que esse período fosse mais leve.

A toda equipe de estágio do professor Carlos Costa, obrigada pelas trocas que tanto agregaram em minha formação.

À analista, Daniele Rangel, pela escuta atenta e por me ajudar a elaborar minhas questões.

Enfim, agradeço a todos que contribuíram de alguma forma para que eu pudesse chegar até aqui, digo mais uma vez, muito obrigada.

## DEDICATÓRIA

*É com imensa gratidão que dedico este trabalho de conclusão de curso aos meus pais Armando e Simone. Ao longo de toda a minha jornada acadêmica, vocês foram uma fonte constante de apoio, amor e incentivo, é com alegria que celebro este marco em minha vida com vocês.*

## RESUMO

Esta monografia tem como objetivo a investigação do sofrimento psíquico na cultura, apresentando alguns possíveis desdobramentos. Através da teoria freudiana, do campo da saúde mental e de algumas observações baseadas em minha prática profissional e de estágio, foram construídas coordenadas que atravessam a problemática do sofrimento psíquico no laço social e a saúde psíquica de jovens, especialmente aqueles que se encontram no contexto universitário atual. Partindo da teoria freudiana da renúncia pulsional, o texto evidencia os efeitos geradores de adoecimento no indivíduo e no coletivo. Por fim, o estudo se debruça sobre fenômenos clínicos como compulsões que visam tamponar o mal-estar levando em consideração o impacto do discurso contemporâneo da busca ilimitada pela felicidade. Expomos os paradoxos do laço social como fonte de desprazer e meio necessário para o desenvolvimento cultural. Destaco a importância da saúde pública e de dispositivos de cuidado e acolhimento em saúde mental diante das urgências psíquicas ligadas aos impasses dos sujeitos na cultura.

**Palavras-chave:** sofrimento psíquico; cultura; saúde mental; juventude; compulsões.

## ABSTRACT

This monograph aims to investigate psychic suffering in culture, presenting some possible developments. Through freudian theory, the field of mental health and some observations based on my professional practice and internship, coordinates were built that cross the problem of psychic suffering in the social bond and the psychic health of young people, especially those who are in the context of current university. Starting from the freudian theory of drive renunciation, the text highlights the effects that generate illness in the individual and in the collective. Finally, the study focuses on clinical phenomena such as compulsions that aim to seal the malaise, taking into account the impact of the contemporary discourse of the unlimited search for happiness. We expose the paradoxes of the social bond as a source of displeasure and a necessary means for cultural development. I highlight the importance of public health and devices for care and reception in mental health in the face of psychic urgencies linked to the impasses of subjects in culture.

**Keywords:** psychic suffering; culture; mental health; youth; compulsions.

## ÍNDICE

|   |           |
|---|-----------|
| <b>Introdução</b> .....   | p. 12     |
| <br><b>Primeiro capítulo: Moral sexual civilizada e doença nervosa moderna</b>        |           |
| 1.1 - Efeitos da renúncia pulsional em excesso .....                                  | p. 16     |
| 1.2 - Tipos de adoecimento neurótico .....  | p. 18     |
| 1.3 - Implicações do desenvolvimento cultural .....                                   | p. 20     |
| <br><b>Segundo capítulo: Mal-estar na civilização</b>                                 |           |
| 2.1 - O perigo da busca pelo prazer e felicidade sem limites .....                    | p. 26     |
| 2.2 - Fontes de desprazer e o princípio de realidade .....                            | p. 28     |
| 2.3 - Outros destinos para a satisfação pulsional .....                               | p. 30     |
| 2.4 - Desdobramentos no laço social e cultura .....                                   | p. 33     |
| 2.5 - Sentimento de culpa .....   | p. 38     |
| 2.6 - A luta entre Eros e Morte .....   | p. 40     |
| <br><b>Terceiro capítulo: Mal-estar e acolhimento na transição para a vida adulta</b> |           |
| 3.1 - Efeitos do sofrimento da juventude no laço social .....                         | p. 42     |
| 3.2 - A importância de dispositivos de acolhimento em saúde mental .....              | p. 47     |
| <br><b>Considerações finais</b> .....   | <br>p. 51 |
| <br><b>Referências</b> .....  | <br>p. 56 |

*“A felicidade é um problema individual. Aqui, nenhum conselho é válido. Cada um deve procurar, por si, tornar-se feliz.”*

**Sigmund Freud**

## INTRODUÇÃO

O sofrimento psíquico no laço social sempre me despertou interesse, por suas inúmeras implicações. Com a prática clínica, seja enquanto estagiária no Serviço de Psicologia Aplicada (SPA), técnica em saúde mental na Rede de Atenção Psicossocial (RAPS) de Niterói até em projetos voltados ao acolhimento do sofrimento psíquico, atendi muitos indivíduos que apresentavam sofrimento psíquico por diversos motivos relacionados ao viver no social. Uma parcela significativa desses sujeitos eram jovens, que me contavam o quanto era difícil sustentar a existência, com tantas cobranças pessoais e coletivas. Era comum me deparar com sujeitos que, na tentativa de contornar o mal-estar, optavam por compulsões, automutilações e até passagens ao ato. Ter que lidar com a transição para a vida adulta é algo custoso para muitos indivíduos, principalmente no que se refere a busca por ideais muitas vezes inatingíveis. Uma busca excessiva pelo sucesso, prazer, felicidade e tem aqueles que buscam até a fama. Não existe lugar para a falta, vazio, frustração, entre outros. Somos impulsionados a buscar o êxito em todas as áreas da nossa vida, como se isso fosse possível.

Me parece que o discurso capitalista contribui para com essa visão, precisamos comprar, ter, aparecer. É importante dizer que há elaborações lacanianas sobre essa temática que escapam ao objetivo desta monografia. Além disso, as redes sociais também contribuem para tal cenário, pessoas sempre felizes, viajando, expondo suas vidas “boas”, é um espaço de muita comparação. Pacientes relatam que se sentem mal ao olhar as redes, pois comparam com a vida que levam. Outros já comentaram sobre a pressão da família e da sociedade pela independência financeira, usam até a frase “Vida resolvida até os 30”. Fico pensando de onde vem esse número, que amostra, quais parâmetros foram utilizados? Todo esse cenário gera um mal-estar muito grande, já ouvi pacientes falarem que se sentem inferiores e sem expectativa de vida. Grande parte deles não possuem ferramentas psíquicas para lidarem com tais questões, então adoecem. Muitos, para tamponar essa falta, se tornam dependentes de álcool, drogas, remédios psicotrópicos, entre outros.

Existe todo um discurso que me parece um pouco perigoso, de exigir uma certa padronização do comportamento em prol da cultura, voltado para a produtividade e performance. É sabido que uma dose de repressão pulsional e sublimação são importantes para o desenvolvimento do indivíduo, mas o perigo está nos níveis em que tais mecanismos

são exigidos culturalmente. Principalmente para aqueles indivíduos que se deixam ser capturados por discursos coletivos sem nenhum tipo de barra ou questionamento.

Esse trabalho se propõe a pesquisar o perigo que corremos quando o empuxo à renúncia se torna anticultural, efeito de um puro imperativo de gozo que não serve à cultura como bem simbólico, mas ao capitalismo de consumo. A hiperprodutividade sem castração, sem reconhecimento de limite se torna um grande problema. Esses perigos podem ser verificados através da escuta clínica. Uma vez uma graduanda de história me contava que estava se sentindo muito sozinha, meio deprimida. Sua rotina incluía basicamente a rotina de estudos. Me contou que acordava às cinco da manhã para estudar e que estava pensando em acordar ainda mais cedo, pois estava se sentindo cobrada a ter um melhor desempenho acadêmico. Ao ouvir a sua história, fiquei pensando, em que período do dia essa jovem encontra tempo de sono de qualidade, tão importante cientificamente para o desenvolvimento intelectual. Também me questionei onde fica o tempo para outras coisas que também são importantes contra o adoecimento do sujeito. Esse é apenas um exemplo entre tantos outros que já pude ouvir, trazendo o quanto a renúncia pulsional sem limites é problemática, principalmente quando essa renúncia é embutida em discursos pró capitalismo.

Diante de tais afirmações, talvez possamos pensar que o período de transição para a vida adulta possa ser um período vulnerável para o surgimento das chamadas doenças nervosas. Isso se mantém bem atual, pois é nítido que vivemos um contexto social marcado pela lógica da produtividade, dos resultados. Discursos voltados para uma lógica que mede a eficiência dos indivíduos estão cada vez mais presentes. Quando o sujeito se deixa ser capturado por tais discursos sem nenhum tipo de barra, pode-se ocorrer risco de uma grande tensão psíquica com o adoecimento desse sujeito. Nesse período, as exigências da civilização são cada vez maiores e uma parcela significativa dos sujeitos não possui recursos para lidar com tais exigências de uma forma menos traumática.

É válido descrever o ponto destacado por Freud (1908/1996) no que se refere à competitividade e a individualidade entre os sujeitos. Vivemos em um coletivo que estimula tais características. Com o aumento populacional, desenvolvimento cultural, vimos que a demanda e oferta de aspectos tão importantes para a civilização não se equipararam. Dessa forma, novas consequências surgiram, um exemplo disso é a grande concorrência por uma vaga de emprego ou até mesmo para o ingresso em uma universidade pública. Na maioria das vezes esse processo envolve métodos de seleção que geram competitividade e conseqüentemente exclusão dos que não foram selecionados. Esses são alguns exemplos que trazem à tona o mal-estar na civilização, pontos que pude recolher da minha prática clínica e

que me instigaram a estudar e pesquisar sobre a temática do sofrimento na cultura e alguns possíveis desdobramentos.

Para isso, realizei uma revisão bibliográfica tendo como embasamento teórico e metodológico a teoria psicanalítica em diálogo com a prática clínica. Ao ler textos fundamentais da obra freudiana como *Moral sexual civilizada e doença nervosa moderna* (1908), *Mal-Estar na Civilização* (1930), *Introdução ao Narcisismo* (1914), *Três ensaios sobre a teoria da sexualidade* (1905), *Caminhos da Terapia Psicanalítica* (1919), *Tipos de adoecimento neurótico* (1912), *Além do princípio do prazer* (1920), *Pulsões e seus destinos* (1915), entre outros textos freudianos. Além de contar com artigos sobre o tema da transição para a vida adulta e dispositivos de saúde mental, com os quais pude refletir sobre alguns pontos que irei desenvolver no decorrer desse texto. No primeiro capítulo, escrevo sobre a influência do laço social enquanto produtor de sofrimento com as suas exigências a renúncia pulsional e produtividade. Abordo a influência de uma moral sexual civilizada e as consequências do desenvolvimento cultural para os seres humanos, principalmente no que se refere ao surgimento das doenças nervosas. Debato sobre os tipos de adoecimento neurótico, as implicações do desenvolvimento cultural e da importância de valorizar o tratamento das doenças psíquicas assim como qualquer outra patologia orgânica.

No segundo capítulo, reflito sobre o perigo da busca pelo prazer e felicidade sem limites, associados ao capitalismo de consumo. Além de comentar sobre fontes de desprazer e influência do princípio da realidade nesse sentido. Acrescento também sobre outros destinos da satisfação pulsional que visa de alguma forma diminuir as tensões psíquicas. Não menos importante, trago pontos a respeito do sentimento de culpa que surge como reação à agressividade, à voracidade da pulsão na busca pela satisfação. Uma tensão entre o rigoroso Super-eu e o Eu a ele submetido. Por fim, discorro sobre a luta entre Eros e morte com suas respectivas atuações na vida pulsional.

O último capítulo traz considerações a respeito do sofrimento psíquico da juventude, dando um recorte maior aos jovens universitários. Investigo as implicações de se estar nessa fase da vida, para isso trago comentários de autores da área e exemplos da prática clínica. Em um segundo momento, apresento a importância de dispositivos de acolhimento em saúde mental, saúde pública para todos. Descrevo os equipamentos e a funcionalidade da Rede de Atenção Psicossocial (RAPS) que amplia a oferta de cuidados, descentraliza os serviços e favorece a inclusão social das pessoas em sofrimento psíquico.

O presente trabalho tem como objetivo refletir sobre o sofrimento psíquico na cultura, compreender e abordar os desafios enfrentados pelos indivíduos em suas interações sociais

para dar voz a esse sofrimento e buscar alternativas para minimizar tal problemática. Além disso, visa contribuir para o meu aperfeiçoamento enquanto futura psicóloga, que se depara com frequência com a temática apresentada. Destaca-se a importância de pensarmos sobre os desafios que a transição para a vida adulta traz, principalmente em um período de muita vulnerabilidade psíquica. Nesse sentido, ao estudarmos o sofrimento psíquico no contexto do laço social e investirmos em estratégias de acolhimento e intervenções adequadas, estamos contribuindo para a construção de uma sociedade mais saudável, na qual os indivíduos possam se desenvolver e superar os desafios que encontram ao longo da vida.

## **Primeiro Capítulo: Moral Sexual Civilizada e Doença Nervosa Moderna**

### **1.1 - Efeitos da renúncia pulsional em excesso**

Em “*Moral sexual civilizada e doença nervosa moderna*”, Freud (1908/1996) faz a diferenciação entre uma moral sexual natural e a civilizada. Para isso, apresenta o argumento do autor Von Ehrenfels, filósofo austríaco, conhecido por suas contribuições para a psicologia da forma e a teoria da Gestalt. Em (1907) descreve:

[...] moral sexual natural, uma moral sexual sob cujo regime um grupo humano é capaz de conservar sua saúde e eficiência, e por moral sexual civilizada, uma obediência moral àquilo que, por outro lado estimula os homens a uma intensa e produtiva atividade cultural (FREUD, 1908/1996, p. 97 do pdf).

Essa intensa e produtiva atividade cultural é muito nítida nos dias atuais, mas todo esse progresso cultural teve e ainda gera consequências. Se fôssemos usar tais conceituações de Freud, poderíamos dizer que vivemos em um contexto em que uma parcela significativa de pessoas não têm conseguido conservar sua saúde e eficiência. Talvez possamos ir além ao dizer que os discursos voltados para a valorização da produtividade e da eficiência podem apagar para muitos a consideração pela saúde e pela vida.

Na sequência do diálogo com a perspectiva de Von Ehrenfels, Freud (1908/1996) considera possível supor que estar sob regime de uma moral sexual civilizada faça com que a saúde e eficiência dos indivíduos estejam correndo risco de danos e prejuízos devido ao grau elevado de exigências. E demonstra preocupação de que tais riscos cheguem a colocar em perigo os próprios objetivos culturais. Além disso, Freud prossegue mostrando que Von Ehrenfels (1907 apud FREUD, 1908/1996) atribui à moral sexual que hoje rege a nossa sociedade ocidental numerosos prejuízos, pelos quais responsabiliza diretamente essa moral, embora reconheça plenamente sua vigorosa influência no desenvolvimento da civilização. É importante lembrar que, desde o início da civilização até chegarmos nos dias atuais, é exigido sacrifícios do social. O que envolve uma elevada renúncia pulsional em um percurso necessário para que pudéssemos chegar no grau de desenvolvimento atingido em pleno século XXI. A obtenção de prazer e descarga pulsional muitas das vezes, é adiada e até renunciada, assim pode ocorrer sofrimento psíquico e limitação em excesso da circulação pulsional. Von Ehrenfels (1907 apud FREUD, 1908/1996) concluiu sua exposição afirmando a necessidade de uma reforma nesse sentido, visando uma valorização pela saúde e pela vida.

No que se refere a este ponto, cabe resgatarmos uma formulação de “*Introdução ao Narcisismo*”, texto no qual Freud (1914/2020) afirma que “Os impulsos da libido sofrem repressão [recalque] patogênica, quando entram em conflito com as ideias morais e culturais do indivíduo” (FREUD, 1914/2020, p. 39). Traz esse raciocínio em outros textos como na Conferência sobre a “*Dissecção da Personalidade Psíquica*”. Segundo este autor:

[...] Desde o início sustentamos que o ser humano adoece graças ao conflito entre as exigências da vida instintual (pulsional) e a resistência que nele se estabelece contra elas, e em nenhum instante esquecemos essa instância que resiste, rechaça, reprime [recalca], que imaginamos dotada de suas forças particulares, os instintos [pulsões] do Eu, e que coincide justamente com o Eu da psicologia popular (FREUD, 1933/2020, p. 193).

Pode-se destacar também o que Freud (1908/1996) relata o quanto o excesso de repressão [recalque] dos impulsos sexuais pode ser patogênico pela distorção dos seus fins, contribuindo para o surgimento das chamadas psiconeuroses. A psicanálise, como método investigativo que explora o inconsciente, descobriu a natureza de impulsos de cunho sexual e uma espécie de satisfação substitutiva com a frustração desses impulsos. Pode-se dizer que, ainda hoje, os indivíduos precisam ceder as pulsões de todos os tipos, muitas das vezes sem nenhum tipo de cálculo quanto às consequências que isso pode causar. Talvez se possa pensar que esse cenário contribui grandemente para as descobertas de Freud, principalmente no que diz respeito às suas investigações em torno dos conflitos psíquicos, da divisão do sujeito, dos imperativos super-egóicos e do próprio desencadeamento das neuroses. Cabe refletir que se os sacrifícios exigidos pela cultura forem feitos de uma forma imprudente, pode-se colocar em risco os próprios ideais da cultura, pois uma população adoecida não pode contribuir para a evolução cultural.

Freud (1908/1996) acrescenta que uma das consequências atribuídas à moral sexual civilizada é o aumento da doença nervosa moderna que se difundiu rapidamente na sociedade contemporânea. Para dar maior relevância ao seu argumento sobre a associação entre moral sexual civilizada e doença nervosa moderna, traz uma constatação feita com base em sua experiência. Relata o caso de um dos seus pacientes nervosos que chamou a atenção do psicanalista para o papel que o antagonismo existente entre a suas disposições pulsionais constitutivas e as exigências da civilização desempenhou na gênese de sua enfermidade.

[...] Em nossa família todos tornamo-nos neuróticos porque queríamos ser melhores do que, com nossa origem, somos capazes de ser. Os médicos também encontram matéria para reflexão no fato de que os indivíduos vitimados por doenças nervosas são, com frequência, justamente os filhos de casais procedentes de rudes e vigorosas

famílias camponesas que viviam em condições simples e saudáveis, fixando-se em cidades, num curto espaço de tempo elevaram seus filhos a um alto nível cultural. Os próprios neurologistas asseveram enfaticamente que existe uma relação entre a ‘alta incidência da doença nervosa’ e a moderna vida civilizada (FREUD, 1908/ 1996, p. 98 do pdf).

O exemplo trazido acima é bem recorrente no contexto da universidade. Muitos estudantes deixam sua cidade e famílias de origem visando elevar-se culturalmente por intermédio de um curso superior que lhe dará um certo conhecimento em uma área, podendo atuar profissionalmente na área de formação, isso poderá gerar uma elevação do padrão financeiro se comparado a sua origem. Pude atender alguns estudantes enquanto estagiária que relataram para mim seus respectivos sofrimentos, mal-estar, por estarem vivendo essa situação de sair da sua cidade de origem buscando um desenvolvimento cultural. Ao se depararem com tudo o que isso implica, muitos não conseguem sustentar e acabam adoecendo, precisando construir recursos para sustentar um sonho.

## 1.2 - Tipos de adoecimento neurótico

Freud (1912/2020), em “*Tipos de Adoecimento Neurótico*”, afirma que existem diversos fatores que podem contribuir para o surgimento das neuroses. Nesse texto, busca entender quais são esses fatores e como eles podem atuar no processo de saúde e doença, reconhecendo a grande influência dos destinos da libido nesse sentido. Além disso, pode-se acrescentar o quanto a história de vida do sujeito, sua constituição sexual e as influências do mundo externo terão um papel relevante para as possíveis predisposições ao adoecimento psíquico. Dentre os fatores que ocasionam a doença, Freud (1912/2020) afirma que a frustração é a mais encontrada e compreensível para o adoecimento neurótico:

[...] O indivíduo era saudável, enquanto sua necessidade de amor era satisfeita por um objeto real do mundo externo; torna-se neurótico quando esse objeto lhe é retirado, sem que ache um substituto para ele. Aqui a felicidade coincide com saúde, a infelicidade, com neurose (FREUD, 1912/2020, p. 230).

Como bem apontado por Freud (1912/2020), esse tipo de adoecer surge com a abstinência, com o não acesso à satisfação. A frustração nesse caso tem efeito patogênico, por represar a libido. Dessa forma, haverá um aumento da tensão psíquica e fará com que o

sujeito escolha caminhos para se livrar de tal tensão. Existem duas possibilidades de manter a saúde diante da persistente frustração real da satisfação. A primeira é converter a tensão psíquica em energia ativa que poderá ser usada para atividades do mundo exterior e dele virá uma satisfação. E a segunda, que consiste em renunciar à satisfação pulsional, utilizar a libido represada para alcançar metas em prol da cultura, o que podemos nomear como sublimação.

O segundo tipo de causa para o adoecimento neurótico é um esforço interno em buscar a satisfação acessível da realidade. O sujeito “adoece com a tentativa de adequar-se à realidade e cumprir as exigências desta, no que depara com insuperáveis dificuldades internas” (FREUD, 1912/2020, p. 231-232). Podemos pensar o quanto para alguns sujeitos se adequar a realidade e cumprir as exigências culturais é algo que produz grande sofrimento. Existem aqueles que não conseguem consentir de nenhuma maneira com esse trabalho interno. Isso também produz mal-estar, principalmente no período atual em que as exigências culturais são cada vez maiores e uma parcela significativa da população não possui recursos psíquicos diante de tais exigências, vindo a adoecer. Outro tipo de causa para o adoecimento é a inibição do desenvolvimento. Sujeitos adoecem quando ultrapassam os anos da infância, mas não abandonam as fixações infantis, recusando as exigências da realidade, tendo, então, sua capacidade de realização e fruição prejudicada.

Não menos importante é a observação de que mudanças na quantidade de libido causam o rompimento da relativa homeostase psíquica que promove estabilização e, conseqüentemente, saúde mental, resultando em condições para o aparecimento de neuroses. Acrescenta-se a isso o fato de Freud (1912/2020) destacar que, analisando seus pacientes, percebeu que nenhum deles exemplificou um tipo de adoecimento neurótico de forma pura, sendo comum identificar essa sobreposição de causas nos sujeitos. Diante desses quatro tipos expostos acima, percebemos que “[...] são apenas caminhos diversos para produzir determinada constelação patogênica na economia psíquica, isto é, o represamento da libido, que o Eu não pode impedir com seus próprios recursos sem sofrer danos” (FREUD, 1912/2020, p. 237).

Freud (1908/1996) faz outros apontamentos importantes e que se conectam com os pontos anteriores, ao afirmar que as grandes descobertas e realizações dos tempos modernos só foram possíveis graças a um grande esforço mental. Isso se deu mediante um grande investimento libidinal e renúncia pulsional. Acrescenta-se a relevância ao crescimento das exigências impostas à eficiência do indivíduo na sociedade moderna. De acordo com o autor:

[...] Cresceram as exigências impostas à eficiência do indivíduo, e só reunindo todos os seus poderes mentais ele pode atendê-las. Simultaneamente, em todas as classes aumentam as necessidades individuais e a ânsia de prazeres materiais; um luxo sem precedentes atingiu camadas da população a que até então era totalmente estranho; a irreligiosidade, o descontentamento e a cobiça intensificam-se em amplas esferas sociais (FREUD, 1908/1996, p. 99 do pdf).

### **1.3 - Implicações do desenvolvimento cultural**

O desenvolvimento cultural contribuiu para a mudança das relações dos indivíduos com inúmeras áreas que atravessam a vida dos seres humanos. Como Freud (1908/1996) bem aponta, as pessoas buscam cada vez mais por prazeres materiais, por um padrão de vida que até então não era conhecido, necessário e compartilhado. Nossos ancestrais, que não experienciaram tanto desenvolvimento cultural, não padeciam de insatisfações dessa mesma ordem, tendo em vista que o descontentamento, cobiça e competitividade não atuavam de forma tão imperativa como nos dias atuais. A sociedade atual expressa um descontentamento perigoso. Os indivíduos investem cada vez mais em prazeres materiais e por um estilo de vida muitas das vezes incompatível com a realidade do sujeito, mas em nome de uma aceitação coletiva, símbolo de admiração, entre outros, se deixam ser cativados pelo coletivo. Pode-se citar também o fato de muitos sujeitos adoecerem por não conseguirem se encaixar nesse perfil social buscado, sofrendo problemas quanto à autoestima, dentre outros.

Freud (1908/1996) expressa o quanto vivemos em uma sociedade em que “Tudo é pressa e agitação” (FREUD, 1908/1996, p. 99 do pdf) . Diz que “a noite é aproveitada para viajar, o dia para os negócios, e até mesmo as ‘viagens de recreio’ colocam em tensão o sistema nervoso” (FREUD, 1908/1996, p. 99 do pdf). Não se pode “perder” tempo, o discurso produtivista parece que impregnou nossos corpos. Muitas das vezes não conseguimos relaxar, até mesmo em momentos que porventura poderíamos estar descansando, mas automaticamente uma tensão psíquica se instaura de modo que o sujeito não consegue se desligar desse discurso e isso pode gerar sérias consequências.

[...] a vida urbana torna-se cada vez mais sofisticada e intranquila, exigindo violentos esforços da mente e roubando tempo à recreação, ao sono e ao lazer. Os nervos exaustos buscam refúgio em maiores estímulos e em prazeres intensos, caindo em ainda maior exaustão (FREUD, 1908/1996, p. 99 do pdf).

A esse respeito, pude ouvir de vários alunos sobre o sentimento de culpa por não estarem produzindo, mesmo naqueles momentos destinados para o descanso. Alegavam que se sentiam mal por não estarem aproveitando o seu tempo de uma forma mais produtiva.

Freud (1908/1996) introduz o quanto o incremento das comunicações alteraram completamente as condições do comércio, crises políticas, industriais e financeiras. Assim, atingindo círculos muito mais amplos do que anteriormente, o qual é conhecido hoje como Globalização. Destaca, com isso, a conexão entre a doença e vida moderna, devido ao excesso de estímulos a partir dos avanços tecnológicos “[...] à custa do sistema nervoso, que deve atender ao aumento das exigências sociais e econômicas com um maior dispêndio de energia, do qual frequentemente tem insuficientes oportunidades de recuperar-se” (FREUD, 1908/1996, p. 99-100 do pdf).

Von Krafft-Ebing (1895 apud FREUD, 1908/1996) relata o quanto o modo de vida dos povos atuais contém aspectos “anti-higiênicos” que explicam o surgimento de tantas doenças nervosas que atuam sobre os sujeitos. As transformações em tantas áreas da vida humana afetaram o modo como as relações se colocam, aumentando as exigências. Existe um maior gasto de energia em prol dessas novas atividades culturais e muitas das vezes os indivíduos não conseguem se recuperar energeticamente, assim corre-se o risco do adoecimento.

Como já mencionado acima, ponderamos que o modo de vida de nossos antepassados não exigia os mesmos esforços psíquicos como dos povos atuais. Cabe frisar que a maior parte das preocupações dos povos passados giravam em torno da sobrevivência, principalmente no que se refere à alimentação e proteção. Ao ler a exposição de Freud sobre as transformações no modo de vida dos povos civilizados, me lembrei da minha avó. Uma senhora de quase 80 anos que me contava que na sua juventude as pessoas consideradas “ricas” e admiradas eram aquelas que possuíam água e comida com fartura, além, claro, de moradia. Dessa forma, a maioria dos jovens de sua cidade tinham como objetivo atingir tais ideais e pelo seu discurso uma parcela significativa conseguia. Hoje, minha avó relata o quanto os valores e a ambição do homem mudou. Ela me relata isso de uma forma negativa, pois acredita que essa mudança de posição do sujeito trouxe mais pontos negativos do que positivos. Me contava que em sua “época”, as pessoas não sofriam com tantas questões de ordem emocional. Com o advento da civilização nos níveis existentes, o ser humano precisa lidar com muitas atribuições e exigências. Muitas das vezes não conseguindo administrar tantas áreas, e normalmente deixando os aspectos de autocuidado físico e emocional em última instância.

Como Freud (1908/1996) aponta, em linhas gerais, nossa civilização repousa sobre a supressão das pulsões. Essa renúncia contribuiu para que pudéssemos chegar ao nível de desenvolvimento cultural atual: “Cada indivíduo precisou renunciar a uma parte dos seus atributos: a uma parcela do seu sentimento de onipotência ou ainda das inclinações vingativas ou agressivas de sua personalidade” (FREUD, 1908/1996, p. 101 do pdf). Isso incluiu abstinência sexual, empobrecimento afetivo, somatizações, entre outros. Outro ponto muito importante e que contribuiu para a civilização, foi a capacidade de deslocamento das pulsões sexuais em prol da cultura, nos diferenciando assim dos animais, uma vez que, a pulsão sexual, diferentemente dos instintos, não possui um objeto predeterminado, mas este é o seu componente mais variável (FREUD, 1915/2020).

Freud (1908/1996) afirma que a “capacidade de trocar seu objetivo sexual original por outro, não mais sexual, mas psiquicamente relacionado com o primeiro, chama-se capacidade de sublimação” (FREUD, 1908/1996, p. 101 do pdf). É notório o quanto essa mobilidade é importante para a civilização, de tal maneira que o criador da psicanálise dá às pulsões o estatuto de “motores do progresso” da cultura e do psiquismo humano. Além disso, afirma que as pulsões impõem exigências elevadas ao aparelho psíquico, com incessantes estímulos e indução a realização de atividades complexas que modificam as relações do sujeito com a realidade. Assim, a pulsão e não os estímulos externos são os verdadeiros motores do progresso do desenvolvimento cultural.

As pessoas irão sublimar suas pulsões sexuais de formas e níveis diferentes, de acordo com a constituição inata de cada indivíduo, sendo que esse deslocamento sempre será de forma parcial. Os efeitos da experiência e das influências intelectuais sobre seu aparelho mental conseguem provocar a sublimação de uma outra parcela dessa pulsão. Entretanto, não é possível ampliar indefinidamente esse processo de deslocamento, da mesma forma que nossas máquinas não conseguem transformar todo o calor em energia mecânica. Dessa forma, Freud (1908/2020) afirma, por um lado, a necessidade de satisfação direta de parte dos nossos impulsos como meio de evitar o adoecimento, e por outro que a pulsão sexual é passível também de fixar-se de uma forma particularmente obstinada que “inutiliza e o [a] leva algumas vezes a degenerar-se até as chamadas anormalidades” (FREUD, 1908/1996, p. 101 do pdf).

Talvez seja válido ressaltar o quanto a população atual continua se utilizando desse mecanismo, pulsões sexuais sendo sublimadas para fins mais aceitos e bem-vistos, principalmente em atividades voltadas ao trabalho, à arte e à cultura. A sexualidade controlada e a economia da descarga sexual resultante sendo utilizada para aquisições

culturais são desejadas pelo social. Freud (1908/1996) ainda relata o quanto o mecanismo da repressão (recalque) usado pelos neuróticos têm sido cada vez mais falho, trazendo à tona os sintomas. Além disso, afirma que os neuróticos só conseguem colaborar com as atividades associadas à cultura com um grande gasto de energia, causando um empobrecimento interno e às vezes sendo obrigado a parar com a sua colaboração em prol da civilização devido a um adoecimento.

A experiência nos ensina que existe para a imensa maioria das pessoas um limite além do qual suas constituições não podem atender às exigências da civilização. Segundo Freud: “Aqueles que desejam ser mais nobres do que suas constituições lhes permitem, são vitimados pela neurose. Esses indivíduos teriam sido mais saudáveis se lhes fosse possível ser menos bons” (FREUD, 1908/1996, p. 103-104 do pdf). Diante dessas afirmações, talvez possamos pensar o perigo em querer padronizar uma população. Exigir certos ideais para todos, como se todos precisassem trilhar um mesmo percurso, ter os mesmos ideais, mesmo diante de histórias de vidas completamente diferentes, criação, oportunidades.

É comum vemos os sujeitos ultrapassando seus respectivos limites em uma cobrança sem fim. Quando Freud diz que “certos indivíduos seriam mais saudáveis se lhes fossem possíveis ser menos bons” (FREUD, 1908/1996, p. 104 do pdf), acredito ser possível pensar em torno do cenário atual que induz o indivíduo a acreditar que tudo é possível, basta se “esforçar e renunciar”. Vemos uma busca por ideais muitas vezes inatingíveis, uma busca excessiva pelo sucesso, prazer, felicidade e tem aqueles que buscam até a fama. Não existe lugar para a falta, vazio, frustração, entre outros. O discurso capitalista contribui para com essa visão de onipotência, precisamos comprar, ter, ser, aparecer. Além disso, acredito que as redes sociais também contribuem para isso, pessoas sempre felizes, viajando, expondo suas vidas “boas”, provocando muita comparação.

Todo esse cenário gera um mal-estar muito grande, já ouvi pacientes falarem que se sentem inferiores e sem expectativa de vida. Demonstrem muito medo de não serem bons o suficiente e não conseguiram sustentar tais cobranças sociais. Grande parte não possui ferramentas psíquicas para lidarem com tais questões, analisarem com senso crítico, colocar barras em certos discursos, não absorvendo tudo o que é propagado no meio social. Diante disso, muitos sujeitos adoecem, e para tamponar essas faltas, frustrações, recorrem a álcool, drogas, automutilações, remédios psicotrópicos, entre outros.

No final de “*Moral sexual civilizada e doença nervosa moderna*”, Freud (1908/1996) observa que, em geral, não se concede às neuroses sua real importância. Tal afirmação permanece atual, com frequência se ouve do senso comum frases como “Todo mundo é

neurótico”, “Todo mundo tem problema”, “Isso é frescura”. Esses são apenas alguns exemplos de frases usadas no cotidiano que invalidam o sofrimento psíquico, não dando a atenção necessária à temática. Além disso, vale apresentar que esse tipo de tratamento muitas vezes se reflete nos próprios cuidadores desses indivíduos adoecidos, como família e profissionais da saúde.

[...] Não me refiro à subestimação desses estados revelada no leviano menosprezo dos parentes e nas presunçosas afirmações dos médicos de que algumas semanas de tratamento hidroterápico, ou alguns meses de repouso e convalescença, produzirão a cura. Essas atitudes simplistas de leigos e médicos ignorantes podem, no máximo, dar ao doente uma ilusória esperança. Já é sabido, muito ao contrário, que uma neurose crônica, mesmo que não destrua por completo a capacidade vital do indivíduo, representa em sua vida uma séria desvantagem, talvez de grau idêntico a uma tuberculose ou um defeito cardíaco (FREUD, 1908/1996, p. 110 do pdf).

Essa colocação de Freud me fez pensar o quanto existem barreiras para o cuidado com a saúde mental, barreiras refletidas em preconceitos, estigmas etc. Quando um sujeito está enxergando mal, sofrendo devido ao seu estado de saúde, em um curto estado de tempo vai procurar um profissional de saúde especialista daquela área, como o oftalmologista. Já quando se trata das questões psicológicas existe toda uma barreira para se procurar ajuda, sendo que as questões de ordem psicológica são tão importantes como as questões físicas. Afinal, o corpo é constituído de uma unidade, se a parte física não está bem o psicológico é afetado e vice versa.

Em “*Caminhos da Terapia Psicanalítica*”, Freud (1919/2020) afirma que no mundo existe “abundância de miséria neurótica” e que o acesso ao tratamento se limita às camadas superiores da sociedade que podem escolher por seus cuidadores. Já em sua época, o autor escreve sobre a importância da criação de organizações que visem o tratamento de um grande número de pessoas de forma gratuita, facilitando assim o acesso a camadas menos favorecidas. Freud, com sua sensibilidade, já sinalizava o que viria a se chamar de saúde pública. “Pode-se prever que em algum momento a consciência da sociedade despertará, advertindo-a de que o pobre tem tanto direito a auxílio psíquico quanto hoje em dia já tem as cirurgias vitais” (FREUD, 1919/2020, p. 291).

A importância do tratamento das neuroses, do auxílio psíquico, devem ser valorizadas como qualquer outra patologia “[...] as neuroses não afetam menos a saúde do povo do que a tuberculose, e assim como esta não podem ser deixadas ao impotente cuidado do indivíduo” (FREUD, 1919/2020, p. 291). Por fim, e não menos importante, é preciso destacar o trabalho

em rede, pois além das questões psíquicas existem as sociais, creio que podemos afirmar o quanto as vezes tais questões estão conectadas. Assim, também deve-se investir nos equipamentos da assistência social, pois como Freud (1919/2020) brilhantemente pontuou “É possível que só consigamos realizar algo se pudermos juntar auxílio psíquico e apoio material, à maneira do imperador José” (FREUD, 1919/2020, p. 291). Com uma estrutura que ofereça auxílio psíquico e apoio material, as chances de se oferecer um trabalho ético e com efeitos subjetivos aumentam.

Do ponto de vista de que as neuroses, quaisquer que sejam sua extensão e sua vítima, sempre conseguem frustrar os objetivos da civilização, efetuando assim a obra das forças mentais suprimidas que são hostis à civilização (FREUD, 1908/2019). Dessa forma, “[...] se uma sociedade paga pela obediência a suas normas severas com um incremento de doenças nervosas, essa sociedade não pode vangloriar-se de ter obtido lucros à custa de sacrifícios” (FREUD, 1908/2019, p. 110 do pdf). Diante de tais informações, talvez possamos pensar no perigo de ser deixado levar por discursos coletivos em prol de uma rigidez e renúncia pulsional sem precedentes. Afinal, a tarefa de dominar as pulsões sexuais por outros meios que não seja por sua satisfação é extremamente custosa ao indivíduo.

Freud (1908/2019) sinaliza sobre a importância de refletirmos sobre a relação entre moral sexual civilizada e doença nervosa moderna, principalmente no que se refere se tais sacrifícios exigidos pela cultura valem as consequências implicadas nesse processo.

[...] É justo que indaguemos se a nossa moral sexual ‘civilizada’ vale o sacrifício que ela nos impõe, já que estamos ainda tão escravizados ao hedonismo a ponto de incluir entre os objetivos de nosso desenvolvimento cultural uma certa dose de satisfação da felicidade individual (FREUD, 1908/2020, p. 111 do pdf).

Por isso, a psicanálise deve prosseguir em seu objetivo de contribuir no tratamento das neuroses, que visa poupar os indivíduos de imperativos de consumo, felicidade ou de completude. Além disso, pode contribuir para que os sujeitos se fortaleçam e criem recursos para lidarem, cada um de sua maneira, com o mal estar no laço social e da própria constituição humana.

## Segundo Capítulo: Mal-Estar na Civilização

### 2.1 - O perigo da busca pelo prazer e felicidade sem limites

Em “*Mal-Estar na Civilização*”, Freud (1930/2020) inicia sua escrita sinalizando o quanto as pessoas, em sua maioria, usam “medidas falsas” no que se refere a parâmetros de felicidade. Buscam por poder, sucesso e riqueza, além de admirarem pessoas que possuem tais características, subestimando o que Freud traz como “autênticos valores da vida” (FREUD, 1930/2020, p. 14). Aponta que, usando as chamadas “medidas falsas” citadas anteriormente, corremos o risco de “[...] esquecer a variedade do mundo humano e de sua vida psíquica” (FREUD, 1930/2020, p. 14). É muito interessante refletirmos sobre tais apontamentos, pois é notório o quanto uma parcela significativa da sociedade está amparada e prioriza valores vinculados exclusivamente ao poder, ao sucesso e à riqueza, esquecendo, por vezes, dos chamados de “autênticos valores da vida”. Podemos perceber que existe todo um discurso perigoso, que associa poder, sucesso e riqueza à felicidade, mas sabemos que essa é uma questão complexa e que não pode ser resumida no senso comum. Afinal, é sabido que existe toda uma lógica em prol do consumismo para defender tais valores. Diante disso, é preciso ter cautela na busca por tais ideais propagados, pois sabemos que em certa medida se faz necessário, o problema é quando essa busca se torna uma obsessão sem nenhum tipo de senso crítico. Assim, o sujeito pode vir a adoecer e esquecer dos autênticos valores da vida que também são importantes.

Existe uma tendência do sujeito pela busca de satisfação. Isso leva a mecanismos internos de proteção contra qualquer fonte de desprazer. A essa forma de funcionamento do aparelho psíquico, Freud nomeou de princípio do prazer (FREUD, 1911/2020). As barreiras criadas para evitar o desprazer são muitas vezes falhas, sendo afetadas pelo mundo externo, que se impõe de forma radical e, assim, embarga uma satisfação sem limites.

Surge a tendência a isolar do Eu tudo o que pode se tornar fonte de tal desprazer, a jogar isso para fora, formando um puro Eu-de-prazer, ao qual se opõe um desconhecido, ameaçador “fora”. As fronteiras desse primitivo Eu-de-prazer não podem escapar à retificação mediante a experiência (FREUD, 1930/2020, p. 18).

A importância de distinguir entre o que é interior, pertencente ao Eu, e que é exterior, oriundo do mundo externo é ressaltada por Freud (1930/2020). Já que tal distinção possibilita ao Eu se diferenciar da fonte de desprazer, ou seja, realizar uma defesa contra as sensações de

desprazer percebidas ou que o ameaçam, localizadas no exterior. Apesar da importância para a formação do Eu, isso pode provocar significativos distúrbios patológicos.

Ainda nesse contexto, Freud (1930/2020) traz o quanto a vida é difícil para os seres humanos, sendo composta por dores, decepções, tarefas, entre outras adversidades. E que, para sustentar tudo isso que engloba a vida, se faz necessário os chamados “Paliativos” para o mal-estar (FREUD, 1930/2020, p. 28). Existem três recursos que atuam como esses paliativos: “[...] poderosas diversões, que nos permitem fazer pouco de nossa miséria, gratificações substitutivas, que a diminuem, e substâncias inebriantes, que nos tornam insensíveis a ela” (FREUD, 1930/2020, p. 28).

Diante de tais afirmações, talvez possamos pensar o quanto se faz necessário usufruirmos de recursos psíquicos, seja por meio das sublimações, elaborações, poderosas diversões, gratificações substitutivas, entre outras, já que, dessa forma, podemos promover a diminuição das tensões psíquicas por meio de alguma descarga pulsional, que é produtora de prazer. Na prática clínica podemos ver como boa parte dos sujeitos não possuem meios para lidar com todo mal-estar que atravessa a vida humana, produzindo tensões psíquicas. Muitas das vezes nos deparamos com sujeitos empobrecidos de recursos, para os quais pequenas decepções podem se tornar fonte de um sofrimento sem fim, podendo ocorrer mesmo um apagamento da vida.

Em relação às gratificações substitutivas, Freud (1930/2020) destaca o papel que elas desempenham como ilusões face à realidade, mas nem por isso são menos eficazes psiquicamente graças ao papel que têm na vida mental. Além disso, cita os efeitos dos entorpecentes sobre o corpo humano, mudando sua química. Questiona-se sobre “o que revela a própria conduta dos homens acerca da finalidade e a intenção de sua vida, o que pedem eles da vida e desejam nela alcançar?” (FREUD, 1930/2020, p. 29). Responde afirmando que: “[...] eles buscam a felicidade, querem se tornar e permanecer felizes. Acrescenta que essa busca tem dois lados, uma meta positiva e uma negativa; quer a ausência de dor e desprazer e, por outro lado, a vivência de fortes prazeres” (FREUD, 1930/2020, p. 29-30). Se por um lado há essa conduta humana, por outro, a “felicidade” não se acha no plano da criação e o que chamamos de “felicidade” corresponde a uma satisfação repentina de necessidades altamente represadas. Conclui que “nossas possibilidades de felicidade são restringidas por nossa constituição (FREUD, 1930/2020, p. 30-31). Tais afirmações se mantêm bem atuais, pois vemos uma busca pela felicidade e prazer sem precedentes, sem se atentar para os limites inerentes à nossa constituição humana. É uma busca que ultrapassa quaisquer limites, tudo pela satisfação pulsional, em direção a um além do princípio do prazer (FREUD, 1920/2020).

Como Freud bem sinalizou, “[...] o programa do princípio do prazer estabelece a finalidade da vida” (FREUD, 1930/2020, p. 30). Contudo, a busca desenfreada pela felicidade pode provocar uma intensa insatisfação e até mesmo a morte (FREUD, 1920/2020).

Podemos pensar o quanto é perigosa a ideia compartilhada no senso comum a respeito da felicidade, principalmente quando essa conceituação é atravessada por possibilidades infinitas e duradouras. Busca por um prazer contínuo, sem espaço para castração. Talvez, lembrar o quanto “nossas possibilidades de felicidade são restringidas por nossa constituição” (FREUD, 1930/2020, p. 30-31), nos faça mais cautelosos e maduros ao ouvirmos discursos que propagam uma felicidade sem limites, a todo momento e a qualquer custo.

Diante de tantos exemplos voltados para busca da felicidade, Freud (1930/2020) é direto ao dizer que “[...] O programa de ser feliz, que nos é imposto pelo princípio do prazer, é irrealizável, mas não nos é permitido ou melhor, não somos capazes de abandonar os esforços para de alguma maneira tornar menos distante a sua realização” (FREUD, 1930/2020, p. 40). Assim, os sujeitos continuam buscando caminhos, seja para obtenção de prazer (positivo da meta), ou evitar o desprazer (negativo da meta). Deixa claro que nenhum desses caminhos irá proporcionar o alcance de tudo o que desejamos, já que “[...] No sentido moderado em que é admitida como possível, a felicidade constitui um problema da economia libidinal do indivíduo” (FREUD, 1930/2020, p. 40).

Vemos com a explanação acima, o quanto a ideia de um projeto de felicidade sem fim é ilusória. É comum vermos no social, discursos voltados para a felicidade de uma forma desmedida e voraz. Um exemplo disso é a grande associação entre consumismo e felicidade. Sabemos bem quem ganha com tais discursos, discursos neoliberais, voltados ao capitalismo de consumo. Aceitar que a satisfação é sempre parcial, de forma moderada, nos ajuda a evitar tanto sofrimento e a não esperar por coisas irrealizáveis.

## **2.2 - Fontes de desprazer e o princípio de realidade**

Ainda nesse contexto, Freud (1930/2020) afirma que o sofrer nos ameaça de três lados: do próprio corpo, do mundo externo e das relações com os outros seres humanos. Faz apontamentos importantes a respeito de cada uma dessas ameaças.

O sofrer nos ameaça a partir de três lados: do próprio corpo, que, fadado ao declínio e à dissolução, não pode sequer dispensar a dor e o medo, como sinais de advertência; do mundo externo, que pode se abater sobre nós com forças poderosíssimas, inexoráveis, destruidoras; e, por fim, das relações com os outros seres humanos. O sofrimento que se origina desta fonte nós experimentamos talvez mais dolorosamente que qualquer outro; tendemos a considerá-lo um acréscimo um tanto supérfluo, ainda que possa ser tão faticamente inevitável quanto o sofrimento de outra origem (FREUD, 1930/2020, p. 31).

A partir dessas colocações podemos refletir o quanto viver envolve risco de sofrimento por diferentes vias e que não temos o controle de quase nada. Como bem aponta o pai da psicanálise, o nosso corpo orgânico está naturalmente no caminho da deterioração. Em relação ao mundo externo, somos atingidos de inúmeras formas, como catástrofes naturais, entre outros. Além disso, destaca-se as relações com outros seres humanos no laço social que pode ser fonte de grande sofrimento. Creio não ter sido sem motivo que Freud destaca essa fonte de sofrimento, afinal o ser humano é complexo. As relações estabelecidas entre eles também são. Ao se depararem com tais possibilidades de sofrimento, os indivíduos costumam moderar suas pretensões à felicidade. Destaca o papel da influência do mundo externo para converter o princípio do prazer no princípio da realidade (FREUD, 1930/2020).

Nesse sentido, cabe trazer o quanto é imprudente buscar a satisfação irrestrita de todas as necessidades, mesmo sendo a maneira mais tentadora. Como dito anteriormente, quando nos deixamos ser levados pelo princípio do prazer, sem nenhum tipo de barra, colocamos o gozo à frente da cautela. Isso envolve consequências. Sabemos que é muito sedutor optar pelo prazer imediato e irrestrito, mas quando essa escolha se dá sem nenhum tipo de cálculo, estamos fadados a colher frutos nada promissores.

Os seres humanos procuram por métodos para evitar o desprazer, assinala que os métodos mais eficazes são aqueles que podem atuar no próprio organismo. “Pois todo sofrimento é apenas sensação, existe somente na medida em que o sentimos, e nós o sentimos em virtude de certos arranjos de nosso organismo” (FREUD, 1930/2020, p. 32). O método mais cru, mas também o mais potente de evitar o desprazer sobre o organismo é o químico. “[...] substâncias de fora do corpo que, uma vez presentes no sangue e nos tecidos, produzem em nós sensações imediatas de prazer, e também mudam de tal forma as condições de nossa sensibilidade, que nos tornamos incapazes de acolher impulsos desprazerosos” (FREUD, 1930/2020, p. 33).

A vida psíquica normal é composta de oscilações entre uma maior e menor dificuldade de experimentar prazer. Essa explanação nos faz mais próximos do princípio da realidade,

pois é sabido que a satisfação é sempre parcial. Logo, discursos atuais que pregam felicidade e prazer sem restrição são ilusórios e podem gerar grande sofrimento. Além disso, essa procura pelo afastamento do desprazer não se deve apenas ao ganho imediato de prazer, mas por um grande desejo por independência em relação ao mundo externo. “[...] Sabe-se que com ajuda do ‘afasta-tristeza’ podemos nos subtrair à pressão da realidade a qualquer momento e encontrar refúgio num mundo próprio que tenha melhores condições de sensibilidade” (FREUD, 1930/2020, p. 33-34). Diante do exposto podemos pensar o quanto a sociedade atual tem buscado cada vez mais o chamado por Freud de “afasta-tristeza”, inúmeras compulsões desenvolvidas com o intuito de afastar esse mal-estar, criando assim melhores condições de “viver”. Sabemos que esses mecanismos são falhos e que é preciso criar recursos mais próximos da pulsão de vida e não da pulsão de morte. Ademais, investir em mecanismos falhos pode provocar “[...] desperdício de grandes quantidades de energia que poderiam ser usadas na melhoria da sorte humana” (FREUD, 1930/2020, p. 34).

Além disso, destaca-se como é complicada a estrutura do nosso aparelho psíquico, e que como já foi dito, a não satisfação dos impulsos causa sofrimento. Mas ainda que possamos agir sobre tais impulsos, Freud (1930/2020) afirma que ficaremos livres de apenas de uma parte do sofrimento, já que a satisfação nunca é de forma integral:

Mas a complicada estrutura de nosso aparelho psíquico também admite um bom número de outras influências. Do mesmo modo que a satisfação de instintos (pulsões) é felicidade, torna-se causa de muito sofrer se o mundo exterior nos deixa à míngua, recusando-se a nos saciar as carências. Então é possível esperar que, agindo sobre esses impulsos instintuais (pulsionais), fiquemos livres de uma parte do sofrer (FREUD, 1930/2020, p. 34).

### **2.3 - Outros destinos para a satisfação pulsional**

No decorrer do texto “*Mal Estar na Civilização*”, Freud (1930/2020) afirma que outra técnica para afastar o sofrimento advém da possibilidade de deslocamento da libido em nosso aparelho psíquico, permitindo flexibilidade. Assim, o foco é o deslocamento da meta das pulsões, que não poderão ser atingidas pela frustração a partir do mundo externo. Cabe dizer o quanto a sublimação das pulsões ajuda nesse sentido, “O melhor resultado é obtido quando se consegue elevar suficientemente o ganho de prazer a partir das fontes de trabalho psíquico e intelectual. Então o destino não pode fazer muito contra o indivíduo” (FREUD, 1930/2020, p. 35). Freud dá vários exemplos ligados à satisfação desse gênero, como “[...] a alegria da

artista no criar, ao dar corpo a suas fantasias, a alegria do pesquisador na solução de problemas e na apreensão da verdade” (FREUD, 1930/2020, p. 35). Essas formas de obtenção de prazer ligadas à sublimação são “mais finas e elevadas”, mas destaca que sua “[...] intensidade é amortecida, comparada à satisfação de impulsos instintuais [pulsionais] grosseiros e primários” (FREUD, 1930/2020, p. 35).

Contudo também é preciso ter ciência da fraqueza desse método, já que o mesmo não pode ser aplicado por todos. Para usufruir da sublimação, o sujeito precisa de talentos e disposições especiais, que não se acham acessíveis de modo geral. Além disso, complementa que, mesmo aqueles sujeitos que se utilizam da sublimação, não podem se assegurar de completa proteção do sofrimento. Afinal, não se pode “[...] proporcionar um escudo impenetrável aos dardos do destino e costuma falhar, quando o próprio corpo é a fonte do sofrer” (FREUD, 1930/2020, p. 36). Traz que, mesmo que busquemos fonte de prazer e consolo para a vida em processos internos, psíquicos e independentes do mundo exterior, tais processos só conseguem “[...] um passageiro alheamento às durezas da vida, não sendo forte o bastante para fazer esquecer a miséria real” (FREUD, 1930/2020, p. 37). Podemos refletir com tal exposição o quanto o nosso sofrimento está ligado a fontes mais complexas, ligadas a nossa constituição no nível das pulsões.

Outro ponto que podemos destacar é o grande número de pessoas que tentam assegurar a felicidade e proteger-se do sofrimento por meio de uma delirante modificação da realidade. Existem inúmeros métodos pelos quais os homens se esforçam em obter a felicidade e manter à distância o sofrer (FREUD, 1930/2020). A libido apresenta capacidade de “agarrar-se aos seus objetos, e obter felicidade de uma relação afetiva para com eles” (FREUD, 1930/2020, p. 39). Um desses métodos associados a relações afetivas é o amor. A clínica demonstra que existem indivíduos que esperam toda a satisfação de amar e ser amado, e como pode ser problemático a tentativa de reencontrar os primeiros objetos de amor da infância.

Podemos pensar o quanto essa questão é complexa, parece um paradoxo. “Nunca estamos mais desprotegidos ante o sofrimento do que quando amamos, nunca mais desamparadamente infelizes do que quando perdemos o objeto amado ou seu amor” (FREUD, 1930/2020, p. 39). É muito comum na prática clínica ouvirmos histórias de sofrimento relacionadas ao amor, seja pela perda da pessoa amada e até mesmo a busca por um objeto de amor que pode ser dolorosa. Também nos deparamos com sujeitos que acreditam veementemente que estarão plenamente felizes quando encontrarem o grande amor. Fazem um grande investimento libidinal nesse sentido, mas ao se depararem com a incompletude, a realidade vem com um grande mal-estar.

Existe também uma busca da felicidade, no gozo da beleza, em tudo o que se pode alcançar nossa visão. “[...] onde quer que ela se mostre a nossos sentidos e nosso julgamento, a beleza das formas e dos gestos humanos, de objetos naturais e de paisagens, de criações artísticas e mesmo científicas” (FREUD, 1930/2020, p. 39). Podemos citar nesse contexto a busca pelo corpo “perfeito” e o quanto isso gera sofrimento em tantos indivíduos. Talvez possamos dizer que existe uma ditadura da beleza e um empuxo a uma certa padronização dos corpos. Nunca se viu uma oferta tão grande de conteúdos voltados ao mundo *fitness* com tudo o que isso representa, como nos dias atuais. É comum encontrarmos pessoas que fazem culto ao corpo uma filosofia de vida e depositam sua felicidade nessa forma de viver.

Nesse sentido, o primeiro psicanalista vai além, deixando um conselho válido para todos:

Cada um tem que descobrir a sua maneira particular de ser feliz. Fatores os mais variados atuarão para influir em sua escolha. Depende de quanta satisfação real ele pode esperar do mundo exterior e de até que ponto é levado a fazer-se independente dele; e também, afinal, de quanta força ele se atribui para modificá-lo conforme seus desejos (FREUD, 1930/2020, p. 41).

Tal conselho é muito potente e encorajador, pois vemos que não existe uma única maneira de obtermos satisfação e felicidade. Percebemos que não tem como padronizar o que é felicidade, pois é algo subjetivo, tem a ver com desejo, por isso cada um de nós precisa buscar a própria maneira de ser feliz. E para essa escolha, muitas coisas serão levadas em consideração, como o próprio sujeito, mundo exterior, entre outros.

A sabedoria aconselhará talvez a não esperar toda satisfação de uma única tendência. O êxito jamais é seguro, depende da conjunção de muitos fatores, e de nenhum mais, talvez, que da capacidade da constituição psíquica para adaptar sua função ao meio e aproveitá-lo para conquistar prazer (FREUD, 1930/2020, p. 41).

Podemos dizer que investir em um único objeto é arriscado, já que existem muitos aspectos que atravessam a temática da felicidade. É preciso que sejamos cautelosos nesse sentido, pois “[...] o negociante cauteloso evita imobilizar todo o seu capital numa só coisa” (FREUD, 1930/2020, p. 41).

Freud (1930/2020) segue sua teoria, dizendo que existem outros caminhos que prometem satisfações substitutivas. Um desses caminhos seria a fuga para a doença neurótica. Como ilustra o exemplo de indivíduos que fracassam nos esforços pela felicidade, encontrando consolo no prazer obtido por meio da intoxicação crônica, ou fazendo a desesperada tentativa de rebelião que é a psicose. Em “*Pulsões e seus destinos*” (FREUD,

1915/2020), o autor apresenta alguns destinos para pulsão, dentre eles a sublimação e o recalque. Ou seja, a neurose e a psicose como destinos patológicos para a pulsão, em oposição à sublimação. Conclui que independente dos caminhos que os seres humanos tomem na busca pela felicidade, nenhum deles a conduzirá seguramente.

## **2.4 - Desdobramentos no laço social e cultura**

Existem fontes responsáveis pelo sofrimento humano que impedem um estado de felicidade contínua. Essas fontes seriam: “[...] a prepotência da natureza, a fragilidade de nosso corpo e a insuficiência das normas que regulam os vínculos humanos na família, no Estado e na sociedade” (FREUD, 1930/2020, p. 43). Freud destaca que em relação às primeiras fontes, o sofrimento é inevitável e pouco podemos fazer a respeito. Em suas palavras: “[...] nunca dominaremos completamente a natureza, e nosso organismo, ele mesmo parte dessa natureza, será sempre uma construção transitória, limitada em adequação e desempenho” (FREUD, 1930/2020, p. 43). A partir disso, podemos trazer o quanto os esforços para dominar por completo a natureza e os nossos corpos são falhos. Talvez aceitar o processo natural da vida nos poupe em algum nível de tanto sofrimento.

É comum vermos uma batalha contra o envelhecer com tudo o que isso representa. Um exemplo bem nítido em relação a essa problemática, é o aumento de procedimentos estéticos nos últimos anos. Pessoas que buscam aparentar menos idade se submetem a qualquer custo a fórmulas que prometem juventude eterna. Também somos surpreendidos com frequência por abalos naturais, em que toda a estrutura de engenharia, entre outros, não consegue dar conta dessa potência natural. Assim, mais uma vez vemos o quanto o desempenho e controle desses sofrimentos se mostram insuficientes.

Uma outra fonte de sofrimento, provém do social, de vínculos humanos. Essa fonte não é aceita socialmente, pois é difícil compreender que os seres humanos podem criar contextos que levam ao adoecimento deles próprios. Além disso, a clínica demonstra como falhamos na busca da prevenção do sofrimento. Chega à conclusão que isso se justificaria pela natureza humana, incluindo sua constituição psíquica:

[...] as instituições por nós mesmos criadas não trariam bem-estar e proteção para todos nós. Contudo, se lembrarmos como fracassamos justamente nessa parte da prevenção do sofrimento, nasce a suspeita de que aí se esconderia um quê da

natureza indomável, desta vez da nossa própria constituição psíquica (FREUD, 1930/2020, p. 44).

Freud (1930/2020) estranha o fato de muitas pessoas acreditarem que a culpa do sofrimento humano está restrita a consequências da civilização, e que a solução para sermos mais felizes seria abandonar e retroceder a condições primitivas. Assim, começa a questionar por que tantas pessoas compartilham dessa ideia, estabelecendo tanta hostilidade à civilização e levanta a hipótese de essa profunda insatisfação com o estado civilizacional estar associada a construções históricas. Um dos exemplos dessa construção histórica é a vitória do cristianismo sobre as religiões pagãs. Essa hostilidade ligada à civilização em comparação ao cristianismo “[...] estava ligada à depreciação da vida terrena, efetuada pela doutrina cristã” (FREUD, 1930/2020, p. 44). Além disso, cita o quanto o contato com tribos e povos primitivos também contribuiu para essa hostilidade da civilização.

O autor explica o quanto é ilusória a suposição de que não estar no coletivo e sem exigências culturais pode trazer uma maior facilidade de viver, com prazer e felicidade. Como podemos ver, o sofrimento humano está em um nível mais complexo, associado à constituição humana. Cabe acrescentar que Freud (1930/2020) enfatiza, em outras passagens do texto “*Mal estar na Civilização*”, o quanto achar que o sofrimento humano está ligado estritamente à civilização é um erro. Já que, mesmo se houvesse um maior domínio sobre os fatores tidos como produtores de sofrimento, causados pelo laço social, perceberíamos que o mal-estar permanece, já que advém da nossa constituição humana.

Descobriu-se que o homem se torna neurótico porque não pode suportar a medida de privação que a sociedade lhe impõe, em prol de seus ideais culturais, e concluiu-se então que, se estas exigências fossem abolidas ou bem atenuadas, isto significaria um retorno a possibilidades de felicidade. Mas eles parecem haver notado que esta recém-adquirida disposição de espaço e de tempo, esta submissão das forças naturais, concretização de um anseio milenar, não elevou o grau de satisfação prazerosa que esperam da vida, não os fez se sentirem mais felizes (FREUD, 1930/2020, p. 45).

Freud (1930/2020) afirma que a felicidade é algo inteiramente subjetivo e que a civilização serve para dois fins: “[...] a proteção do homem contra a natureza e a regulamentação dos vínculos dos homens entre si” (FREUD, 1930/2020, p. 49). Vai além ao dizer que “[...] nenhum traço nos parece caracterizar melhor a civilização do que a estima e o cultivo das atividades psíquicas mais elevadas, das realizações intelectuais, científicas e artísticas, do papel dominante que é reservado às ideias na vida das pessoas” (FREUD, 1930/2020, p. 55).

Ainda nesse contexto, são abordados outros pontos que correspondem a traços característicos da civilização, como por exemplo “o modo como são reguladas as relações dos homens entre si, as relações sociais, que dizem respeito ao indivíduo enquanto vizinho, enquanto colaborador, como objeto sexual de um outro, como membro de uma família e de um Estado” (FREUD, 1930/2020, p. 56). Ao investigarmos traços que correspondem à civilização, percebemos o quanto a regulamentação dos vínculos sociais é algo marcante, e que se não existisse tal regulamentação, pouco provável teríamos tamanha evolução cultural. Estar no coletivo implica seguir certas orientações, sujeito a construções ideais dos homens, suas concepções de uma possível perfeição dos indivíduos, do povo, de toda a humanidade, e as exigências que colocam a partir dessas concepções. Exigências que podem gerar muito sofrimento.

Boa parte da peleja da humanidade se concentra em torno da tarefa de achar um equilíbrio adequado, isto é, que traga felicidade, entre tais exigências individuais e aquelas do grupo, culturais; é um dos problemas que concernem ao seu próprio destino, a questão de se este equilíbrio é alcançável mediante uma determinada configuração cultural ou se o conflito é insolúvel (FREUD, 1930/2020, p. 58).

No curso da evolução, Freud (1930/2020) sinaliza a respeito do conflito existente entre amor e civilização. “[...] Por um lado, o amor se opõe aos interesses da cultura; por outro lado, a cultura ameaça o amor com sensíveis restrições” (FREUD, 1930/2020, p. 66). O trabalho da cultura, consiste em colocar atribuições cada vez mais difíceis aos homens, dessa forma o mesmo precisa recorrer a mecanismos como a sublimação das pulsões. Além disso, afirma que os indivíduos não possuem quantidade ilimitadas de energia psíquica, assim os mesmos precisam equilibrar a distribuição da libido, visando dar conta de suas atividades (FREUD, 1930/2020).

Ainda sobre o mal-estar ligado à civilização, podemos lembrar como se constituiu a cultura totêmica, marcada por restrições entre os seus pares, a fim de promover a preservação do seu povo. A vida humana em comum teve um duplo fundamento:

[...] a compulsão ao trabalho, criada pela necessidade externa, e o poder do amor, que no caso do homem não dispensava o objeto sexual, a mulher, e no caso da mulher não dispensava o que saíra dela mesma, a criança. Eros e Ananke tornaram-se também os pais da cultura humana. O primeiro êxito cultural consistiu em que um número grande de pessoas pudesse viver em comunidade (FREUD, 1930/2020, p. 62-63).

A primeira fase cultural, a do totemismo, já traz consigo a proibição da escolha incestuosa de objeto, que é a principal barreira que a vida amorosa humana experimentou no curso da civilização. Por meio de tabus, leis e costumes, são produzidas mais restrições, que atingem tanto os homens como as mulheres. Acrescenta-se que para além da pressão da cultura, existe algo da estrutura própria do sujeito, que recusa a plena satisfação e nos impulsiona para outros caminhos (FREUD, 1930/2020).

O trabalho psicanalítico mostrou o quanto uma parcela significativa dos indivíduos não suportam as frustrações e renúncia pulsional (FREUD, 1930/2020). Em consequência surgem os sintomas, gratificações substitutivas, que geram sofrimento e podem criar dificuldades em relação ao contexto social inserido. Soma-se a isso, outros sacrifícios exigidos para além da satisfação sexual. Vale expressar que o ser humano não é uma criatura calma, bondosa, que só se defende diante de uma ameaça. É preciso lembrar dos impulsos pulsionais que o ser humano está submetido, um desses impulsos está ligado à agressividade. Freud deixa bem claro o quanto essa agressividade é demonstrada na relação entre os seus pares.

[...] o próximo não constitui apenas um possível colaborador e objeto sexual, mas também uma tentação para satisfazer a tendência à agressão, para explorar seu trabalho sem recompensá-lo, para dele se utilizar sexualmente contra a sua vontade, para usurpar seu patrimônio, para humilhá-lo, para infligir-lhe dor, para torturá-lo e matá-lo. Homo homini lupus [O homem é o lobo do homem] [...] (FREUD, 1930/2020, p. 76-77).

Devido a essa hostilidade primária entre os homens, a sociedade sofre riscos de desintegração. Por isso, a civilização recorre a mecanismos para colocar barreiras às pulsões que envolvem agressividade, violência, entre outros, para contribuir para uma melhor dinâmica social e o combate à natureza violenta do ser humano. Mas é válido sinalizar, que as barreiras impostas, como por exemplo as leis, não conseguem dar conta de todas as manifestações da agressividade humana (FREUD, 1930/2020)

Em razão dos sacrifícios e pressões que a cultura impõe no coletivo, procurando fazer barra a uma satisfação sem limites e a tendência à agressividade, podemos compreender melhor o quanto é difícil para o homem obter uma boa medida para alcançar a felicidade nesse meio. De acordo com Freud (1930/2020), o homem primitivo estava em uma situação melhor, pois não conhecia tantas restrições à descarga da pulsão, porém não tinha segurança de desfrutar da felicidade por muito tempo. “[...] O homem civilizado trocou um tanto de felicidade por um tanto de segurança” (FREUD, 1930/2020, p. 82). A civilização atual não

preenche requisitos de um sistema de viver que faça feliz, admite muito sofrimento que possivelmente poderíamos evitar em parte. É importante admitir que existem dificuldades inerentes à cultura que não cederão a tentativas de reformas.

Inspirado no poeta, filósofo, médico e historiador alemão, Johann Schiller, o qual afirma que “a fome e o amor” sustentam a dinâmica do mundo, Freud (1930/2020) expõe que a fome pode representar as pulsões que visam à preservação do ser individual, enquanto o amor busca por objetos e sua função principal apoiada pela natureza é a preservação da espécie. Assim, as pulsões do Eu confrontam a pulsão sexual nos níveis da libido do eu e da libido do objeto. Nas palavras de Freud: “[...] A neurose aparecia como o desfecho de uma luta entre o interesse da autopreservação e as exigências da libido, uma luta que o Eu vencera, mas ao custo de severo sofrimento e renúncia” (FREUD, 1930/2020, p. 84).

Freud (1930/2020) em “*Mal Estar na Civilização*”, lembra que foi em “*Além do princípio do prazer*” (1920), que surgiu a ideia da compulsão à repetição e da natureza conservadora da vida pulsional.

Partindo de especulações sobre o começo da vida e de paralelos biológicos, concluí que deveria haver, além do instinto para conservar a substância vivente e juntá-la em unidades cada vez maiores, um outro, a ele contrário, que busca dissolver essas unidades e conduzi-las ao estado primordial inorgânico. Ou seja, ao lado de Eros, um instinto de morte. Os fenômenos da vida se esclareceriam pela atuação conjunta ou antagonica dos dois (FREUD, 1930/2020, p. 85-86).

Podemos suspeitar que as duas pulsões, autoconservação e a de morte, talvez nunca aja separadamente, mas se mesclam em proporções diferentes e muito variadas, tornando-se irreconhecível para nosso julgamento. Por tal razão, “crianças não gostam de ouvir, quando se fala da tendência inata do ser humano para o “mal”, para a agressão, a destruição, para a crueldade” (FREUD, 1930/2020, p. 88). O impulso à agressão é uma disposição da pulsão primitiva e autônoma do ser humano é o mais poderoso obstáculo à civilização. No decorrer da investigação da psicanálise, surgiu a ideia de que a cultura é um processo que contribui para a humanidade e ainda estamos submetidos a tal influência. Podemos acrescentar que “[...] é um processo a serviço de Eros, que pretende juntar indivíduos isolados, famílias, depois etnias, povos e nações numa grande unidade, a da humanidade” (FREUD, 1930/2020, p. 90).

Esses indivíduos devem estar ligados libidinalmente entre si para as suas necessidades, mas o trabalho em conjunto não será suficiente para mantê-las unidas. A pulsão primitiva de agressão dos seres humanos, a hostilidade entre eles, se opõe ao programa da cultura. O

empuxo à agressão é derivado e representa a maior pulsão de morte que coexiste com Eros e compartilha com ele o domínio do mundo. Assim, o sentido da evolução cultural se apresenta: “[...] na luta entre Eros e morte, instinto [pulsão] de vida e instinto [pulsão] de destruição, tal como se desenrola na espécie humana. Essa luta é o conteúdo essencial da vida, e por isso a evolução cultural pode ser designada, brevemente, como a luta vital da espécie humana.” (FREUD, 1930/2020, p. 91).

## 2.5 - Sentimento de Culpa

O sentimento de culpa surge como reação à agressividade, à voracidade da pulsão na busca pela satisfação (FREUD, 1930/2020). “À tensão entre o rigoroso Super-eu e o Eu a ele submetido chamamos consciência de culpa; ela se manifesta como necessidade de punição” (FREUD, 1930/2020, p. 92). Identifica-se duas origens para o sentimento de culpa: “[...] o medo da autoridade e, posteriormente, o medo diante do Super-eu” (FREUD, 1930/2020, p. 97). O primeiro nos obriga a ceder a satisfações pulsionais, enquanto o segundo nos leva ao castigo, uma vez que não podemos esconder do Super-eu a continuação de desejos proibidos. Observamos também como é possível compreender a cobrança do Super-eu em relação às demandas da consciência. Ela perpetua o rigor da autoridade externa, que foi sucedida ou em parte substituída. Assim, podemos entender a relação entre a renúncia das pulsões e o sentimento de culpa. Inicialmente, a renúncia das pulsões é resultado do medo da autoridade externa, renunciamos às satisfações para não perder seu amor (FREUD, 1930/2020).

A experiência e a teoria freudiana nos ensinam que a severidade do Super-eu desenvolvido pela criança não reflete necessariamente o tratamento severo recebido (FREUD, 1930/2020). Uma criança criada de forma mais tranquila pode desenvolver uma consciência bastante rígida. No entanto, seria incorreto exagerar essa correlação, mas sabemos que a educação desempenha um papel significativo na formação do Super-eu infantil. Existem “[...] fatores constitucionais herdados e influências do meio real [que] atuam conjuntamente na formação do Super-eu e gênese da consciência, e isso não é nada estranho, mas a condição etiológica geral de todos esses processos” (FREUD, 1930/2020, p. 101). Não podemos descartar a hipótese de que o sentimento de culpa da humanidade tenha origem no complexo de Édipo e tenha sido adquirido durante o assassinato do pai pelo grupo de irmãos. A partir desse ponto, podemos extrair duas coisas: a participação do amor na gênese da consciência e a

inevitabilidade do sentimento de culpa. Matar o pai ou não, em ambos os casos, existe o sentimento de culpa, pois ele, “[...] é uma expressão do conflito de ambivalência, da luta eterna entre Eros e o instinto de destruição ou morte” (FREUD, 1930/2020, p. 104).

Esse conflito é inflamado quando os seres humanos enfrentam a tarefa de viver juntos, como a cultura busca unir os indivíduos em uma massa intimamente conectada e esses buscam obedecer a um impulso erótico interno, só é possível alcançar o objetivo cultural através do fortalecimento contínuo do sentimento de culpa. O que teve início com o pai se completa no coletivo. Se a cultura é o curso necessário de desenvolvimento da família para a humanidade, então o acréscimo do sentimento de culpa aparece como resultado do conflito inato e ambivalente, da luta eterna entre amor e a busca pela morte (FREUD, 1930/2020).

O intuito de contextualizar o sentimento de culpa como o problema mais significativo da evolução cultural é o de demonstrar que a culpa é o preço do progresso cultural, o que ocasiona a diminuição da felicidade (FREUD, 1930/2020). Podemos ir além, ao afirmar que o sentimento de culpa é uma variação topográfica da angústia que em outras fases vai de encontro com o medo ao Super-eu (FREUD, 1930/2020). Nesse sentido, convém destacar que a consciência de culpa produzida pela cultura pode permanecer inconsciente ou vir à consciência provocando um mal-estar.

Cabe pontuar conceitos importantes trazidos nesse texto e que nos ajudaram a compreender melhor as ideias desenvolvidas, como “Super-eu”, “consciência”, “sentimento de culpa”, “necessidade de castigo” e “arrependimento”. Para Freud: “[...] O Super-eu é uma instância explorada por nós, a consciência, uma das funções que a ele atribuímos, a de vigiar os atos e intenções do Eu e de julgar, exercendo uma atividade censória” (FREUD, 1930/2020, p. 109). O sentimento de culpa seria a “[...] severidade da consciência, é a percepção que tem o Eu de ser vigiado assim, a apreciação da tensão entre os seus esforços e as exigências do Super-eu, e o medo ante essa instância crítica” (FREUD, 1930/2020, p. 109). Necessidade de castigo: “[...] é uma expressão instintual [pulsional] do Eu, que por influência do Super-eu sádico tornou-se masoquista, ou seja, emprega uma parte do instinto [pulsão] para destruição interna nele presente para formar uma ligação erótica com o Supereu” (FREUD, 1930/2020, p. 109). Precisamos reconhecer a tensão existente entre o Eu e o mundo externo, derivado do conflito entre a necessidade do amor e o ímpeto de satisfação pulsional, cuja inibição gera a tendência à agressão. Por fim, a definição de arrependimento é a “[...] reação do Eu num caso de sentimento de culpa, contém, pouco transformado, o material de sensações da angústia que atua por trás, é ele mesmo um castigo e pode incluir a necessidade

de castigo; também ele pode ser mais velho que a consciência moral” (FREUD, 1930/2020, p. 109).

## **2.6 - A luta entre Eros e Morte**

Ainda nesse contexto, pode-se dizer que os sintomas das neuroses são substitutos das pulsões sexuais não realizadas. Nesse sentido, é possível afirmar que quando ocorre um empuxo ao recalque das pulsões, seus elementos libidinais se transformam em sintomas e seus componentes agressivos se manifestam como sentimento de culpa. Existe uma luta entre as forças de Eros e da pulsão de morte, caracterizando o processo cultural tanto na humanidade como no desenvolvimento individual. O processo cultural da humanidade quanto o desenvolvimento do indivíduo são parte integrante da essência mais abrangente da vida, tornando-se assim processos vitais em si mesmos (FREUD, 1930/2020).

No caminho para o desenvolvimento individual, a busca pela felicidade, satisfação pulsional, ordenados pelo princípio do prazer, é a principal meta, sendo que a adaptação na comunidade é vista como uma condição inevitável para alcançá-la (FREUD, 1930/2020). No entanto, a aspiração egoísta geralmente recebe mais ênfase do que a aspiração à união com os outros. Por outro lado, no processo cultural, a criação de uma grande comunidade humana se torna a meta principal, relegando a busca pela felicidade individual para segundo plano. Essas duas tendências, a busca pela felicidade individual e a busca pela união com os outros, lutam entre si dentro de cada indivíduo e também nos processos de evolução individual e cultural. Na sociedade contemporânea, verificamos como o individualismo e a busca por prazer imediato é mais incentivada do que a renúncia pelo bem comum e a preocupação com o coletivo. Cabe dizer que a luta entre o indivíduo e a sociedade, não se trata apenas da oposição entre as pulsões de Eros e Morte, mas também de uma disputa libidinal, onde a distribuição da energia libidinal entre o Eu e os objetos é alvo de conflito. No entanto, essa luta entre o indivíduo e a sociedade pode encontrar um equilíbrio, tanto no indivíduo quanto no futuro da civilização.

Existe uma conexão entre o processo cultural e o desenvolvimento do indivíduo, “[...] a comunidade forma um Super-eu, sob cuja influência procede a evolução cultural” (FREUD, 1930/2020, p. 116). Assim como no indivíduo, o Super-eu cultural estabelece exigências ideais severas, cujo não cumprimento resulta em “angústia de consciência”. Nesse sentido, os processos de evolução cultural da massa e do indivíduo estão intimamente relacionados. Tanto

o Super-eu individual, quanto o cultural se preocupam pouco com a felicidade do Eu e não levam em consideração as resistências, a força pulsional do Id e as dificuldades do ambiente real. Dessa forma, as reivindicações éticas do Super-eu cultural podem ser questionadas, pois muitas vezes não levam em conta os aspectos psíquicos humanos e impõem ordens sem considerar a capacidade humana de cumpri-las (FREUD, 1930/2020). Isso é o que acontece com os discursos capitalistas atuais, que não levam em consideração o impossível da satisfação em uma cobrança sem limites que pode causar o adoecimento psíquico. Cabe dizer que “nos chamados homens normais o controle sobre o Id não pode ir além de certos limites. Exigindo mais, produzimos no indivíduo rebelião ou neurose, ou o tornamos infeliz” (FREUD, 1930/2020, p. 118).

Por fim, a questão decisiva para a espécie humana “[...] é saber se, e em que medida, a sua evolução cultural poderá controlar as perturbações trazidas à vida em comum pelos instintos [pulsões] humanos de agressão e autodestruição” (FREUD, 1930/2020, p. 122). Nossa civilização é o nosso bem mais precioso, e acreditamos que seu desenvolvimento nos levará à excelência (FREUD, 1930/2020). Contudo, os seres humanos alcançaram um controle tão avançado sobre as forças da natureza que podem usá-las para se exterminarem completamente. Isso gera inquietação, infelicidade e medo. Nesse contexto, é necessário que a outra “potência celeste”, o eterno Eros, faça esforços para se afirmar na luta contra esse adversário imortal (FREUD, 1930/2020, p. 122). No entanto, Freud admite que é difícil prever o sucesso e o resultado dessa luta.

## **Terceiro Capítulo: Mal estar e acolhimento na transição para a vida adulta**

### **3.1 - Efeitos do sofrimento da juventude no laço social**

Em seu artigo sobre a saúde mental de jovens universitários: apontamentos sobre a parceria de trabalho entre a APP - PUC Minas e o BAPU de Rennes na França, Mendes (2019) aborda como o tema do sofrimento psíquico de jovens universitários tem ganhado destaque e vem sendo debatido em vários meios de comunicação. Isso pode ser justificado por estatísticas preocupantes associadas a vários casos representados nos veículos de comunicação de jovens que, devido ao grande sofrimento psíquico, passaram ao ato em uma atitude de desespero. Um exemplo nesse sentido, trazido por Mendes (2019) foi que, no dia 01 de agosto de 2018, o Jornal Folha de São Paulo apresentou uma matéria extensa noticiando a ocorrência de 4 suicídios em dois meses na Universidade de São Paulo (USP), o que fez com que a universidade criasse um escritório de Saúde Mental na instituição.

A preocupação com a saúde mental dos estudantes universitários não se encontra apenas no Brasil, outros países também demonstram necessidade de se aprofundarem no estudo de tal temática. Segundo Campos (2016 apud MENDES, 2019) os dados da OMS definem a juventude como a faixa etária dos 15 aos 29 anos. No entanto, essa delimitação é limitada quando se trata da clínica orientada pela escuta do sujeito. O autor argumenta que a questão do sujeito segue uma temporalidade diferente da cronológica. Além disso, La Sagna (2016 apud MENDES, 2019) afirma que existe um prolongamento da adolescência no mundo contemporâneo, cada vez mais encontramos sujeitos enfrentando indefinições e angústias devido a esse período tão complexo.

“Para a psicanálise, a adolescência corresponde ao modo como o sujeito vai se deparar com o desejo sexual e buscar um modo de saber fazer com ele. A adolescência designa um momento singular, um momento de transição que depende do tempo de cada um” (LACADÉE, 2016 apud MENDES, 2019, p. 55).

Na concepção freudiana da adolescência, ocorrem mudanças ao nível do corpo e das pulsões que precisam ser elaboradas. Em “*Tipos de desencadeamento da neurose*”, Freud (1912/2020) aponta o impacto do aumento da quantidade de libido na economia mental do

púbere. Esse aumento perturba o equilíbrio libidinal que pode desencadear uma neurose, caso não haja um trabalho psíquico que dê outros destinos à pulsão. Assim, o trabalho que se impõe na adolescência é o mais difícil e o mais doloroso, pois exige que ocorra a separação da autoridade parental e uma nova identificação para o jovem. Nesse tempo “Os conflitos são vividos intensamente porque o sujeito não dispõe de nenhuma resposta pronta frente à confusão pulsional que se apossa de seu corpo” (COELHO DOS SANTOS; ZEITOUNE, 2011, p. 94).

Freud (1905/2020) em “*Três Ensaio sobre a Teoria da Sexualidade*” também contribui com a temática acima ao descrever sobre a metamorfose da puberdade, remete a escolha do objeto orientado pela diferença sexual. Damásia (2016 apud MENDES, 2019, p. 56) complementa que: “[...] não podemos pensar que o que os jovens nos ensinam nos coloca diante de uma clínica que borra as estruturas clínicas, nos colocando a aprender um outro modo de fazer frente ao real”. Compete dizer também que Damásia (2016) afirma que os jovens da atualidade possuem uma enorme dificuldade de lidar com um “não saber”. Esse não saber se refere ao que está associado ao sintoma, mas que demonstra vulnerabilidade e oscilação nas balizas para a identificação simbólica. Além disso, fatores como o distanciamento da família de origem, incertezas em relação ao futuro e a crise existencial desse período de transição para a vida adulta são causas importantes que contribuem para o sofrimento dos jovens. Daniel Roy (2016) em uma entrevista para Jornada da EBP Minas Gerais, afirma que:

[...] que podemos dizer que em todas as épocas a juventude é uma espécie de placa sensível sobre a qual se imprimem as cristalizações do tempo, as diversas crises do simbólico, do imaginário e do real, crises que acarretam modificações dos modos de gozo. No fundo, a juventude é sempre a primeira a registrar os efeitos de uma época. Existe nela uma supremacia na captura do que muda. Portanto, não se trata de uma questão de idade (ROY, 2016, apud MENDES, 2019).

Mendes (2019) relata como temas como angústia, medo, insegurança e incerteza estão presentes nos variados discursos cotidianos. Para enfatizar essa realidade, cita Bauman (2007, p. 10), em seu livro “*Tempos líquidos*”, que usou a expressão “incerteza endêmica” para tentar representar esse contexto que gera tanto sofrimento. O sentimento de incerteza, medo, insegurança, angústia sempre estiveram presentes no social. Essa generalização da incerteza pode ser explicada por alguns fatores, como por exemplo, a pressão e cobrança sofrida pelos indivíduos, dos quais se espera que sejam capazes de responder por suas próprias escolhas.

Ao mesmo tempo, precisam fazer escolhas assertivas, mesmo sabendo que o caminho pode apresentar situações extremamente difíceis e instáveis.

Segundo Mendes (2019), a presença da incerteza não é algo novo, já que ser humano algum esteve protegido, em momento algum de nossa civilização, dos riscos em torno do viver. No entanto, parece que em algum momento da história os indivíduos se deixaram capturar por discursos positivistas voltados para o desenvolvimento cultural e se esqueceram dos riscos e consequências desse percurso. Assim, ao se depararem com situações que vão contra ao imperativo de felicidade e bem estar, os sujeitos encontram resistências. De acordo com Bauman: “O progresso civilizatório, que já teve em seu horizonte uma promessa de felicidade universalmente compartilhada e permanente, agora representa ameaça de uma mudança inexorável e inescapável. Caracteriza-se como um presságio de uma crise iminente” (MENDES, 2019, p. 57).

Ainda conforme a autora, o futuro é antecipado e contém uma visão negativa, que deixa os indivíduos ansiosos e preocupados, como se estivessem sofrendo uma constante ameaça de perigo. Bauman (2007) afirma que é possível entender que mesmo estando dormindo ou acordados, os pesadelos de “ser deixado para trás, de perder o trem, ou cair da janela de um veículo em rápida aceleração atordoam a vida dos indivíduos em nossa sociedade” (BAUMAN, 2007, p. 17).

Nesse contexto, Mendes (2019) afirma que muitos indivíduos buscam evitar serem capturados por tais dados de realidade. Assim, procuram alternativas que possam trazer algum tipo de segurança diante das incertezas ameaçadoras da vida e, de certa forma, até de um fatalismo anunciado. “O discurso da ciência, do controle dos corpos, via proteção de saúde e o mercado da seguridade mais as fórmulas publicitárias, que criam um simulacro da segurança, ganham cada vez mais espaço” (MENDES, 2019, p. 57). Desse modo, surge um método perigoso para lidar com a incerteza, uma tentativa de nos protegermos de tudo que gere insegurança, o que sabemos que são mecanismos falhos, pois não levam ao desaparecimento, nem muito menos a diminuição do medo, da incerteza, ou da angústia, mas somente os retroalimentam (BAUMAN, 2007).

O capitalismo de consumo enquanto imperativo de felicidade, como tem sido amplamente discutido por diversos autores, se oferece como uma promessa de resposta aos impasses de como eliminar o mal-estar da civilização. De acordo com Bauman (2007), vivemos em uma sociedade caracterizada pelo consumo desenfreado, em que a felicidade é frequentemente associada à aquisição de bens materiais. Nesse contexto, a busca pela

satisfação pessoal é incessante, levando as pessoas a acreditarem que a felicidade está diretamente ligada ao consumo e à posse de objetos.

Essa cultura do consumo e da felicidade material é criticada por Guiddens (2002), que destaca como o capitalismo de consumo enfraquece as relações sociais e afetivas, substituindo-as por relações baseadas no consumo e na busca individual pela felicidade. O autor ressalta que o consumismo excessivo contribui para a fragmentação da sociedade e para a perda do sentido de comunidade e de solidariedade. Em suma, o capitalismo de consumo enquanto imperativo de felicidade influencia profundamente nossa sociedade, moldando nossos desejos e aspirações. No entanto, é importante questionar essa lógica e refletir sobre o verdadeiro significado da felicidade. Como apontado pelos autores citados, a busca desenfreada por bens materiais muitas vezes leva a uma insatisfação constante e à perda de valores essenciais para relações humanas. E, como Freud (1930/2020) aponta, cada um precisa encontrar aquilo que proporciona felicidade.

Ainda nesse contexto, segundo Debord (1997), o capitalismo de consumo cria uma sociedade do espetáculo, em que a felicidade é constantemente apresentada e vendida através da mídia e da publicidade. As imagens veiculadas nessas mídias criam um ideal de vida feliz e bem-sucedida, associado ao consumo de determinados produtos. Dessa forma, os jovens são incentivados a adquirir cada vez mais bens materiais na busca por essa felicidade ilusória. Nessa lógica capitalista, os sujeitos muitas vezes não conseguem colocar limites diante da criação desses ideais, devido a um período de fragilidade. Percebemos que como destino para a pulsão, os sujeitos se tornam mais vulneráveis a esses discursos que promovem atos compulsivos enquanto meio de lidar com o mal-estar e a dificuldade de elaborar a falta e o desamparo. É sabido que tais mecanismos de tentativas de defesas são falhos, já que o mal-estar é inerente à constituição humana.

É possível notar, no entanto, com base na experiência cotidiana das variadas práticas clínicas, referidas às urgências subjetivas, que nelas devemos agregar as patologias de consumo, as compulsões, os transtornos alimentares, bem como a desregulação do humor, as dificuldades com a diferença sexual também nas demandas vinculadas às urgências clínicas (MACEDO, L. et al, 2010). Além disso, Jacques Munier, acrescenta outras urgências subjetivas ligadas a comportamentos de risco como a toxicomania, o alcoolismo, a velocidade nas estradas, as tentativas de suicídio, os transtornos alimentares, as fugas, entre outros. Philippe Lacadée afirma o quanto a clínica analítica contribui para que os sujeitos possam elaborar parte destes comportamentos ditos de violência, que estão presentes nesse momento de transição da adolescência. Questiona por que, em um determinado momento, o adolescente

não tem recursos simbólico para escolher outros caminhos que não seja passar ao ato, e deixa ser capturado por esta atração da pulsão que visa a satisfação a todo custo e se realiza diretamente. Como se assim pudesse se expressar de forma mais autêntica do que com as palavras, ou alcançar a satisfação, a felicidade esperada.

De acordo com Santos e Zeitouné (2011), a adolescência representa um período em que esses indivíduos sentem uma maior pressão das exigências sexuais, assim precisam enfrentar um excedente de sensações até então desconhecidas e que não conseguem traduzir em palavras. Dessa forma, para dar algum contorno a esse excedente pulsional, muitas vezes esses sujeitos optam por uma postura mais agressiva e passam ao ato. Santos e Zeitouné acrescentam que:

[...] o sintoma neurótico no mundo contemporâneo revela uma resposta insuficiente para localizar a pulsão no campo do desejo sexual. No lugar do sintoma, isto é, do recalçamento do desejo sexual, surgem as chamadas “patologias do ato”: toxicomanias, atos infracionais, violência, bulimias, anorexias etc (COELHO DOS SANTOS; ZEITOUNE, 2011, pg. 87).

A definição de uma experiência traumática se estende a qualquer experiência que comporte o encontro com um risco importante para a segurança ou saúde do indivíduo. (LAURENT, 2004). Nesse contexto, as instituições de saúde, saúde mental, dentre outras, como as universidades, atualmente, são cada vez mais atravessadas pelo que é chamado de urgência, que exige das instituições e profissionais respostas rápidas e eficazes, sob o risco do sujeito atentar contra si próprio ou outrem (SOTELO, M.; BELAGA, G. 2008).

Philippe Lacadée, ao se questionar pelo o que o sujeito é pressionado, afirma que o sujeito é pressionado pela pulsão. Algo se agita nele, mas ao mesmo tempo age sobre o mesmo. Afirma que é necessário oferecer aos adolescentes lugares de acolhimento e conversação, onde eles possam nomear seus sentimentos, traduzir suas sensações nessa delicada transição. Faz referência à “*Carta 46*”, endereçada por Freud a Fliess, quando aquele afirma que: “O excedente sexual impede a tradução [em imagens verbais]” (1956, p. 145). Ou seja, “todo excedente de sensações, de tensões impede uma tradução em significantes, é o que diríamos com Lacan, onde Freud fala de imagens verbais” (LACADÉE, 2007). Passando de uma palavra à outra, o sujeito pode conseguir se separar do que estava querendo aparecer em ato, e aos poucos elaborando toda essa fonte de angústia e sofrimento que envolve o crescer. Dessa forma, o autor diz que é preciso mediar a relação tão brutal que é a transição para a vida adulta, para isso é essencial promover o desejo desses sujeitos pela vida e oferecer-lhes

suporte e acolhimento em um período em que os mesmos são afetados pelas condições de seu desenvolvimento.

Mendes (2019) enfatiza que as universidades necessitam enfrentar o desafio de oferecer um dispositivo de acolhimento para as urgências subjetivas que surgem no contexto universitário. Esse dispositivo deve acolher e não se constituir enquanto um tratamento contínuo, devido a sua natureza e limitações de uma instituição universitária na oferta deste tipo de tratamento como também pelo fato da universidade não poder se instituir como Outro que tudo oferece e sabe. Sugere que esses dispositivos devem visar acolher a urgência subjetiva no contexto da universidade e, posteriormente, encaminhar para a rede de saúde mental do território sujeito, assim o mesmo poderá ser atendido por profissionais capacitados externos ao contexto da universidade. Para finalizar, cabe ressaltar que a autora destaca que o desafio atual referente à saúde mental dos jovens universitários deverá ser enfrentado e acolhido pelas universidades, para que sejamos comprometidos com o que nos concerne em nosso tempo.

### **3.2 - A importância de dispositivos de acolhimento em saúde mental**

A importância de dispositivos de acolhimento em saúde mental tem sido amplamente discutida por diversos autores. Oferecer equipamentos de proteção social constituem formas de cuidado da saúde pública que não negam as implicações da realidade que geram sofrimento, pelo contrário, reconhecem a função do estado no laço social. Fernando Tenório, reconhecido pesquisador na área da saúde mental, ressalta, dessa forma, a importância da Rede de Atenção Psicossocial (RAPS) como um dispositivo que amplia a oferta de cuidados, descentraliza os serviços e favorece a inclusão social das pessoas em sofrimento psíquico (TENÓRIO, 2017). Nesse sentido, a Rede de Atenção Psicossocial (RAPS) se destaca como uma estratégia organizacional que visa promover a assistência em saúde mental de forma descentralizada e integrada.

Paulo Amarantes, em seu livro *“Saúde Mental e Atenção Psicossocial”* (2007), destaca que a RAPS é composta por diferentes dispositivos que visam atender às necessidades específicas dos usuários, promovendo a inclusão social e a garantia de direitos. Entre os dispositivos da RAPS, destacam-se os Centros de Atenção Psicossocial (CAPS), que oferecem atendimento diário e contínuo a pessoas com transtornos mentais severos e

persistentes. Trata-se de um espaço de acolhimento, trocas e cuidado. Com uma equipe multiprofissional, realizam-se atividades diversas. Nesse espaço as pessoas recebem um cuidado para além de consultas e remédios, fazem oficinas diversas, participam de grupos terapêuticos, entre outros.

Além disso, há os Serviços Residenciais Terapêuticos (SRT), que buscam promover a reinserção social de pessoas em sofrimento psíquico por meio da moradia assistida. Pode-se citar, também, os Núcleos de Apoio à Saúde da Família (NASF) como dispositivos importantes na atenção à saúde mental. Esses núcleos atuam junto às equipes de saúde da família, fornecendo suporte técnico e especializado para lidar com as demandas específicas da população. Já os ambulatórios de saúde mental desempenham um papel crucial na promoção do bem-estar psicológico e na abordagem de questões relacionadas à saúde mental. Esses centros representam espaços acessíveis e especializados, onde indivíduos podem receber acolhimento para seu sofrimento psíquico. Além disso, os ambulatórios oferecem suporte contínuo por meio de serviços de acompanhamento e terapias, contribuindo para a prevenção de crises e a manutenção da estabilidade emocional. A presença de profissionais de saúde mental qualificados, como psicólogos, psiquiatras, assistentes sociais, entre outros, facilita a construção de relações terapêuticas e a personalização do cuidado de acordo com as necessidades individuais. Dessa forma, os ambulatórios em saúde mental desempenham um papel fundamental na construção de uma sociedade mais saudável.

Outro dispositivo presente na RAPS é o Centro de Convivência e Cultura, que proporciona atividades recreativas, culturais e de convivência para os usuários, promovendo a construção de vínculos sociais e o fortalecimento de suas redes de apoio. Além disso, a RAPS conta com os Consultórios na Rua, que levam atendimento em saúde mental para pessoas em situação de rua, garantindo o acesso aos serviços de saúde. A implantação desses dispositivos de acolhimento é essencial para promover a humanização e a integralidade do cuidado em saúde mental. Conforme apontado por Amarantes, outro renomado pesquisador no campo da saúde mental, existe a necessidade de uma atenção psicossocial que vá além do modelo médico tradicional, valorizando as redes de apoio social e comunitário (AMARANTES, 1995).

Esses dispositivos contribuem para a superação do modelo hospitalocêntrico e favorecem a participação ativa dos usuários na construção de seu próprio projeto terapêutico. A existência desses dispositivos de acolhimento, como os presentes na RAPS, é fundamental para garantir uma abordagem ampliada e qualificada em saúde mental. Através desses

dispositivos, é possível promover o cuidado integral, a inclusão social e o fortalecimento dos usuários, contribuindo para uma sociedade mais inclusiva e humanizada.

Minha experiência enquanto estagiária de psicologia e, posteriormente, como trabalhadora do Sistema Único de Saúde (SUS), mais especificamente em um Centro de Atenção Psicossocial (CAPS II), me fez refletir o quanto a saúde pública se faz necessária. E, em se tratando de saúde mental, o quanto a Rede de Atenção Psicossocial (RAPS) é fundamental. Cabe lembrar que a RAPS vem sendo construída a partir da lógica da reforma psiquiátrica (2001) que prevê um cuidado em rede. Segundo o Ministério da Saúde, em sua Portaria Nº 3.088, de 23 de dezembro de 2011, a RAPS é um conjunto de diferentes serviços disponíveis nas cidades e comunidades, que articulados formam uma rede que deve ser capaz de cuidar das pessoas com transtornos mentais e com problemas em decorrência do uso de drogas, bem como a seus familiares, nas suas diferentes necessidades (Portaria Nº 3.088, 2011).

Em um país como o Brasil, em que sua população é majoritariamente pobre, o Sistema Único de Saúde (SUS) é o único acesso à saúde que essa parcela da sociedade pode contar. E mesmo com toda a sua precariedade, podemos afirmar o quanto esse dispositivo de saúde salva vidas e deve ser valorizado. Nesse sentido, é preciso haver um maior investimento no SUS de forma geral, mas nesse primeiro momento, gostaria de voltar a atenção para a RAPS que infelizmente tem recebido menos repasse de verba a cada ano, resultando em uma menor cobertura da assistência. Pude perceber o quanto é necessário abrir mais dispositivos como os referidos acima. Por serem equipamentos abertos ao público de forma geral, aparecem pessoas com queixas e demandas diversas.

Uma boa parcela desses indivíduos se encontram em grande sofrimento e não têm onde recorrer para além do serviço público. O grande problema é que a demanda vai muito além da oferta. Assim, infelizmente existe uma fila de espera por atendimentos, principalmente se houver a necessidade de encaminhamento para os ambulatórios de saúde mental. Existem muitos outros problemas que dificultam a fluidez da estrutura da RAPS, como número de profissionais e dispositivos insuficientes, salários baixos, falta de instrumentos, condições de trabalho, entre outros. Quem sabe em um outro momento venha me dedicar sobre essas temáticas, mas, nesse trabalho de conclusão de curso, gostaria de enfatizar mais uma vez a importância de investir e valorizar equipamentos voltados para o cuidado da saúde mental. Afinal, como Freud (1930/2020) exemplificou muito bem, as doenças psíquicas causam tanto sofrimento quanto qualquer outro tipo de enfermidade, como,

por exemplo, a tuberculose. Além disso, afirma a importância de juntar auxílio psíquico e apoio material no intuito de proporcionar pulsão de vida para aqueles que sofrem.

Conectando com a temática do sofrimento dos jovens universitários, cabe ressaltar também a importância de serem fundados dispositivos de acolhimento em saúde mental para a população jovem. De acordo com Mendes et al. (2020), o período da juventude é marcado por diversas transformações e desafios psicossociais, tornando crucial a existência de espaços de acolhimento que possam atender às demandas específicas desse grupo. Segundo Malajovich et al., (2017), os dispositivos de acolhimento são essenciais para oferecer suporte emocional, orientação e acompanhamento aos jovens em questões relacionadas à saúde mental. Esses dispositivos têm como objetivo proporcionar um ambiente acolhedor, onde os jovens possam se sentir seguros para expressar suas angústias, medos e incertezas.

A presença desses dispositivos de acolhimento é fundamental para proporcionar um ambiente propício à escuta, ao acolhimento e ao apoio necessário para os jovens enfrentarem os desafios relacionados à saúde mental. Como ressaltado por Malajovich et al., (2017), é importante que os serviços de saúde mental sejam acessíveis e adaptados às demandas específicas da população jovem, considerando suas singularidades e necessidades. Ademais, a existência de dispositivos de acolhimento em saúde mental direcionados à população de forma geral é de suma importância para garantir um cuidado adequado, promover o bem-estar e prevenir o agravamento de transtornos mentais. Através desses dispositivos, é possível oferecer suporte emocional, orientações, encaminhamentos, entre outros, que podem contribuir para os sujeitos lidarem com os desafios da vida, com base no modelo de cuidado biopsicossocial.

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

Este trabalho visou pesquisar sobre o sofrimento psíquico na cultura e os seus desdobramentos, no primeiro capítulo busquei refletir sobre pontos como a intensa e produtiva atividade cultural nos dias atuais, ainda gera consequências. Podemos dizer que vivemos em um contexto em que uma parcela significativa de pessoas não têm conseguido conservar sua saúde e eficiência. E como os discursos voltados para a valorização da produtividade e da eficiência tem apagado para muitos a consideração pela saúde e pela vida.

Mostramos a influência da moral sexual ocidental enquanto produtora de numerosos prejuízos, embora reconheçamos plenamente sua vigorosa atuação no desenvolvimento da civilização. Vimos também o que Freud (1908/1996) relata sobre o quanto o excesso de recalque dos impulsos sexuais pode ser patogênico, contribuindo para o surgimento das chamadas psiconeuroses.

O desenvolvimento cultural contribuiu para a mudança das relações dos indivíduos com inúmeras áreas que atravessam a vida dos seres humanos. Como foi apontado anteriormente, as pessoas buscam cada vez mais por prazeres materiais, por um padrão de vida que até então não era conhecido, necessário e compartilhado. A sociedade atual expressa um descontentamento perigoso, utilizam parâmetros de felicidade voltados a bens materiais e se esquecem do que Freud (1930/2020) nomeia como “autênticos valores da vida”. Diante da complexidade da vida, sendo composta por várias adversidades, vimos a necessidade dos “paliativos” contra o mal estar. Existem três recursos que atuam como esses paliativos: “[...] poderosas diversões, que nos permitem fazer pouco de nossa miséria, gratificações substitutivas, que a diminuem, e substâncias inebriantes, que nos tornam insensíveis a ela” (FREUD, 1930/2020, p. 28).

No segundo capítulo, debatemos o quanto é perigosa a ideia compartilhada no senso comum a respeito da felicidade, principalmente quando essa conceituação é atravessada por possibilidades infinitas e duradouras. Afinal, vale lembrar o quanto “nossas possibilidades de felicidade são restringidas por nossa constituição” (FREUD, 1930/2020, p. 30-31). Dessa forma, é importante que sejamos mais cautelosos e maduros ao ouvirmos discursos que propagam uma felicidade sem limites, a todo momento e a qualquer custo. Destacamos o que Freud (1930/2020) traz sobre as ameaças do sofrer, do próprio corpo, do mundo externo e das relações com os outros seres humanos. Pontuamos sobre outros destinos para a satisfação pulsional, já que existem inúmeros métodos pelos quais os homens se esforçam em obter a felicidade e manter à distância o sofrer (FREUD, 1930/2020). Descrevemos sobre algumas

fontes responsáveis pelo sofrimento humano que impedem um estado de felicidade contínua. Essas fontes seriam: “[...] a prepotência da natureza, a fragilidade de nosso corpo e a insuficiência das normas que regulam os vínculos humanos na família, no Estado e na sociedade” (FREUD, 1930/2020, p. 43).

Apresentamos a relação do capitalismo de consumo enquanto imperativo de felicidade, se oferecendo como uma promessa de resposta aos impasses de como eliminar o mal-estar da civilização. Concluimos sobre o tópico, com a passagem de Freud (1930/2020), que a felicidade é algo inteiramente subjetivo e que a civilização serve para dois fins: “[...] a proteção do homem contra a natureza e a regulamentação dos vínculos dos homens entre si” (FREUD, 1930/2020, p. 49). Acrescenta-se que de acordo com o autor, o homem primitivo estava em uma situação melhor, pois não conhecia tantas restrições à descarga da pulsão, porém não tinha segurança de desfrutar da felicidade por muito tempo. “[...] O homem civilizado trocou um tanto de felicidade por um tanto de segurança” (FREUD, 1930/2020, p. 82).

Comentamos sobre o sentimento de culpa que surge como reação à agressividade, à voracidade da pulsão na busca pela satisfação (FREUD, 1930/2020). “À tensão entre o rigoroso Super-eu e o Eu a ele submetido chamamos consciência de culpa; que se manifesta como necessidade de punição” (FREUD, 1930/2020, p. 92). Identificamos as duas origens para o sentimento de culpa: “[...] o medo da autoridade e, posteriormente, o medo diante do Super-eu” (FREUD, 1930/2020, p. 97). Por fim, trouxemos o questionamento de Freud a respeito de “[...] saber se, e em que medida, a evolução cultural poderá controlar as perturbações trazidas à vida em comum pelos instintos [pulsões] humanos de agressão e autodestruição” (FREUD, 1930/2020, p. 122). Já que nossa civilização é o nosso bem mais precioso, e acreditamos que seu desenvolvimento nos levará à excelência (FREUD, 1930/2020). Contudo, os seres humanos alcançaram um controle tão avançado sobre as forças da natureza que podem usá-las para se exterminarem completamente. Isso gera inquietação, infelicidade e medo. Nesse contexto, é necessário que a outra “potência celeste”, o eterno Eros, faça esforços para se afirmar na luta contra esse adversário imortal (FREUD, 1930/2020, p. 122). No entanto, Freud admite que é difícil prever o sucesso e o resultado dessa luta.

Não menos importante, no terceiro capítulo, discutimos sobre a necessidade das universidades ofertarem dispositivos de acolhimento para as urgências subjetivas que surgem no contexto universitário. Já que a transição para a vida adulta é um período complicado, composto por indefinições e angústias, o sujeito vai se deparar com o desejo sexual e buscar

um modo de saber fazer com ele. Além disso, comentamos sobre o papel dos dispositivos de acolhimento em saúde mental, ao ofertar equipamentos de proteção social que não negam as implicações da realidade que geram sofrimento, pelo contrário, reconhece a função do estado no laço social. Para embasar tal temática, citamos autores como Fernando Tenório, reconhecido pesquisador na área da saúde mental, que ressalta, dessa forma, a importância da Rede de Atenção Psicossocial (RAPS) como um dispositivo que amplia a oferta de cuidados, descentraliza os serviços e favorece a inclusão social das pessoas em sofrimento psíquico (TENÓRIO, 2017). Nesse sentido, a Rede de Atenção Psicossocial (RAPS) se destaca como uma estratégia organizacional que visa promover a assistência em saúde mental de forma descentralizada e integrada.

Com a elaboração deste trabalho pude refletir sobre muitas temáticas que atravessam o sofrimento humano, percebi que são questões mais complexas do que eu imaginava. A cada leitura feita me deparava com um saber novo que me movia a aprender mais, tocava no meu desejo por conhecimento. Tenho convicção que minha escrita representa apenas uma pequena parte de muitas questões que perpassam a temática desenvolvida, mas fiquei feliz ao tocar em pontos importantes. Saio dessa escrita diferente, em outro ponto de onde comecei. Associar a teoria com a prática clínica me deu mais leveza ao escrever, além de poder compartilhar pontos que achava interessante e faziam sentido para mim naquele momento. Aprendi muito, em vários aspectos, desde teoria psicanalítica, saúde mental, até normas da abnt. Percebi que o tempo passa rápido e que melhor do que planejar é executar, pois as ideias surgem enquanto você escreve e os pensamentos voam, por isso cabe colocá-los no papel. Finalizo minha escrita com o sentimento de que sei muito pouco e existe muito a aprender. Saio desejosa por continuar estudando essa e outras temáticas.

Realizar o Trabalho de Conclusão de Curso (TCC) desempenhou um papel importante em minha formação acadêmica, pois permitiu-me aprofundar-me na temática e desenvolver habilidades de pesquisa e escrita científica. No campo da psicologia, é de extrema relevância estudar o sofrimento psíquico na cultura e alguns possíveis desdobramentos, uma vez que a compreensão desses fenômenos contribui para a promoção do bem-estar individual e coletivo. Ao analisar o sofrimento psíquico no contexto das relações sociais, pudemos investigar os fatores que contribuem para seu surgimento, manifestações e consequências, buscando, assim, desenvolver estratégias de intervenção e prevenção adequadas. Além disso, o estudo desse tema permite ampliar o conhecimento científico e contribuir para a construção de uma sociedade mais saudável e acolhedora.

A existência de dispositivos de acolhimento do sofrimento psíquico é de suma importância e relevância na sociedade atual. O sofrimento psíquico é uma realidade enfrentada por muitas pessoas, e ter acesso a espaços que ofereçam acolhimento e suporte é fundamental para a promoção da saúde mental e o bem-estar individual e coletivo. Tais dispositivos se propõem a oferecer um ambiente seguro e acolhedor, onde os indivíduos possam expressar suas angústias, compartilhar suas experiências e buscar ajuda profissional adequada. Além disso, também desempenham um papel importante na desestigmatização do sofrimento psíquico, ao reconhecerem e valorizarem a complexidade e singularidade das vivências de cada pessoa.

Com esse trabalho aprendi que estar na cultura envolve sofrimento psíquico, afinal como apontamos anteriormente muitos são os fatores que atravessam o viver em comunidade. Porém, pude perceber que a temática em torno do sofrimento humano é mais complexa, já que ela advém da nossa constituição humana. Dessa forma, por mais que fosse possível anular as intempéries de estar no social, ainda assim sofreríamos, pois o desamparo é estrutural. Além disso, quando tocamos no que concerne à renúncia pulsional sem limites, estamos falando de um além do princípio do prazer, que age a partir da pulsão de morte em busca de um gozo sem precedentes.

Ademais, pude compreender melhor o papel das compulsões enquanto forma de tamponar o mal estar e dar algum contorno ao sofrimento psíquico. Essas compulsões muitas das vezes se manifestam por meio da passagem ao ato, toxicomania, o alcoolismo, a velocidade nas estradas, as tentativas de suicídio, os transtornos alimentares, as fugas, que evidenciam o sentimento inconsciente de culpa e a necessidade de punição. Nesses casos, o sujeito em uma tentativa desesperadora busca alternativas primitivas para lidar com a intensa angústia. Outras formas contemporâneas de lidar com o mal estar consistem em uma busca excessiva pela felicidade através de hiperprodutividade, culto ao corpo perfeito, consumismo, amor idealizado, entre outros.

Gostaria de pontuar a importância de espaços para o sujeito conseguir nomear o seu sofrimento de forma a diluir o mal estar, para que o mesmo não opte por caminhos da autodestruição. É preciso proporcionar dispositivos de acolhimento gratuitos para que todos tenham a oportunidade de conseguir dar um novo destino para suas pulsões de morte. Afinal, o sofrimento psíquico pode ser tão doloroso como qualquer outra patologia, como por exemplo a tuberculose. Dessa forma, acredito que o espaço terapêutico pode contribuir oferecendo escuta ao sujeito para elaborar suas questões e sustentar o seu desejo pela vida.

Tais considerações só me foram possíveis graças ao desenvolvimento desse trabalho, me permitindo ver o quanto é preciso ter cautela diante de certas conclusões e que as causas dos fenômenos são mais complexas do que parecem. Assim, sigo com o meu desejo e interesse em continuar estudando essas e outras temáticas que me despertam enquanto sujeito.

## REFERÊNCIAS

ACSELRAD, M.; VALE, F. C. (2018) A representação social da felicidade e a sociedade de consumo na visão de jovens universitários. **Revista Pesquisas e Práticas Psicossociais**, v. 13, n. 1, p. 1-13, 2018.

AMARANTE, P. (1995). **Loucos pela Vida: A Trajetória da Reforma Psiquiátrica no Brasil**. Rio de Janeiro: Editora Fiocruz, 1995.

AMARANTE, P. (2007). **Saúde mental e atenção psicossocial**. Rio de Janeiro: SciELO-Editora FIOCRUZ, 2007.

BAUMAN, Z. (2007). **Vida para consumo: A transformação das pessoas em mercadoria**. Rio de Janeiro: Zahar, 2007.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Portaria nº 3.088, de 23 de dezembro de 2011**. Diário Oficial da União, Brasília, DF, 23 dez. 2011. Disponível em: [https://bvsmms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/gm/2011/prt3088\\_23\\_12\\_2011\\_rep.html](https://bvsmms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/gm/2011/prt3088_23_12_2011_rep.html). Acesso em: 01 de jul. 2023.

COELHO DOS SANTOS, T. ; ZEITOUNE, C. M. (2011). Amor, impasses da sexuação e ato infracional na adolescência. **Tempo psicanalítico**, v. 43, n. 1, p. 85-108, 2011.

DEBORD, G. (1997). **A sociedade do espetáculo**. Rio de Janeiro: Contraponto, 1997.

FIGUEIREDO, A. C. (2004) A construção do caso clínico: uma contribuição da psicanálise à psicopatologia e à saúde mental. **Revista latinoamericana de psicopatologia fundamental**, v. 7, p. 75-86, 2004.

FREUD, S. (1905). Três ensaios sobre a teoria da sexualidade. In: FREUD, S. **Três ensaios sobre a teoria da sexualidade, análise fragmentária de uma histeria (“O caso Dora”) e outros textos**. São Paulo: Companhia das Letras, 2020, v. 6, p. 20-172.

FREUD, S. (1908). Moral sexual civilizada e doença nervosa moderna. In: FREUD, S. **Gradiva de Jensen e outros trabalhos (1906-1908)**. Edição Standard Brasileira das Obras

Psicológicas Completas de Sigmund Freud. Rio de Janeiro: Imago, 1996. v. 9 p. 97-111 do pdf.

FREUD, S. (1912). Tipos de Adoecimento Neurótico. In: FREUD, S. **Observações Psicanalíticas Sobre um Caso de Paranoia Relatado em Autobiografia (“O Caso Schreber”), Artigos Sobre Técnica e outros textos (1911-1913)**. Trad. Paulo César Souza. São Paulo: Companhia das Letras, 2020, v. 10, p. 229.

FREUD, S. (1912-1913). Totem e Tabu. In: FREUD, S. **Totem e Tabu, Contribuição à História do Movimento Psicanalítico e outros textos (1912-1914)**. Trad. Paulo César de Souza. São Paulo: Companhia das Letras, 2020, v. 11, p. 14-244.

FREUD, S. (1914). Introdução ao narcisismo. In: FREUD, S. **Introdução ao Narcisismo, Ensaios de Metapsicologia e outros textos (1914-1916)**. São Paulo: Companhia das Letras, 2020, v. 12, p. 14-50.

FREUD, S. (1915). Os Instintos e seus Destinos. In: FREUD, S. **Introdução ao Narcisismo, Ensaios de Metapsicologia e outros textos (1914-1916)**. Trad. Paulo César de Souza. São Paulo: Companhia das Letras, 2019, v. 12, p. 51-81.

FREUD, S. (1919). Caminhos da Terapia Psicanalítica. In: FREUD, S. **História de uma Neurose Infantil (“O Homem dos Lobos”), Além do Princípio do Prazer e outros textos (1917-1920)**. Trad. Paulo César de Souza. São Paulo: Companhia das Letras, 2020, v. 14, p. 279-292.

FREUD, S. (1920). Além do Princípio do Prazer. In: FREUD, S. **História de uma Neurose Infantil (“O Homem dos Lobos”), Além do Princípio do Prazer e outros textos (1917-1920)**. Trad. Paulo César de Souza. São Paulo: Companhia das Letras, 2020, v. 14, p. 161-239.

FREUD, S. (1933). Nova Conferência 31: A Dissecção da Personalidade Psíquica. In: FREUD, S. **Novas Conferências Introdutórias à Psicanálise (1933)**. In: FREUD, S. **O Mal-Estar na Civilização, Novas Conferências Introdutórias à Psicanálise e outros textos (1930-1936)**. Trad. Paulo César de Souza. São Paulo: Companhia das Letras, 2020, v. 18, p. 192-223.

FROMM, E. (2010). **Ter ou ser?** Rio de Janeiro: Zahar, 2010.

GUIDDENS, A. (2002). **Modernidade e identidade.** Rio de Janeiro: Zahar, 2002.

LACADÉE, P. (2007). A Passagem ao Ato nos Adolescentes. In: **Revista aSEPHallus**. vol. 2, nº 4. Trad. Kátia Danemberg; Simone Bianchi. Originalmente publicado em: La Cause freudienne: Nouvelle Revue de Psychanalyse. Paris: Navarin Editeur, n. 65, p. 219-226.

MALAJOVICH, N. et al. (2017). A juventude universitária na contemporaneidade: a construção de um serviço de atenção em saúde mental para estudantes. In: **Mental**. Barbacena: Mental, v. 11, n. 21, p. 356-377, dez. 2017. Disponível em: [http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1679-44272017000200005&lng=pt&nrm=iso](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1679-44272017000200005&lng=pt&nrm=iso)>. acessos em 01 jul. 2023.

MENDES, A. A. (2019) A saúde mental de jovens universitários: apontamentos sobre a parceria de trabalho entre a app–Puc Minas e o Bapu de Rennes na França. **Pretextos-Revista da Graduação em Psicologia da PUC Minas**, v. 4, n. 7, p. 50-60, 2019.

TENÓRIO, F. (2017). **A RAPS em Debate: Dispositivos e Práticas para Além dos Muros.** São Paulo: Editora Hucitec, 2017.