

FRUSTRAÇÃO EM UM MUNDO CONTEMPORANEO

FRUSTRATION IN A CONTEMPORARY WORLD

¹LABS, F.S.F; ²OLIVEIRA, F. S.

^{1e2}Departamento do Curso de Psicologia – Faculdades Integradas de Ourinhos-FIO/FEMM

RESUMO

O presente trabalho tem por objetivo apresentar como se encontram as relações interpessoais no contexto contemporâneo, individualismo exacerbado, pelo uso da tecnologia em relação aos relacionamentos, seja eles amorosos ou de amizade. O papel da psicoterapia de base analítica, assim como lidamos com a frustração, não encarada hoje em dia, muitas vezes se “esconde ou mascara”, utilizando substância químicas, farmacológicas, para lidar com algo que não podemos fugir, procurando soluções rápidas e o sentimento de impotência perante situações cotidianas de sofrimento. Vivemos cotidianamente problemas, seja em casa ou no trabalho, fazendo o relacionamento humano cheio de altos e baixos; na atualidade, a falta de tempo para si, falta de tempo para pensar nos problemas ou até mesmo de procurar ajuda psicológica, queremos soluções rápidas, e procuramos somente prazer, sentir dor, ficar triste não é mas para o mundo atual, não sabemos lidar com a frustração e com a impotência. Mostrando no desenvolver do trabalho a importância da psicoterapia de base analítica para lidar com questões subjetivas de sofrimento e frustração na contemporaneidade.

Palavras-chave: Contemporaneidade. Psicoterapia psicanalítica. Frustração.

ABSTRACT

This study aims to present as are the interpersonal relationships in the contemporary context, exacerbated individualism, the use of technology in relation to relationships, whether they love or friendship. The role of psychotherapy analytical basis as well as deal with the frustration, not seen today, often "hides or masks" using chemical substance, pharmacologic, to deal with something that we can not escape, looking for quick fixes and feeling of powerlessness everyday situations of suffering. We live daily problems, whether at home or at work, making the human relationship full of ups and downs; at present, the lack of time for themselves, lack of time to think about the problems or even to seek psychological help, we want quick solutions, and seek only pleasure, pain, sad is not but the world today, do not know how to deal with frustration and impotence. Showing the development work the importance of the analytical basis of psychotherapy to deal with subjective questions of suffering and frustration nowadays.

Keywords: Contemporaneity. Psychoanalytic psychotherapy . Frustration.

INTRODUÇÃO

Nos dias atuais a psicoterapia de base analítica faz parte das possibilidades de tratamento de praticamente todos os sofrimentos psíquicos, além de ser reconhecidamente eficaz no auxílio a pessoas que estejam passando por problemas emocionais, tendo com o objetivo tratar, problemas psíquicos ou de natureza emocional promovendo o crescimento e desenvolvendo da personalidade.

A contemporaneidade, por meio da ideia de que a razão pode explicar tudo e que a evolução tecnológica e o progresso científico podem trazer a felicidade, gerou uma sociedade que valoriza o consumo, a superficialidade, nega a finitude e evita o tédio a qualquer custo, buscando o prazer desenfreado e imediato, gerando frustrações e impotência na maioria das vezes. (GIOVANETTI, 2010).

As pessoas tendem a buscar resolver problemas de fundo emocional de forma rápida, o que muitas vezes não facilita o trabalho do psicoterapeuta. Segundo a Psicanálise, o sofrimento psíquico não é algo somente consciente, muitas questões inconscientes, portanto, serão trabalhadas no decorrer do tratamento. A identidade do indivíduo é sobretudo fruto de uma luta entre os elementos conscientes e inconscientes. Os processos inconscientes ressoam no consciente, produzindo significados, ao narrar seu autoconceito, o indivíduo se organiza. (CHODOROW, 1989).

Sendo assim, a pesquisa em questão, busca ilustrar através de pesquisas bibliográficas, buscando embasamento teórico para situar o contexto atual da nossa sociedade, apresentando alguns resultados encontrados em pesquisas recentes em relação aos indivíduos e relacionamentos, com o intuito de contribuir para a ampliação do conhecimento no âmbito da psicoterapia de base analítica. Dessa forma, para analisar tendo como principal referencial bibliográfico Zygmunt Bauman; perspicaz analista dos fatos cotidianos, o sociólogo tem vasta obra sobre temas contemporâneos, com destaque para o best-seller *Amor líquido*, fundamental para a compreensão das relações afetivas no mundo atual.

CONTEMPORANEIDADE E PSICOTERAPIA

Psicoterapia consiste em um termo amplo e pode ser abordado a partir de uma variedade imensa de ângulo ou perspectiva, abordaremos a psicoterapia de base analítica, que inclui a própria psicanálise como uma forma de psicoterapia. Freud (1905 [1904]/ 1996) em seu livro “Um caso de Histeria”, sobre a psicoterapia destaca que de modo algum é um procedimento terapêutico moderno, é um procedimento antigo, há muitas espécies de psicoterapias e várias maneiras de se praticar, todas as psicoterapias que tem como meta recuperação são consideradas boas, não menospreza nenhum método e utilizaria todos os métodos mais em condições apropriadas para tal.

Em decorrência de minha participação na criação dessa terapia, sinto-me pessoalmente obrigado a me dedicar a explorá-la e a construir sua técnica. Posso asseverar que o método analítico de psicoterapia é o mais penetrante, o que chega mais longe, aquele pelo qual se consegue a transformação mais ampla do doente. Abandonando por um momento o ponto de vista terapêutico, posso acrescentar em favor desse método que ele é o mais interessante, o único que nos ensina algo sobre a gênese e a interação dos fenômenos patológicos. (FREUD, [1901-1905]/ 1996, p. 158).

Freud ([1905-1904]/ 1996) além de contribuir para a criação dessa terapia destaca que a psicoterapia analítica não surge com a intenção de acrescentar nada novo, mas trazer algo para fora, preocupando com as gêneses dos sintomas patológico, em uma de suas peculiaridades, a psicoterapia de base analítica destaca ser um tratamento que não visa rapidez dos resultados, trazendo várias perspectivas tanto para o psicoterapeuta quanto para o paciente, necessitando da sinceridade total de ambos, conseguindo mais resultados do que com um método breve e fácil.

No início a psicoterapia era idêntica à Psicanalise, exceto pelo hipnotismo que era considerado método terapêutico, podendo dizer que a Psicanalise era uma forma de psicoterapia, para Renato Mezan (1996) umas das diferenças fundamentais entre a psicanalise e as terapias não psicanalíticas consiste no fato de empregar-se ou não a metapsicologia¹ freudiana, ou de origem freudiana, para poder se compreender o processo terapêutico, mesmo a psicanalise não sendo só a metapsicologia freudiana, possui também um método clínico, que é caracterizado por Freud em (1905 [1904]/ 1996) por quatro elementos: o inconsciente, a interpretação, a resistência e a transferência, essenciais para ser chamado de psicanálise. Sendo que Renato Mezan (1996) ressalta que em um trabalho clínico não se emprega esses métodos, não se deve chamar de psicanalise, e para os outros procedimentos julga adequado utilizar o nome psicoterapias. As psicoterapias surgem dos discípulos de Freud ao se afastarem dele por questões teóricas, políticas ou pessoais, ou formada por trabalho daqueles que não tiveram contato com a psicanalise.

¹ “**Metapsicologia**” (o prefixo grego “meta” quer dizer “algo muito elevado”) tem uma natureza mais transcendental, serve como ponto de partida para conjeturas imaginativas, as quais dificilmente poderão ser comprovadas na realidade (por exemplo: o instinto de morte, ou a primitiva vida psíquica do bebê recém-nascido, etc., etc.). Na verdade, Freud formulou explicitamente apenas três pontos de vista característicos da metapsicologia (que, carinhosamente, ele chamava de “a bruxa”) que são o topográfico (consciente, pré-consciente e inconsciente), o dinâmico (id, ego e superego) e o econômico (quantidade de catéxis libidinal).

Freud (1905 [1904]/ 1996) nunca estabeleceu uma diferença entre psicanálise e qualquer outra forma de psicoterapia; e sim, diferenciava enfaticamente era a ciência psicanalítica, de um lado, e as várias formas de sugestão ou hipnose, de outro, então quando Zimerman (1999) usa em seu livro “Fundamentos Psicanalíticos” a expressão “terapia analítica”, “psicoterapia de orientação psicanalítica” e “psicanálise” podem equivaler ao mesmo significado.

A clínica de hoje difere substancialmente daquela de um século atrás. Quase não mais encontramos as clássicas neuroses “puras” (histéricas, fóbicas...) e, em contrapartida, surgiram e predominam as neuroses “mistas”, assim como “novas patologias”. Dentre essas últimas, tem crescido a demanda de pacientes psicóticos, borderline, psicossomatizadores, transtornos alimentares, drogadictos, perversões, transtornos de conduta, e especialmente daquelas pessoas portadoras de transtornos narcisistas da personalidade, com problemas de autoestima e indefinição do sentimento de identidade. (ZIMERMAN, 1999, p.13).

Contemporaneidade é; particularidade ou estado de ser contemporâneo, qualidade de existir ao mesmo tempo, coexistência, o que se acontece na época presente. As mudanças no cenário atual, de ordem econômica, política, social ou cultural é o que se caracteriza a contemporaneidade, apesar de vários sociólogos serem críticos em relação ao mundo marcado por essas mudanças, autores como Bauman (2010) atua com uma forma de projetar olhares e sentidos diversificados, concebem rupturas presentes em nosso panorama atual, construindo nossas práticas de discurso diariamente. Se antes o foco dos estudos de Bauman (2010) se repousava nas determinantes estruturais, socioeconômicas e culturais, das desigualdades educacionais, a tendência contemporânea lança luz nas práticas cotidianas, nas interações entre o sujeito e suas estratégias individuais e a situações singulares.

Para Bauman (2010) o mundo está sempre em movimento, assim caracteriza a contemporaneidade como “líquida”, pois, ela não aceita modos de vida estáveis, as relações são volúveis, mudam e tomam rumos diferentes, o poder não é mais centrado, portanto, esse descontrole faz com que recriemos nossa própria história, as velhas identidades ditas como unificadas, estão em declínio fazendo surgir identidades em movimento, fragmentadas, deslocadas, também salienta que a globalização tem um papel muito específico na contemporaneidade, o processo de mudança conhecido como globalização, acelerado pelo processo de comunicação e de informação é responsável, como por exemplo, pela interação *on-line*. As mudanças

associadas a contemporaneidade fazem com que os indivíduos se sintam libertos de seus apoios estáveis das tradições e nas estruturas, fazendo com que surjam indivíduos contemporâneos que se acham livres nesse processo atual e muitas das vezes se frustram por não conseguirem alcançar esse objetivo.

Sociólogo polonês Bauman (2010) escreve vários livros nos relatando a contemporaneidade e se refere ao modelo contemporâneo como movido pelo consumo e marcado pela lógica, de custo – benefício que atinge as relações humanas gerando o individualismo e dificuldades no campo social. Uma sociedade movida não pela produção e sim pelo consumo, Bauman (2010) diz aparecer nos indivíduos a necessidade de consumo imediato chamado por ele de “tirania do momento”, vivendo uma intensa ambivalência de mudanças rápidas sem sermos avisados.

Nossa sociedade se constitui em clima de tensão, como se o perigo estivesse a todo momento por perto. Como consequência o indivíduo não sabe quando e em quem pode confiar, a presença de alguém estranho acaba por se constituir como ponto de suporte para uma sociedade líquido – moderna. Em uma análise realizada por Bauman (2010) aponta que os indivíduos acabam por se deslocar em sua existência, sem conseguir afastar-se por completo da sensação de estranheza que se encontra em todos os lugares nas diferentes relações com o outro.

Como uma surpresa, a contemporaneidade se revela aos sujeitos, como algo que não se pode antecipar ou controlar, em sua maioria se revelando de forma imprevisível e intempestiva, na atualidade marcada pelo hedonismo, consumo e ausência de uma tradição, Birman (2006) relata que a subjetividade privilegia o eu, expõe a ideia que há uma tendência maior às compulsões, já que a individualidade está tomada pelo excesso, a compulsão seria uma forma de aliviar a angústia, o excesso está para Birman (2006) no cerne do mal-estar contemporâneo, o que para ele é um sentimento que se impõem ao psiquismo, uma irrupção de algo que nos escapa, deixando a subjetividade diante de algo que se ultrapassa, gerando o que ele chama de “paralisia psíquica”. O narcisismo, que para Roudinesco (2000) concordando com as afirmações de Birman (2006) afirma que o sofrimento psíquico depressivo aparece como uma síndrome, como consequência, gerando tristeza e apatia, indivíduos buscando identidade, muitas das vezes um vazio de desejo. Essa nova cultura certamente retirou a potência do indivíduo em estar se reinventando, visto que não há um direcionamento do desejo ao outro, mas somente a si mesmo.

Na contemporaneidade a sensação de ter algo material ou alguém, dá segurança ao indivíduo, tentando preencher o vazio com esse consumo, Sennett (1998) relata uma realidade descrita em diferentes áreas do saber como uma sociedade individualista, realidade contemporânea, em que há a remodelação do tempo, desenvolvimento de um capitalismo que ora exclui, ora inclui perversamente, relacionamentos humanos virtuais, o que o ser humano conhecia como relação social mudou drasticamente, todas essas mudanças podemos associar ao declínio do espaço coletivo, do espaço público, para ele denominado como “ideologia da intimidade”, o cidadão ocidental foi levado pelas circunstâncias, do meio social e histórica a se preocupar com sua vida privada, sendo para o autor o aspecto mais grave da “ideologia da intimidade” o fato dela se constituir como uma tirania, um padrão único para o enfrentamento da realidade, do qual o autor ainda destaca o nome de psicologismo, assim sendo a participação do ser humano na vida pública fica empobrecida, perdendo uma realidade de acontecimentos, do real, político e comunitário. Embrenha-se em uma vida subjetiva privatizada, restando-lhe a si mesmo.

Em um mundo contemporâneo mergulhado no “eu” narcísico, o ser humano parece só, exclusivo e insuportável para si mesmo, transbordando de impaciência e insatisfação, a busca por si mesmo está fadada ao fracasso; como diria Sennett (1998), buscando alternativas rápidas oferecidas no mercado para eliminar ou aliviar o incômodo, pode ser que os indivíduos necessitem de um psicoterapeuta para lidar com as questões da contemporaneidade, a postura do psicoterapeuta precisa focalizar além da individualidade, e teria que ter em vista também a coletividade, tentando construir as pontes que ligam o sofrimento privado ao mundo coletivo.

Para Castells (2000), o individualismo na sociedade contemporânea ocidental é uma característica, tal característica sustentada pelo capitalismo e a tecnologia da informação, entendendo que nessa sociedade várias opções perpassam pelos indivíduos, ao mesmo tempo não dá tempo para que haja uma elaboração favorável do que se fazer, gerando indivíduos impulsivo compulsivos, ansiosos, deprimidos e necessitados de analgesia, pela incerteza do que se virá, muitas vezes deixando de fazer alguma coisa para fazer outra, acabando nunca satisfeito ou na incerteza de ter ou não feito a escolha certa, o individualismo é a característica forte, decorrente dessa lógica de mudanças e necessidade extrema de escolhas singulares.

Tudo passa a ser descartável, e o consumo passa a comandar a forma de comunicação entre os indivíduos nas redes sociais, fatores como as desigualdades sociais são também características marcantes dessa sociedade e fontes de psicopatologias, como não se têm oportunidades para todos e existe uma defasagem, cada vez maior, entre as pessoas ditas “funcionais” e as que não são, o nível de participação social cai. A solidão decorrente da decadência de habilidades para formar ou efetivar as relações afetivas, surge como processo de desenvolvimento contemporâneo, causando o fracasso das relações amorosas, Lipovetski (1996), quanto, mais a cidade se desenvolve, mais as pessoas se sentem sós, mais rara é a possibilidade de encontrar uma relação intensa, ou seja, a tecnologia reforça a ideia de autossuficiência, ao mesmo tempo que afasta as relações. A ausência de uma interação “real”, sob o privilégio das relações virtuais, como por exemplo relações mantidas via *chat*, que parece facilitar uma comunicação psicologicamente distante entre os interlocutores, a Internet pode ser considerada como forma de relação social que garante apoio psicológico e senso de pertença.

Para Zimerman (1999) é necessário ter uma atitude psicanalítica, sob desenvolvimento de análise pessoal, e atributos naturais, não sendo suficiente somente se preparar teórica e tecnicamente pois salienta que não é suficiente na prática profissional, aponta que entre as condições mínimas necessárias para um analista, está a sua identidade analítica, que implica sua neutralidade de valores morais diante de questões pessoais próprias com questões pessoais do paciente analisado, para assim dizer que antes de se tornar um psicanalista seja necessário ser analisado, em um processo de construção, quanto melhor trabalhar questões pessoais maior a possibilidade de compreender conteúdos comunicados pelo paciente, também salienta como necessário paciência e tolerância. Se colocar no lugar do paciente, acolhendo suas necessidades, angústias, é uma tarefa que cabe ao psicoterapeuta de base analítica, criar um setting acolhedor onde o paciente se sinta à vontade para falar questões íntimas e de sofrimento.

O perfil sociocultural dos pacientes mudaram, fatores importantes como casamento, descasamento, e recasamento são fatores mais comuns no cotidiano, o crescente número de violência, a mudança de valores e ideias das pessoas é perceptível dentro da clínica psicanalítica, assim como a mídia que invade a singularidade dos sujeitos podemos até mudar sua forma de pensar e ver a sociedade,

Zimerman (1999) coloca como um modo de se viver mais estressante, muitos tratamentos sendo oferecidos com promessas de curas, fazendo com que esses sujeitos busquem tratamentos mais rápidos, porém podendo não ter eficácia, cabe ao psicoterapeuta mostrar para o paciente que o processo de psicanalítico é um processo que pode ser demorado, porém que se podem alcançar resultados, o autor ressalta que a quantidade de vezes de sessão por semana não vai adiantar se não houver entrega do paciente, um paciente que vai três vezes na semana pode não se entregar ao processo como um paciente que vai uma vez ou a cada quinze dias, não é uma regra, é um processo que depende do analisando e do analisado, é um elo que se cria e se faz o *setting*. Temos então que se utilizar a técnica da psicoterapia analítica dentro da contemporaneidade de forma eficaz e atual de acordo com a demanda, ficando em destaque a relevância do trabalho no contexto atual em que vivemos, e a importância da terapia analítica no setting terapêutico.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A contemporaneidade e seus efeitos na prática clínica, utilizada como elemento de reflexão, exige uma postura do profissional psicoterapeuta, comprometido na escuta e acolhimento, para quem demonstra uma demanda psíquica, um sofrimento. Este homem contemporâneo tem novas demandas, precisando de um profissional comprometido com o contexto social e suas implicações para o psiquismo, diante da sua realidade social, exigindo, portanto, uma capacidade reflexiva no qual é necessário um posicionamento ético e político.

REFERÊNCIAS

BAUMAN, Z.; MAY, T. **Aprendendo a pensar sociologicamente**. Rio de Janeiro: Jorge Zahar, 2010.

BAUMAN, Z. **Vida a crédito**. Rio de Janeiro: Jorge Zahar, 2010.

BAUMAN, Z. **Tempos líquidos**. Rio de Janeiro: Zahar, 2007.

BAUMAN, Z. **Identidade**. Rio de Janeiro: Jorge Zahar, 2005.

BAUMAN, Z. **Modernidade líquida**. Rio de Janeiro: Zahar, 2001.

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

BIRMAN, J. **Arquivos do mal-estar e da resistência**. Rio de Janeiro: Civilização Brasileira, 2006.

CASTELLS, M. **A sociedade em rede**. São Paulo: Paz e Terra, 2000.

CHODOROW, N. J. **Feminism and psychoanalytic theory**. London: Yale University Press, 1989.

FREUD, S. **Observações sobre o amor transferencial Sigmund Freud**. Vol. XII, Ed. Imago. Original publicado em 1915.

FREUD, S. **Um caso de histeria**. Três ensaios sobre a sexualidade e outros trabalhos. Vol. XII, p. 158, Ed. Imago. Original publicado em 1901~1905.

GIOVANETTI, J. P. **O tédio existencial na sociedade contemporânea**. In: FEIJOO, Ana Maria Lopes Calvo de. (Org.) **Tédio e Finitude: da filosofia à psico-** 86 | *Revista de Psicologia*. Belo Horizonte: Fundação Guimarães Rosa, 2010, p. 233-261.

LIPOVETSKI, G. **La era del vacío**. Barcelona, España: Península, 1996.

ROUDINESCO, E. **Por que a psicanálise?** Tradução de Vera Ribeiro. Rio de Janeiro: Jorge Zahar, 2000.

SENNETT, R. **O declínio do homem público: as tiranias da intimidade**. Tradução de Lydia Araújo Watanabe. São Paulo: Companhia das Letras, 1998.

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