



**UNIVERSIDADE FEDERAL DO TOCANTINS
CAMPUS UNIVERSITÁRIO DE MIRACEMA
CURSO DE BACHAREL EM PSICOLOGIA**

MARLUCE TRINDADE DA COSTA GODINHO

**O CONCEITO DE RESILIÊNCIA EM UM CENÁRIO DIANTE DA PANDEMIA DE
COVID-19: UMA PERSPECTIVA PSICANALÍTICA**

MIRACEMA DO TOCANTINS, TO

2022

Marluce Trindade da Costa Godinho

**O conceito de resiliência em um cenário diante da pandemia de COVID-19: uma
perspectiva psicanalítica**

Trabalho de Conclusão de Curso (TCC) apresentado
junto ao Curso de Psicologia da UFT, como requisito
parcial para a obtenção do título de Bacharel em
Psicologia.

Orientadora: Profa. Dra. Sarug Dagir Ribeiro

Miracema do Tocantins, TO

2022

Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP)
Sistema de Bibliotecas da Universidade Federal do Tocantins

- G585c Godinho, Marluce Trindade da Costa.
O conceito de resiliência em um cenário diante da pandemia de COVID-19: uma perspectiva psicanalítica. / Marluce Trindade da Costa Godinho. – Miracema, TO, 2023.
37 f.
Monografia Graduação - Universidade Federal do Tocantins – Câmpus Universitário de Miracema - Curso de Psicologia, 2023.
Orientadora : Sarug Dagir Ribeiro
1. Resiliência. 2. Psicanálise. 3. Covid-19. 4. Pandemia. I. Título

CDD 150

TODOS OS DIREITOS RESERVADOS – A reprodução total ou parcial, de qualquer forma ou por qualquer meio deste documento é autorizado desde que citada a fonte. A violação dos direitos do autor (Lei nº 9.610/98) é crime estabelecido pelo artigo 184 do Código Penal.

Elaborado pelo sistema de geração automática de ficha catalográfica da UFT com os dados fornecidos pelo(a) autor(a).

MARLUCE TRINDADE DA COSTA GODINHO

O CONCEITO DE RESILIÊNCIA EM UM CENÁRIO DIANTE DA PANDEMIA DE
COVID-19: UMA PERSPECTIVA PSICANALÍTICA

Monografia apresentada á UFT - Universidade Federal do Tocantins - Campus Universitário de Miracema, Curso de Psicologia, foi avaliado para a obtenção do título de Bacharel e foi aprovada em sua forma final pela Orientadora e pela Banca Examinadora.

Data da Aprovação: 14 de dezembro de 2022

Banca Examinadora:



Profa. Dra. Sarug Dagir Ribeiro - Orientadora - UFT



Profa. Ma. Olívia Ameno Brun - Examinadora - UFMG

Documento assinado digitalmente
gov.br ELOY SAN CARLO MAXIMO SAMPAIO
Data: 24/07/2023 16:59:39-0300
Verifique em <https://validar.iti.gov.br>

Prof. Dr. Eloy San Carlo Sampaio - Examinador - UFT

Dedico este trabalho a todas as pessoas que perderam suas vidas para o COVID-19, em especial meu amigo e cunhado Wellington. Dedico também a todos familiares que não puderam se despedir dos seus entes queridos.

AGRADECIMENTOS

Eu estou aqui pensando e só cheguei a uma conclusão: o que seria de mim sem meus eternos anjos, que fizeram dessa minha trajetória um sonho possível?

E esses dois anjos tem nome, meu pai, Iron Pereira Godinho e minha mãe, Angélica Lúcia da Costa Godinho. Eu sempre vou carregar comigo essa gratidão e o desejo de levar os ensinamentos que tive para cada lugar que eu percorrer, como eu já disse uma vez: eu sou e sempre serei vocês e não há nada que eu tenha feito sem ter a ajuda, orações, palavras, apoio e carinho vindo das pessoas mais importantes da minha vida, eu amo sem medidas e sem limites.

Não posso esquecer de agradecer aos meus irmãos Orion e Angelucia pela paciência e força que sempre depositaram na minha formação e na minha vida, o bom de ser irmã caçula é olhar para frente e ver referências a serem seguidas, e mais uma vez sou feliz pela sorte que é tê-los.

Agradeço aos meus amigos miracemenses que desde 2018 se tornaram minha família e que pude contar no dia-a-dia, seria um erro gigante citar alguns e esquecer outros, portanto, deixo aqui minha gratidão à todos que em algum momento fez parte da minha vida nesses longos anos de curso.

Agradeço à minha orientadora e amiga Dra. Sarug Dagir Ribeiro que me mostrou os caminhos a serem percorridos na construção desse trabalho, sempre com muita sabedoria, paciência e zelo, trabalhar ao seu lado me inspirou e me trouxe bastante clareza em cada etapa construída. Estendo esse agradecimento à banca examinadora Dr. Eloy e Me. Olívia que me ajudaram com considerações importantes sobre meu projeto.

Obrigada a todos professores e futuros colegas de profissão que fazem parte do colegiado de Psicologia da UFT que além de transmitir todo o saber sobre Psicologia também foram casa para nós estudantes, com conselhos, ajuda, acolhimento e amizade.

Obrigada e até a próxima!

RESUMO

O ser humano experiencia ao longo de sua vida diversos desafios e situações que afetam seu estado psíquico e saúde mental e assim, é importante conhecer mecanismos para superar essas adversidades, e a prática de resiliência e os seus benefícios são fundamentais na construção do bem estar psíquico. A presente pesquisa tem por objetivo explorar o conceito de resiliência em um cenário de pandemia de COVID-19 abordando a partir da teoria das pulsões construída por Freud e explorada por outros pensadores contemporâneos como Cyrulnik. Após a catástrofe que ocorreu no ano de 2020 e que ceifou a vida de aproximadamente seis milhões de pessoas em todo o mundo, se fez necessário buscar mecanismos para a preservação da saúde mental daqueles que ficaram e que sofreram com a perda de seus entes queridos, perdas financeira e a constante incerteza sobre o futuro o controle sobre suas próprias vidas. Nesse sentido o objetivo deste trabalho é discutir as principais alterações provindas da crise mundial causada pelo coronavírus e relacionar através da teoria freudiana o que seria a resiliência e a capacidade de enfrentar as adversidades com possíveis mecanismos de defesa e a formação da vesícula abordada por Freud no texto Além do Princípio do Prazer (1920).

Palavras-chaves: Resiliência. Psicanálise. Freud. Covid-19. Pandemia.

ABSTRACT

The human experiences throughout his life several challenges and situations that affect his psychic state and mental health and thus, it is important to know mechanisms to overcome these adversities, and the practice of resilience and its benefits are fundamental in the construction of psychic well-being. . The present research aims to explore the concept of resilience in a COVID-19 pandemic scenario, approaching from the theory of drives built by Freud and explored by other thinkers. After the catastrophe that occurred in 2020, which claimed the lives of approximately six million people around the world, it was necessary to seek mechanisms to preserve the mental health of those who stayed and who suffered from the loss of their loved ones, financial losses and constant uncertainty about the future control over their own lives. In this sense, the objective of this work is to discuss the main changes arising from the global crisis caused by the coronavirus and to relate through Freudian theory what resilience and the ability to face adversity would be with possible defense mechanisms and the formation of the gallbladder addressed by Freud in text *Beyond the Pleasure Principle* (1920).

Keywords: Resilience. Psychoanalysis. Freud. Covid-19. Pandemic.

SUMÁRIO

1	INTRODUÇÃO	08
2	A PANDEMIA DE COVID-19.....	16
3	ALÉM DO PRINCÍPIO DO PRAZER	18
3.1	Uma releitura do Fort-da	18
3.2	Uma descrição da vesícula viva.....	19
4	MECANISMOS DE DEFESA.....	22
5	A RESILIÊNCIA POR BORIS CYRULNIK NA TEORIA PSICANALÍTICA	23
6	CAMINHO METODOLÓGICO	28
7	RESULTADOS	29
8	CRONOGRAMA	31
9	CONSIDERAÇÕES FINAIS	34
	REFERÊNCIAS	35

1 INTRODUÇÃO

Marco Aurélio (Roma, 121 - 180 d.C.) sempre pregou a resiliência como um caminho para o desenvolvimento das virtudes, sendo o autor de uma das obras mais importantes para o autoaperfeiçoamento, seus escritos em *Meditações* são pensamentos que vão sendo desenvolvidos ao longo de sua vida para tentar induzir-se a ter coragem e a suportar através da resiliência o peso de ser um imperador romano. Segundo Joshua Mark, ele foi aclamado como o mais nobre de todos os homens que, por pura inteligência e força de caráter, valorizaram e alcançaram o bem pelo bem em si e não por qualquer recompensa (GRANT, 2016 p. 139).

A noção de resiliência adquire um grande valor filosófico com as *Meditações* de Marco Aurélio, sendo uma concepção norteadora para uma vida melhor. Para a Psicologia o termo é a capacidade que o indivíduo tem de enfrentar as condições adversas, de resistir e retornar ao seu estado de comodidade. Corresponde a uma resposta complementar à vulnerabilidade, que leva à flexibilidade e à adaptação frente às adversidades da vida (GOLSE, 2006; LARANJEIRA, 2007, LEMAY, 2001). Os mecanismos intrapsíquicos sofrem influência de diversos princípios e um deles é o seu próprio posicionamento diante dessas adversidades como os traumas, perdas ou sofrimentos de várias naturezas, nesse sentido, primeiro se resiste, depois é superado o problema e por fim se reconstrói sendo formado assim a capacidade de se fortalecer a cada fatalidade da vida.

Na teoria de Freud a resiliência não foi abordada de forma teórica, porém ela aparece de maneira implícita podendo ser percebida subjacente aos mecanismo de defesa intrapsíquico já existentes como a sublimação e a elaboração, dentre outros, onde os dispositivos de proteção da psique não permitem o contato com estressores externos desnecessários (CABRAL; LEVANDOSKI, 2013). Assim, esse processo de enfrentamento vai se estabelecer a partir dessa elaboração e recursos próprios do ego, em que essa capacidade tem origem nas primeiras experiências de superação constituídas na infância frente às angústias e os traumas. Nesse sentido, o trauma passa a ser o ponto de partida da constituição dos mecanismos de defesa do sujeito, pois é apenas na experiência traumática que vai ser gerado os processos de reestruturação.

Nesse sentido, a psicanálise construiu duas vertentes teóricas para se pensar e analisar a resiliência a partir da teoria das pulsões e da teoria das relações objetais. A teoria das pulsões, os processos que vão gerar resiliência se dão através dos mecanismos de defesa utilizados para enfrentar o trauma como a sublimação, o altruísmo, a criatividade, a elaboração e o humor. Esses mecanismos são considerados maduros e adaptativos e vão ser sempre úteis na

manutenção da saúde mental do indivíduo, além de contribuir como suporte às frustrações e na gestão das pulsões agressivas do acontecimento traumático condição necessária para a manutenção do equilíbrio intrapsíquico (ANAULT, 2006; TYCHEY & LIGHEZZOLO, 2006).

Os mecanismos de defesa considerados primários como a passagem ao ato, projeção e comportamento passivo-agressivo são opostos à resiliência, por não possibilitarem ao ego a condição plástica e flexível do aparelho psíquico. Segundo Silva (2010), a função do ego é de mediar, integrar e humanizar a partir das pulsões, as exigências e as ameaças do superego e dos acontecimentos exteriores, portanto os mecanismos de defesa considerados primários são aqueles mais primitivos que não vão cumprir esse papel de preservar o sujeito. Já os mecanismos de defesa secundários são os processos subscientes desenvolvidos pela personalidade do sujeito para solucionar os problemas, frustrações, impulsos e outros conflitos que possam prejudicar o ego e levá-lo à neurose. Assim podemos verificar uma diferença entre a forma que o aparelho psíquico tem no seu funcionamento, sendo assim definir um funcionamento mais ou menos capaz de superar o traumático através dos mecanismos de defesa mais usados pelo ego que será fundamental para estabelecer esse nível de resiliência.

Na segunda perspectiva descrita como teoria das relações objetais, o que vai definir um sujeito como resiliente ou não será a forma como ele construiu nos primeiros anos de vida essa relação de confiança e os vínculos afetivos com seus pais, ou seja, como a resiliência é construída nos primeiros anos de vida, em uma rede vincular caracterizada pela sustentação, apego e identificação, na intersubjetividade que se manifesta na relação com o outro (ZUKERFELD, 2005; LAPLANCHE, 1992). A partir dos conceitos citados, é possível analisar a resiliência como uma construção psíquica, com início no contexto da relação pais-bebê (GOLSE, 2006).

A resiliência vai se tornar a habilidade do psiquismo de obter novas condições e perspectiva sobre os fatos traumáticos e de se restabelecer frente a estes, sendo que na teoria das pulsões ela se relaciona com os mecanismos de defesa, ou seja, com as ferramentas que o ego utiliza para controlar as ameaças internas e externas que vêm sobretudo do inconsciente equilibrando e conservando a mente, para o bom desempenho resiliente é necessário versatilidade de adaptação e desempenho de forma criativa para ultrapassar essas adversidades. (CABRAL; LEVANDOSKI, 2013). Freud (1905) introduz o conceito de pulsão no texto *Três Ensaio sobre a Teoria da Sexualidade*. Sobre ela, ele escreve:

Por pulsão podemos entender, a princípio, apenas o representante psíquico de uma fonte endossomática de estimulação que flui continuamente, para diferenciá-la do estímulo, que é produzido por excitações isoladas vindas de

fora. Pulsão, portanto, é um dos conceitos da delimitação entre o anímico e o físico. (FREUD, 1905, p. 157).

Essa noção de pulsão será por Freud desenvolvida em textos posteriores como “Pulsão e suas vicissitudes” e “Além do princípio do prazer”. Nesta seara em torno do conceito de pulsão existem duas concepções, uma monista em que a pulsão é somente uma, tal como Laplanche propõe com o termo: pulsão sexual, que tem metas de vida ou de morte mas ela é só uma. Por outro lado existe a vertente dualista sobre a pulsão em que se destaca os conceitos de pulsão de vida e pulsão de morte. Entretanto, não iremos nos delongar sobre essa querela acadêmica.

Existem várias formas de pensar o conceito de resiliência em psicanálise através dos mecanismos de defesa, funcionamento pulsional, sintomas, dentre outros, no entanto nesta presente pesquisa iremos escolher a formação do funcionamento pulsional para abordar a construção da resiliência no aparelho psíquico, pois acreditamos que na constituição do psiquismo pode-se desenvolver comportamentos resilientes a partir dos mecanismos de defesa e pelo fortalecimento dos mecanismos adaptativos revigorando a pulsão de vida, portanto, os efeitos do trauma não serão mudados, mas conseguirá proporcionar uma capacidade de reelaboração do impacto desses acontecimentos traumáticos.

O presente trabalho busca realizar uma investigação do conceito de resiliência em psicanálise no contexto pós pandêmico de COVID-19. O termo resiliência na obra freudiana não foi um conceito explorado e pode gerar no meio psicanalítico opiniões diversas, por ter sido abordado inicialmente em outros campos teóricos e difundido mais na contemporaneidade. Portanto, é comum observar reticências acerca do uso do termo no campo psicanalítico (BERTRAND, 2006). A resiliência é um conceito muito citado nos diálogos psicológicos e principalmente na linguagem popular, porém o que poucos sabem, é que a resiliência foi o foco de investigação dentro da filosofia no decorrer dos séculos e foi difundida no período medieval, ou seja, a noção de resiliência possui uma longa trajetória na história e constituição do homem.

O termo resiliência foi objeto de estudo de várias abordagens no campo da psicologia como na cognitivo-comportamental e na psicologia social e ecossistêmica (BERTRAND, 2006) além da psicologia positivista (SELIGMAN & CSIKSZENTMIHALYI, 2000) e do modelo bioecológico de desenvolvimento humano (BRONFENBRENNER & MORRIS, 1998). Além de também ser utilizado na psicologia cognitivo-comportamental, no processo de enfrentamento das situações adversas do indivíduo (BERTRAND, 2006) nesse caso utiliza-se de questionários para qualificar as ações dos sujeitos frente às adversidades. A utilização de tais instrumentos objetiva a avaliação e a classificação das virtudes e forças pessoais (PALUDO & KOLLER, 2007).

O interesse de se pesquisar o termo resiliência surge a partir dessa percepção de que muitos campos do saber se propuseram a investigá-la, e principalmente por ser um conceito contemporâneo de saúde muito difundido mas ainda permanece em construção. Diante disso, consideramos relevante as contribuições que o estudo da resiliência pode proporcionar na grande área da saúde mental. Assim, ao entender que a resiliência já foi foco de pesquisa em muitas abordagens da psicologia, nosso objetivo é contribuir no estudo do termo na perspectiva da Psicanálise.

Na minha trajetória acadêmica, me deparei em diversos momentos com o termo resiliência e notei o esvaziamento ao utilizá-lo, então ao buscar compreender um pouco mais sobre o sofrimento humano, encontrei na filosofia um detalhamento do que seria a resiliência na sua essência, e nesse sentido pude ressignificar o que eu acreditava ser o conceito, o que me despertou a curiosidade de investigar também através da ótica da psicanálise associando com a perspectiva freudiana de como o sujeito lida com suas angústias e sofrimentos. Por isso, acredito na relevância do tema e nos resultados que possam nascer dessa pesquisa, que tem por objetivo ajudar a compreender a resiliência e sua importância para o indivíduo no contexto pós pandemia de COVID-19.

O termo resiliência possui uma grande trajetória no decorrer da história humana, podemos citar como base dessa afirmação, a relação do termo com a filosofia estoíca que é uma das escolas filosóficas clássicas com maior importância na constituição do homem. Zenão de Cítio (Grécia, 300 - 263 a.C) foi o fundador do estoicismo, na cidade de Atenas no século III a.C., e passou a orientar seus discípulos nessa nova perspectiva filosófica. O período helenístico foi marcado pela formação de grandes escolas que tinham o objetivo de ensinar os homens as formas de se viver bem, e no caso do estoicismo de Zenão, essa construção do pensamento se deu através da noção de natureza e da racionalidade. (STOCK, 2020)

Os estoícos apostam que o conhecimento e a aproximação da verdade é atingido por meio da razão, e que os sentidos recebem constantemente sensações e pulsações que passam dos objetos através dos sentidos em direção à mente, onde deixam uma impressão na imaginação (fantasia) (LAÉRCIO, 2000). No decorrer dos séculos a teoria estoíca permaneceu viva e muitos pensadores abraçaram o conceito e se propuseram a pensar essa filosofia para a posterioridade e foi no século II d.C. em Roma, que surgiu um dos principais nomes do estoicismo: o Imperador Marco Aurélio.

O Imperador Marco Aurélio escreveu o livro *Meditações* que se consagrou como uma das obras estoícas mais conhecidas da história. Nesse livro, considerado um manual do bom viver, é perceptível através dos trechos, a intenção de se ensinar a prática da busca pela

felicidade através da aceitação dos sofrimentos da vida. “O Estoicismo tornou-se a religião das classes instruídas. Ele fornecia os princípios da virtude, dava cor à mais nobre literatura da época, e guiava todos os desenvolvimentos do fervor moral” (AURÉLIO apud LECKY, 2016, p.12). E foi nessa obra que a noção de resiliência se fez presente em seus ensinamentos e reflexões como podemos notar na seguinte meditação 32:

Muitas das ansiedades que te perturbam são supérfluas; sendo apenas criações da tua imaginação, podes ver-te livre delas e expandir-te para uma região mais ampla, deixando o pensamento varrer todo o universo, contemplando os ilimitados campos da eternidade, notando a rapidez da mudança em cada coisa criada, e contrastando o breve espaço de tempo entre o nascimento e a dissolução com as infindáveis eternidades que precedem um e o infinito que se segue à outra. (AURÉLIO, p. 102).

Através desses escritos de Marco Aurélio percebemos que a noção de resiliência está presente no decorrer da história e é importante resgatar o impacto que o pensamento filosófico teve e tem no enfrentamento das angústias do homem. Marco Aurélio foi um seguidor de Epicteto (Grécia, 50 - 138 d.C.), outro filósofo estóico que buscou, através da filosofia, respostas para o encontro da felicidade, da virtude e da plenitude. Assim, se faz necessário buscar na história e fundamentar como foi a construção do termo para que seja possível entender que a resiliência está presente na constituição do homem desde muito tempo.

A partir da ótica da psicanálise, vamos analisar a resiliência e abordá-la também através da literatura clássica de Freud e suas teorias metapsicológicas. A Psicanálise foi um marco do século XX, com Freud e seus postulados de id, ego e superego, pulsão de vida e pulsão de morte, e a teoria do trauma que segundo Zimmerman (1999) foi a partir dela que deu início ao pensamento psicanalítico. Freud chegara à conclusão de que as neuroses, como a histeria, a neurose obsessiva, a neurastenia e a neurose de angústia (fobia), teriam sua causa imediata no aspecto econômico da energia psíquica, ou seja, num represamento quantitativo da libido sexual. Contudo, o aparelho psíquico funciona não só nos aspectos econômicos, mas também nos aspectos topográficos e dinâmicos, sendo assim a metapsicologia freudiana está pautada nesses aspectos do funcionamento psíquico.

Analisando os postulados de Freud e sua trajetória na construção do pensamento psicanalítico é importante citar a teoria do trauma e todas as percepções que Freud obteve ao buscar causas da histeria nas jovens mulheres que chegavam ao seu consultório. A partir dessas experiências, ele conseguiu compreender o trauma e suas consequências no aparelho psíquico. A teoria do trauma foi inicialmente definida como um fator etiológico essencial da histeria que decorria de uma lembrança traumática associada a um acontecimento da vida real que

provocaria intensa excitação no sujeito, em relação à qual não poderia reagir. Além disso, o “episódio traumático, com grande frequência, é algum fato da infância que estabelece um sintoma mais ou menos grave, que persiste durante os anos subsequentes” (BREUER; FREUD, 1896/1996 a, p. 40).

Em seus postulados Freud evidencia a ocorrência de que é da pulsão que se apresenta a exigência da construção das fantasias que são: a observação do coito dos pais, a sedução por um adulto e a ameaça de ser castrado. Existe também a possibilidade da fantasia de retorno ao útero materno, mas que foi menos explorada na sua obra. Sobre esses supostos acontecimentos, destaca-se que, mesmo não sendo um fato ou a presença de uma imagem real para o sujeito, “[...] isso se estabelece a partir de indícios e são completados mediante a fantasia” (FREUD, 1917/1986, p. 338), ou seja, mesmo que a fantasia não seja um acontecimento real, seus diferentes componentes estiveram presentes na infância do sujeito.

A fantasia surge como um fator fundamental, que se refere ao início da construção da teoria psicanalítica, porém Freud teria sido levado a abandonar essa teoria acerca da cena de sedução e a substituir por uma ideia que a sedução na verdade é uma fantasia construída pelo próprio sujeito “[...] uma fantasia que é apenas o produto e a máscara das manifestações espontâneas da atividade sexual infantil.” (LAPLANCHE; PONTALIS, 1964/1988, p. 25). Portanto para Laplanche & Pontalis (1964/ 1988) Freud estaria, desta forma, reconhecendo seu equívoco ao relacionar-se a um fato exterior e começou a propor que seria uma questão interior do sujeito ligado à fantasia. E Laplanche posteriormente irá desenvolver a teoria da sedução generalizada, mas nós não iremos abordar aqui.

Assim, a teoria da sedução deu lugar à teoria da fantasia originária abrindo espaço para a nova concepção dos desejos sexuais inconscientes. Freud fundou uma técnica, um método e um modelo e à medida que se aprofundava na dinâmica psíquica, ele tropeçava com o campo restrito da teoria topográfica, e ampliou-a com a concepção de que a mente comportava-se como uma estrutura no qual distintas demandas, funções e proibições, quer provindas do consciente ou do inconsciente, interagiam de forma permanente e sistemática entre si e com a realidade externa. (ZIMERMAN, 1999, p. 24).

Na concepção do funcionamento do aparelho psíquico, Freud ressaltou certas características do psiquismo como sua capacidade de transmitir e de transformar uma energia determinada e a sua diferenciação em sistemas ou instâncias. Em última análise, a função do aparelho psíquico é manter ao nível mais baixo possível a energia interna de um organismo (LAPLANCHE; PONTALIS, 1992).

O aparelho psíquico tem um funcionamento e conta com os mecanismos de defesa que são diferentes tipos de operações em que o psiquismo, antes da separação decisiva entre ego e id, e antes da formação de um superego, utiliza métodos de defesa diferentes dos que utiliza depois de atingir essas fases de organização (LAPLANCHE; PONTALIS, 1992, p. 278).

E dentro dessa função de se defender daquilo que seria insuportável, os mecanismos de defesa são os meios utilizados pelo ego para dominar, controlar e canalizar os perigos externos e internos. (CABRAL, LEVANDOWSKI, 2013)

Nesse sentido, segundo Cabral e Levandowski (2013), a psicanálise se propõe a investigar a resiliência segundo duas vertentes teóricas distintas que, por sua vez, apresentam diferentes formas de análise desse conceito por base na teoria das pulsões e através dos mecanismos de defesa pois, é no funcionamento do aparelho psíquico onde ocorre de forma implícita a resiliência.

Já no campo social, a resiliência não pode ser vista apenas como um fator intrapsíquico, mas também precisa-se considerar os fatores sócio-culturais e os meios afetivos do indivíduo. Diante do exposto, pensa-se que discutir as diferentes contribuições teóricas e clínicas e os limites do modelo de resiliência no campo da saúde constitui um debate contemporâneo construtivo (ANAULT, 2006). Nesse sentido, o presente trabalho tem por objetivo discutir e se aprofundar no entendimento do conceito de resiliência na perspectiva psicanalítica e nos mecanismos de defesa.

A pesquisa irá aprofundar a compreensão do conceito resiliência com o objetivo de inicialmente, abordar essa noção dentro da teoria freudiana onde no texto *Além do Princípio do Prazer* (1920) é citado a formação da vesícula e esse processo fundamental da pulsão, nesse sentido, se faz relevante a presente pesquisa, pois, em tempos de grandes perdas e ansiedades cotidianas, e o pânico e desinformação que se instaurou na crise que a pandemia de COVID-19 causou na população mundial, ser resiliente é uma prática que se faz necessária para a sobrevivência em um cenário de tamanha insegurança.

As diretrizes de orientações desse TCC são as seguintes perguntas:

- A resiliência é um mecanismo de defesa em si ou apenas representa um funcionamento dos mecanismos de defesa já existentes no aparelho psíquico?
- Quais as possibilidades de investigação teórica em torno da noção de resiliência em psicanálise?
- Quais as contribuições que a psicanálise pode trazer para o contexto pós pandemia na relação do sujeito com a resiliência?

Nossos objetivos são:

- Explorar o conceito de resiliência na teoria psicanalítica.
- Elucidar a relação da noção de resiliência através do ponto de vista psicanalítico;
- Resgatar brevemente os conceitos de resiliência na filosofia;
- Relacionar o conceito de resiliência na teoria psicanalítica com o cenário pós pandemia de COVID-19.

2 A PANDEMIA DE COVID-19

Em 2019 foi noticiado em todo o mundo o surgimento de um novo vírus denominado SARS-CoV-2 que compromete a função respiratória e que poderia, em alguns casos ser mortal, esse vírus teve origem em Wuhan, uma província de Hubei na China e se espalhou de forma rápida pelo país e logo pelo mundo. Embora muitos infectados pelo coronavírus não apresentem grandes complicações, cerca de 2 a 3% desenvolvem complicações graves e vão a óbito (LI, YANG, LIU, ZHAO, ZHANG, ZHANG & XIANG, 2020). E com a globalização e o intenso fluxo de viagens e comércio, a disseminação do vírus aconteceu de forma acelerada obrigando a OMS (Organização Mundial de Saúde) a declarar uma pandemia a nível mundial devido ao número crescente de casos e mortes.

Além do risco de contrair a doença e desenvolver complicações, as pessoas se viram obrigadas a se isolarem e manter distanciamento social, o que também causou muita ansiedade e medo. Assim, é importante destacar que a disseminação contínua da epidemia associada a medidas rigorosas de isolamento social são capazes de influenciar a saúde mental das pessoas (LI, ET AL., 2020; MIELIMAKA, ET AL., 2017 & YANG, ET AL., 2020).

Diversos casos de ansiedade foram relatados no decorrer da pandemia de COVID-19, além de depressão e outros transtornos decorrentes do isolamento. Segundo a OMS (2020) os transtornos de ansiedade (TA) estão presentes em cerca de 3,6% da população, ou seja, 264 milhões de pessoas experienciam os efeitos da ansiedade, no Brasil esse número é ainda maior, alcançando o percentual de 9,3% da população brasileira. A ansiedade em um contexto cotidiano já é algo extremamente desagradável para aqueles que sofrem desse mal, com o agravamento da pandemia e as constantes mortes, esse sentimento de medo e incertezas se agravaram ainda mais.

Porém, mesmo em cenários de calamidade, alguns sujeitos conseguem desenvolver características como altruísmo, autocontrole e resiliência, sendo uma alternativa para o enfrentamento das incertezas geradas pela pandemia. A resiliência pode ser entendida como a capacidade do indivíduo de se adaptar a situações de estresse ou trauma, mantendo a saúde e a estabilidade emocional (GULEÇ & SIVRI, 2018). Assim, a resiliência pode ser entendida como uma característica moderadora dos efeitos negativos externos e uma forma saudável de se passar pelas adversidades da vida. Segundo a Pan American Health Organization (2020), quanto menos resilientes, mais as pessoas serão afetadas pelas adversidades, aumentando a propensão ao desenvolvimento de sintomas de ansiedade, depressão, raiva, impulsividade e baixa autoestima.

Dentro dessa nova realidade mundial, a comunidade psicanalítica, no contexto nacional e mundial, precisou se adaptar a esse movimento violento de medo, insegurança e ansiedade e principalmente essa alteração de setting que passou a ser remoto, analistas que antes atendiam presencialmente agora se viam tendo que continuar seus atendimentos através de computadores, tablets e outros meios virtuais. Assim, essa realidade antes ocasional passou a ser a única forma de atendimento durante o isolamento.

Momentos de catástrofes como a pandemia de coronavírus já foram relatados em textos fundamentais e neles são relatados que esses tempos de caos, o medo, a angústia, o luto e o trauma dominam o imaginário dos sujeitos criando assim uma constante demanda de análise. Freud escreveu em 1915 um texto sobre a guerra e morte, nesse período estava acontecendo a Primeira Grande Guerra, e fazendo um paralelo com a pandemia de COVID-19, muitas pessoas também estavam vendo seus familiares, amigos, vizinhos morrendo e não podiam fazer absolutamente nada. Nesse mesmo período Freud estava no ápice do seu trabalho com a Psicanálise e com o desenvolvimento clínico da sua nova teoria, assim, ele faz a seguinte afirmação:

Apanhados no torvelinho desse tempo de guerra, informados de maneira unilateral, sem distanciamento das grandes mudanças que já ocorreram ou estão para ocorrer e sem noção do futuro que se configura, ficamos nós mesmos perdidos quanto ao significado das impressões que se abalam sobre nós e quanto ao valor dos julgamentos que formamos...Mas provavelmente sentimos o mal desse tempo com intensidade desmedida, não tendo o direito de compará-lo com aquele de tempos que não vivenciamos (FREUD, 1915, p. 210).

Fazendo uma relação com o período de guerra que Freud viveu e a pandemia de COVID-19, nota-se que a incerteza sobre o futuro, os prejuízos financeiros e as consequências físicas, emocionais e sociais são questionamentos que se acumulam e que também são causadores de adoecimento. Por isso a importância da resiliência e os aspectos que constituem essa capacidade de enfrentamento do novo para que as possibilidades não se esgotem para aqueles que passam por essa nova realidade.

3 ALÉM DO PRINCÍPIO DO PRAZER

3.1 Uma releitura do Fort-da

Para ilustrar o termo resiliência a partir da teoria psicanalítica, vamos utilizar o texto de Sigmund Freud intitulado *Além do princípio do prazer (1920)* que foi uma obra voltada para o campo teórico e especulativo, porém com consistentes análises que iriam responder perguntas feitas sobre a teoria, preenchendo as lacunas antes existentes. Uma dessas questões é sobre a forma que uma criança simbolizava seus traumas e criava dispositivos para superá-los a partir da brincadeira infantil.

Freud passou a observar Ernst, seu neto que naquele momento estava com 18 meses de vida. Descrito como uma criança obediente e que não incomodava os pais, que não chorava quando a mãe saía para trabalhar, mas que demonstrava um comportamento peculiar ao jogar objetos insistentemente até desaparecer completamente de sua vista, fazendo com que os pais e cuidadores precisassem buscar e entregá-lo constantemente. Essa forma de brincar chamou atenção de Freud e de Sofia, mãe de Ernst, que passaram a observar se ele teria alguma dificuldade para usar o brinquedo em questão (que era um carretel), ou se na verdade possuía dificuldade de compreensão sobre os comandos dos adultos que pediam para ele parar de jogar os objetos. A pergunta era, por que ele insistia nessa ação?

A resposta foi que não se tratava de um problema ou dificuldade do menino e sim uma forma que ele encontrou para simbolizar o que sentia, ou seja, um jogo. Jogos são consideradas ferramentas fundamentais para a subjetividade infantil e que são esperadas no desenvolvimento desses sujeitos. No caso de Ernst o jogo se iniciava ao arremessar o carretel para fora de sua vista para assim, puxar a corda fazendo-o aparecer. Para Freud, após a observação, esse movimento era uma representação simbólica, pois as oposições ir /vir, sair/retornar, ausência/presença não existem no real e são apenas constituídas pela linguagem.

A criança estava sempre alternando o jogo com arremessos do carretel e reaparecimento que se tratava do momento mais prazeroso para ele, o desaparecimento do carretel (*fort*) que vai anteceder o surgimento (*dá*) vai sugerir que após essa falta faz com que ao aparecer o objeto se torne representação, que seja real para a criança. Portanto, no texto *Além do princípio do prazer (1920)* Freud vai postular a pulsão de morte caracterizada pela ausência do objeto. Esse objeto pode ser uma pessoa que partiu, que morreu, um término de relacionamento ou simplesmente a ausência de algo valioso, e essa lacuna deixada pelo objeto necessita ser simbolizada de alguma forma.

Assim como um adulto vai ao teatro ou ao cinema, ou até mesmo ouve uma música para conseguir expressar aquilo que sente, uma criança brinca para conseguir representar aquilo que lhe causa dor e sofrimento, produzindo assim um gozo estético. Da mesma forma como no sonho aquilo que se vê não necessariamente é aquilo que se é, o ato de brincar de uma criança também vai usar objetos que não serão exatamente aquilo que se representa, uma cenoura pode ser uma pessoa, um lápis, um avião, sem limites para a imaginação, por isso a necessidade de se interpretar e condensar o que se pretende simbolizar na brincadeira.

Ernst na verdade expressava essa repetição de jogar o carretel e puxá-lo na tentativa de simbolizar o trauma que era ser deixado pela mãe quando ela ia trabalhar, portanto de maneira inconsciente, a criança estava se gratificando através do jogo simbólico, encenando a ida e a volta da mãe quantas vezes desejasse. Essa observação descrita por Freud nos leva a perceber que a resiliência está implícita em diversos campos da teoria psicanalítica, pois uma criança ainda em desenvolvimento motor e sem uma total inserção na linguagem já tem a capacidade de construir maneiras de ressignificar a dor e principalmente voltar ao seu estado inicial antes do trauma. Nesse sentido, a proposta é de debruçar na teoria psicanalítica através dos postulados de Freud e associar ao conceito de resiliência.

3.2 Uma descrição da vesícula viva

No texto *Além do princípio do prazer (1920)* Freud fez um relato sobre como funciona a formação do Eu e a relação com o trauma e como ocorre a ruptura da proteção antiestímulo, causando assim diversos tipos de neuroses. Lembrando que o próprio Freud declara que essa parte do texto se trata de mera especulação biológica.

No primeiro momento Freud busca propor a natureza biológica do trauma, ou seja, como a neurobiologia se uniria com sua teoria do aparelho psíquico, assim no início de sua explanação, ele retoma seu pensamento com a terminologia metapsicológica que utilizou em sua tese, abordando que a consciência não seria mais o principal ponto do funcionamento dos processos psíquicos, mas sim apenas uma das suas funções, como sendo uma das atividades do sistema perceptivo pré-consciente, portanto, na medida em que percebe a partir das excitações externas e internas, o sistema pré-consciente encontra-se na fronteira do exterior e do interior (FREUD, 1920, p. 24).

Nenhum processo excitatório passa pelo sistemas sem deixar rastros ou sequelas e nesse caso, também ocorrem marcas denominadas traços mnemônicos e que não necessariamente vão se tornar conscientes. Esse sistema é diferente pelo fato de que esses processos excitatórios

deixam marcas permanentes, investidas por um fato principal: o choque direto deste sistema com o mundo exterior (FREUD, 1920).

Diante disso, Freud começa a percorrer pela neurobiologia e embriologia, apontando que o sistema nervoso central provém da ectoderme, de modo que a matéria cinzenta sai da superfície primitiva e recebe dela suas propriedades essenciais, concebendo que por causa dos incessantes estímulos externos sobre a vesícula, sua substância se altera do modo considerável, reagindo aos processos excitatórios de maneira diversa em suas camadas mais profundas (FREUD, 1920). Após esse primeiro contato começaria a formar uma espécie de crosta que ofereceria melhores condições de receber esses estímulos sem se modificar mais.

No aparelho psíquico podemos representar essa mesma função através da condição de que o sistema consciente funciona à base de excitações que necessitam vencer uma espécie de resistência por meio de uma facilitação, favorecendo assim a criação de marcas permanentes. Porém, no sistema consciente com esse fluxo de energias excitatórias potentes colocaria essa vesícula viva em potencial risco de aniquilação caso não estivesse preparada com uma proteção antiestímulo (FREUD, 1920).

O sistema consciente está localizado entre o exterior e interior recebendo energia de fora e de dentro, que seriam as excitações. Contudo, a barreira anti-estímulo se posiciona frente ao mundo exterior pela magnitude das excitações recebidas. E é nesse momento que as excitações vindas do mundo interior não são barradas pela película protetora de estímulos. Com isso os estímulos se propagam de maneira direta, enquanto certos aspectos de seu decurso produzem as séries de prazer e desprazer (FREUD, 1920). Esse dualismo prazer e desprazer acaba gerando no aparelho psíquico uma prevalência dos estímulos internos em relação aos estímulos externos, por isso que em situações de grande desprazer, acontece uma projeção desses estímulos como se eles viessem de fora na tentativa de aplicar uma proteção anti-estímulos (FREUD, 1920).

Nesse sentido, o olhar de Freud volta-se para esses estímulos externos que são os que vão ter a força suficiente para perfurar a barreira anti-estímulo (FREUD, 1920). Assim a economia psíquica vai sofrer com um enorme impacto por causa do trauma externo, recrutando os mecanismos de defesa para tentar amenizar a excitação no organismo. Porém, em um primeiro momento, o princípio do prazer-desprazer fica suspenso, pois a inundação do aparelho psíquico por grandes quantidades de estímulos torna urgente a tarefa de ligá-los e conduzi-los a uma resolução (FREUD, 1920).

Para Freud, essa foi a teoria que abrange os casos de neurose de guerra, traumática e os sonhos traumáticos. “Creio que podemos nos atrever a conceber a neurose traumática comum como o resultado de uma vasta ruptura da proteção antiestímulo”. (FREUD, 1920, p. 31).

Essas especulações formuladas por Freud acerca do rompimento da membrana antiestímulo, e suas percepções no campo neurológico correspondem à suspensão temporária do prazer, pois essa energia externa acaba por inundar o aparelho psíquico de estímulos, Freud nomeia as fontes mais abundantes dessas excitações internas como “pulsões do organismo” (FREUD, 1920, p. 34).

Essas pulsões do organismo seria uma tentativa da própria vesícula viva de se reconstruir e restaurar um estado anterior após os golpes das forças perturbadoras externas, Freud apresenta, então, uma nova definição do caráter universal da pulsão, que procura mesclá-la com a compulsão à repetição, a partir do fato de que todo ser vivo morre e regressa ao inorgânico. Essa nova concepção do que é a pulsão que antes era descrita com uma função de desenvolvimento, agora é reconhecida como a expressão conservadora do ser vivo, assim como os impulsos reprodutivos migratórios de aves e peixes, fenômenos de herança e da embriologia.

Levando em consideração essa nova perspectiva levantada por Freud, uma conclusão que podemos chegar a partir disso é que essa pulsão orgânica conservadora é um fator geral para todos os seres vivos. Se todo o ser vivo morre e retorna ao inorgânico por razões internas, a meta de toda vida é a morte, ou seja, o inanimado estava aí antes do vivo. (FREUD, 1920). Nesse sentido só existirá dois caminhos possíveis para os organismos vivos a partir de dois grupos pulsionais que seriam os caminhos que conduzem à morte (pulsão de morte) ou àqueles que fazem prolongar o trajeto da vida (pulsão de vida).

4 MECANISMOS DE DEFESA

No que se refere aos mecanismos de defesa, a sublimação e a elaboração atuam como norteadores para se conceituar o termo resiliência a partir da teoria freudiana. Laplanche e Pontalis (1992) descrevem a sublimação como processo postulado por Freud para explicar atividades humanas sem qualquer relação aparente com a sexualidade, mas que encontrariam o seu elemento propulsor na força da pulsão sexual. Freud descreveu como atividades de sublimação principalmente a atividade artística e a investigação intelectual. Diz-se que a pulsão é sublimada na medida em que é derivada para um novo objetivo não sexual e em que visa objetos socialmente valorizados.

Freud usou a noção de sublimação, tirada da física, para tentar explicar a partir de um ponto de vista dinâmico e econômico as atividades que não são destinadas a um objetivo sexual, como por exemplo as manifestações artísticas, intelectuais e a filosofia. Esse mecanismo de defesa vai se definir como uma capacidade de trocar a meta sexual por outra meta que não é sexual mas que para o psiquismo se apresenta como uma forma de sublimação. Essa capacidade pode ser relacionada com uma habilidade do aparelho psíquico de promover uma preservação do psiquismo do sujeito e assim preservá-lo de algo que chegaria causando dor ou incômodo, sendo assim a sublimação é um dos mecanismos de defesa que vai se relacionar com a resiliência.

A elaboração segundo Laplanche e Pontalis (1992) se define como expressão utilizada por Freud para designar, em diversos contextos, o trabalho realizado pelo aparelho psíquico com o fim de dominar as excitações que chegam até ele e cuja acumulação corre o risco de ser patogênica. Este trabalho consiste em integrar excitações no psiquismo e em estabelecer entre elas conexões associativas. Nesse sentido, a elaboração psíquica significa um conjunto das operações do aparelho, mas o uso que Freud faz da expressão parece ser mais específico, ou seja, a elaboração psíquica é a transformação do volume de energia que permite dominar esta energia, derivando-a ou ligando-a.

Acreditamos que paralelo com o conceito de sublimação, a elaboração também se constitui como um mecanismo de defesa do ego que tem por objetivo preservar o funcionamento do aparelho psíquico e que sua forma de fazer isso se assemelha com o conceito de resiliência abordado até então. É importante ressaltar que não pretendemos nos aprofundar na explicação de tais mecanismos e nem esgotar o material existente sobre esses dois conceitos, mas sim, fazer uma breve análise relacionando com a resiliência, o que veremos nas seções seguintes.

5 A RESILIÊNCIA POR BORIS CYRULNIK NA TEORIA PSICANALÍTICA

Vários autores desenvolveram seu raciocínio e teorias em torno de aprimorar o conceito de resiliência e pesquisar os termos que a promoveriam. Um desses autores foi Cyrulnik que levantou uma grande investigação em diversas perspectivas sobre o termo, inclusive dentro da perspectiva psicanalítica, sendo um dos maiores pesquisadores sobre o tema. Para ele, investigar a resiliência não significa apenas olhar para os recursos pessoais do sujeito e as questões intrapsíquicas, mas abordar igualmente as condições afetivas e socioculturais que o envolve.

Cyrulnik utiliza de muitas metáforas para tentar descrever como enxerga a resiliência e uma de suas citações mais famosas é que a resiliência é “a arte de navegar nas torrentes” (CYRULNIK, 2004a, p.207), ilustrando que uma pessoa ao sofrer um trauma ou passar por uma adversidade, teria a possibilidade de voltar ao seu curso natural com confiança e alegria, sendo essa condição singular uma capacidade de ser resiliente frente aos problemas cotidianos, e portanto, para essa capacidade de superação seriam necessários recursos internos adquiridos no processo de desenvolvimento na primeira infância e solidificados na memória durante sua vida.

Vale ressaltar que a resiliência não é descrita como uma vacina contra os processos dolorosos da vida ou que essa habilidade evitará que o sujeito sofra ou se torne imune ao sofrimento, mas sim, como uma capacidade desenvolvida em vários aspectos que circundam os sujeitos para desenvolver uma aptidão de voltar ao estado inicial de satisfação pela vida, antes de ocorrer o trauma. Nas palavras de Cyrulnik (2012) a resiliência e o sucesso social não podem ser associados, pois em termos psicanalíticos, pode ser um ganho secundário quando acompanhado de forte dificuldade de relacionamentos emocionais nos indivíduos traumatizados, ou seja, a resiliência é uma condição íntima que permite ao sujeito uma absorção do fato traumático e um “renascimento após condições adversas” (CYRULNIK, 2004a, p. 7).

Fazendo uma analogia quando falamos de trauma e a capacidade de resiliência, podemos associá-las a marcas feitas por tinta em um tecido branco, quando feito, não irão mais desaparecer ou sumir como mágica, mas poderá compor parte desse tecido como uma espécie de estampa sem que suas tonalidades comprometam a sua beleza. Assim, através dessa metáfora, Cyrulnik descreve que depois do trauma o sujeito poderá estabelecer o seu próprio processo de reconstrução de si mesmo mesmo que não exista uma reversibilidade do trauma (CYRULNIK, 2004).

Para se ter uma maior compreensão do pensamento de Cyrulnik diante do conceito de resiliência, é importante considerar a capacidade de metamorfose através de atribuição de sentido que ficou impresso no inconsciente pelo trauma real e com isso, essas representações vão estar alimentando as lembranças que constituem a identidade íntima do sujeito. Para Cyrulnik essas atribuições de sentido sempre vão estar persistindo em nós e tematizando a nossa vida (CYRULNIK, 2006a).

Cyrulnik utiliza da neurobiologia e dos estudos etiológicos para sugerir a importância do contexto em que a criança vivencia seus primeiros anos de vida a partir da teoria do apego e do papel do cuidador para a regulação do bebê e de seus aspectos psíquicos, porém mesmo com a importância desse campo do conhecimento para a formação da resiliência no sujeito, não é o objetivo da nossa pesquisa detalhar sobre a contribuição dessa teoria para os estudos do autor, mas deixaremos o tema em questão aberto para futuras pesquisas.

Na sua contribuição para a pesquisa da resiliência associada à teoria psicanalítica, Cyrulnik buscou nos mecanismos de defesa e no estudo do dinamismo psíquico como potenciais fatores no processo de concepção da resiliência. Ele direcionou sua atenção para alguns mecanismos específicos que promovem uma base para a descrição dos processos intrapsíquicos do sujeito que enfrenta um sofrimento, sendo qualificados em mecanismos que ajudam no processo de resiliência e os que dificultam ou até mesmo anulam.

Cyrulnik (2014) nomeia os mecanismos que ajudam no processo da resiliência como os facilitadores, que tem como exemplo a mentalização, que segundo ele, seria a capacidade de colocar o trauma em palavras e principalmente compartilhar com outros sujeitos a fim de aumentar a possibilidade de elaboração e superação. Mas vale ressaltar que nem todas as pessoas adquirem essa habilidade no decorrer da vida, sendo fundamental para uma manutenção dos processos psíquicos. O conceito de mentalização é a capacidade de perceber-se como um ser psicológico e de considerar os estados mentais como os sentimentos, pensamentos, desejos, motivações subjacentes aos comportamentos (ENSINK et al., 2015), ou seja, a mentalização é uma forma de entrar em contato com os processos mentais e analisá-los de forma distinta.

Segundo Ramires e Godinho (2011) existem quatro matrizes sobre o conceito de mentalização sob uma perspectiva psicanalítica que são: a) teoria da mente, que propõe a noção de que reconheceríamos a existência de mentes similares à nossa; b) na função alpha de Bion (1962/1997; 1967/1994), que é a capacidade de pensar através do auxílio da mãe; c) na psicossomática de Pierre Marty (1991), na qual a mentalização seria o oposto do *acting out*; d) na psicopatologia do desenvolvimento de Fonagy e Target (2006), na qual a capacidade de

mentalizar seria a de conseguir dimensionar a contribuição dos seus sentimentos e apreciação do mundo através de um *self* forte capaz de diferenciar os aspectos internos dos externos.

Em todos os casos, há uma nítida relação da capacidade do sujeito de promover uma mentalização com a importância das figuras parentais nos seus primeiros anos de desenvolvimento, tendo em vista que, segundo Fonagy (2010) isso só acontece quando o sujeito consegue ter uma noção sobre si mesmo similar com a forma pelo qual teria sido percebido pelos pais, gerando assim um apego seguro, condição essencial para um desenvolvimento saudável (RAMIRES & GODINHO, 2011).

Roussillon (2004) nomeia como reflexividade o laço seguro de uma criança com um adulto cuidador que seria esse objeto investido e construído subjetivamente pelo jovem no início de sua vida psíquica com uma relação de um duplo de si mesmo. Nesse sentido, a reflexividade sugere uma condição única para a criança adquirir uma segurança narcísica principalmente através da reciprocidade, previsibilidade e regularidade na relação e investimentos afetivos com seus objetos primários, conquistando assim, uma similaridade nas interações com o outro, “não podemos mais pensar a pulsão e seu emergir psíquico sem levar em conta a maneira pela qual ela é recebida, acolhida ou rejeitada pelo objeto que visa” (ROUSSILLON, 2004b, p 737–738).

Em paralelo com a capacidade de mentalização e reflexividade, a sublimação se destaca como outro mecanismo de defesa primordial para o processo de resiliência constituído na infância e regulado durante a vida. Esse mecanismo de defesa se destaca por promover ao sujeito uma capacidade de transformar o sofrimento em arte, beleza estética e espaço para abrir a janela de seu próprio mundo mental. A habilidade artística voltada para a arte, escrita, pinturas, causas humanitárias, ciência, etc, são o alicerce para o desenvolvimento da resiliência que utiliza da empatia para se formar.

Observando o outro lado do espectro abordado por Cyrulnik (2014), destacamos os mecanismos que vão limitar o desenvolvimento da resiliência, primeiro o recalque que apesar de atuar diminuindo o sofrimento percebido, impede que o sujeito enfrente o problema de modo consciente. O recalque do fato traumático fará com que os afetos escoem por outra via no qual o sujeito não poderá ter acesso, portanto atuará dificultando os processos de resiliência.

A negação também está presente como um mecanismo de defesa que a princípio alivia o sofrimento e as lembranças dolorosas, mas acaba impossibilitando a elaboração, já a clivagem, que atua de modo similar, elimina a existência do problema na vida psíquica do sujeito acarretando em cisões desagregadoras. Nesse sentido, o autor aborda esses exemplos como norteadores para uma boa função da construção da resiliência no campo psíquico e

aqueles que podem inviabilizar essa capacidade de superar os traumas ocorridos no decorrer da vida. Esses exemplos de mecanismos de defesa são essenciais para aproximar o termo antes usado de forma esvaziada com os diálogos e termos psicanalíticos, que é a proposta dessa pesquisa.

Fazendo um paralelo do pensamento de Cyrulnik e a pandemia de COVID-19 podemos articular que nesse contexto que atingiu em proporções diferentes, mas mesmo assim à todos, algumas pessoas conseguiram colocar em prática atos que se assemelham a resiliência e a empatia, em alguns casos atuando na linha de frente no cuidado com os infectados, ou em ONG's que juntavam alimentos e mantimentos para as pessoas em vulnerabilidade. Esses atos foram comuns e muito divulgados na mídia, o que nos faz refletir que em um cenário de incerteza e riscos, a capacidade de resiliência frente às adversidades ainda sim se fez presente e tiveram sua importância na reestruturação pós pandemia.

Na obra *Luto e Melancolia* (1917) Freud cita essa incapacidade do sujeito refletir sobre sua própria finitude, ou seja, o outro morre, mas eu não. E esse pensamento universal e inconsciente pode ser um dos pilares para um tipo de negação da própria morte, ou da perspectiva de que a tragédia só se dá com o outro. Assim, essa condição narcísica de se ver como imortal ajuda a promover em situações de caos como o da pandemia de COVID-19 uma sensação de estar livre do perigo, sem que perceba sua própria condição humana de ser mortal. Isso não é a demonstração de uma capacidade de resiliência, mas sim uma fantasia narcísica comum, propiciada pela incapacidade de entrar em contato com a própria morte, somente com a do outro.

Refletindo a resiliência no campo da metapsicologia psicanalítica, e tendo em vista que para Cyrulnik ela está majoritariamente relacionada com a teoria do apego, pretendo refletir sobre a metáfora usada por ele sobre a resiliência ser a arte de navegar nas torrentes, pois, comparando com o contexto da pandemia de COVID-19 podemos associar não só com a capacidade de lidar com o evento trágico (mortes, isolamento, insegurança, falta de leitos) mas também com toda os transbordamentos pulsionais, causadas pela avalanche psíquica que a angústia, medo e fantasias causam em momentos históricos como esse.

Nesse sentido, o indivíduo resiliente vai usar dos recursos internos fixados na sua constituição como sujeito e no percurso de desenvolvimento do Eu. A vitalidade e capacidade de resiliência implícita descrita na obra freudiana e pós-freudiana, poderia ser vista como a pulsão de vida produzindo ações para sobrepor aos desinvestimentos da pulsão de morte que por sua vez, se levarmos em consideração que as aptidões da resiliência “são adquiridas ao longo dos primeiros anos” (CYRULNIK, 2004a, p. 207). Podemos discutir e nos aprofundar

sobre onde e como a resiliência tem sua origem, podendo estar intimamente ligada ao desenvolvimento do narcisismo, em que segundo Freud é no narcisismo que está os aspectos de confiança em si, força para suportar as pressões e tensões pulsionais e a capacidade de se reestruturar após os choques traumáticos, voltando assim para a teoria do apego seguro que vem responder que o desenvolvimento suficientemente bom do ego juntamente com a relação satisfatória com o objeto primário vão constituir uma capacidade resiliente.

6 CAMINHO METODOLÓGICO

O presente trabalho fez uma pesquisa bibliográfica exploratória do conceito de resiliência na perspectiva psicanalítica e a sua noção implícita, através de uma releitura do texto *Além do Princípio do Prazer (1920)* e a percepção de outros autores sobre o tema no âmbito psicanalítico. Buscamos compreender em que pontos o enfrentamento da pandemia de COVID-19 e o termo resiliência se interligam para compreender o sofrimento e suas maneiras de obter estabilidade emocional.

Para que seja possível interpelar as temáticas trazidas neste projeto, o mesmo irá, por meio da pesquisa qualitativa, debruçar-se nas bibliografias já existentes sobre o tema resiliência e psicanálise com as novas fontes que abordam a pandemia de COVID-19, com buscas na literatura clássica e em artigos mais recentes a partir de pesquisas sobre a relação dos temas citados. A fonte principal da busca desses artigos foi o google acadêmico, PePSIC, SciELO, livros físicos, dentre outros.

A pesquisa bibliográfica é um procedimento que tem por objetivo colher informações através de pesquisas já realizadas, facilitando a compreensão sobre o tema através da investigação em artigos científicos e livros. Como revela Fonseca (2002), a pesquisa bibliográfica é feita a partir do levantamento de referências teóricas já analisadas, e publicadas por meios escritos e eletrônicos, como livros, artigos científicos, páginas de web sites e por isso vai existir pesquisas científicas que se baseiam unicamente na pesquisa bibliográfica, procurando referências teóricas publicadas com o objetivo de recolher informações ou conhecimentos prévios sobre o problema a respeito do qual se procura a resposta.

Esta pesquisa procura identificar o uso do termo resiliência no método psicanalítico, descreve os fundamentos e parâmetros da seguinte teoria e permite uma maior compreensão e associação para diminuir o esvaziamento do termo e atribuir uma função com uma estrutura para uso no contexto científico em um cenário pós pandemia de COVID-19.

7 RESULTADOS

O conceito de resiliência pode ser definido de vários modos e com base em diversos campos de saber. Para nossa pesquisa e para os objetivos que inicialmente traçamos, é fundamental delimitar essa busca a partir da teoria psicanalítica, sendo esse o foco do estudo.

A resiliência pode se basear nas características do sujeito e na formação do seu eu (mecanismos de defesa, personalidade, aspectos cognitivos) e também nos aspectos externos (relações, família, comunidade, cultura, os pares). Sendo assim, o impacto de um evento como a pandemia de COVID-19 e seus efeitos podem ser de difícil superação ou não, dependendo da experiência e fatores únicos do sujeito, assim como vimos na teoria freudiana sobre a formação da vesícula e sua capacidade de lidar com os eventos externos através de uma autodeterioração, nos aproximamos, através da especulação de Freud, de uma estrutura conservadora que irá ser primordial através do empenho em manter essas excitações externas longe do aparelho psíquico.

Nesse sentido, a partir dessa noção de deslocamento da membrana para o lado atingido pelas excitações externas, o lado que recebe as excitações internas fica desprotegido, causando assim uma inundação de estímulos que esses mecanismos de defesa desenvolvem para proteção. Sendo assim, a partir dessa formulação do funcionamento e formação da vesícula viva, podemos aproximar através de um olhar mais biologicista, que o próprio eu é capaz de formular maneiras de lidar com o que é traumático. Portanto, respondemos à seguinte questão: A resiliência é um mecanismo de defesa em si ou apenas representa um funcionamento dos mecanismos de defesa já existentes no aparelho psíquico? Podemos definir que a partir dessa teoria especulativa, a resiliência pode ser definida como um fim para mecanismos de defesa já existentes no funcionamento do psiquismo, já que mesmo depois de sofrer com traumas e estímulos externos, o instinto de autopreservação e de volta ao estado econômico inicial, acontece após a atuação dos mecanismos de defesa já existentes. Mesmo que esses sejam dificultadores de uma plena resiliência pós trauma, como sugeriu Boris Cyrulnik ao relatar os mecanismos recalque e negação como exemplos que prejudicam e impedem que o sujeito supere o problema de forma consciente.

A intensidade emocional de um contexto traumático depende da percepção do sujeito e de suas capacidades defensivas. É, portanto, a subjetividade e não os aspectos fatuais e objetivos que tornam traumática uma situação dada (HANUS, 2006, p. 188; ANAUT, 2006, p. 87-88). Assim, se tratando de resiliência não se pode padronizar os aspectos que compõem a proporção que um sujeito desenvolve em sua capacidade de ser resiliente ou não, portanto fica a cargo do

próprio desenvolvimento e singularidade que cada um vai ter ao enfrentar problemas no decorrer da vida.

Por isso alguns sujeitos conseguiram se desenvolver emocionalmente de uma forma exponencial durante o período inicial da pandemia de COVID-19, onde o isolamento e a incerteza sobre como seria o mundo dali para frente assombrava a maioria das pessoas, em contrapartida alguns sujeitos se viram paralisados sem ter condições de tomar nenhuma decisão sobre suas próprias vidas. Levando para o debate psicanalítico analisamos o funcionamento psíquico do processo de resiliência e a partir disso concluímos que existe duas etapas que são descritas como: inicialmente é confrontar o trauma e resistir à inundação psíquica que leva aos mecanismos de defesa negação, repressão dos afetos, acting out, deslocamento, dentre outros e a segunda fase seria a de integração ao seu próprio traumatismo, levando aos mecanismos mais resilientes como o humor, a sublimação, criatividade, altruísmo, elaboração, etc.

Graças a essa segunda fase muitas pessoas que entraram em contato com os desafios causados pela pandemia de COVID-19, conseguiram desempenhar um papel fundamental na ajuda e amparo na linha de frente, pois, mesmo vivenciando o risco da contaminação puderam desenvolver a resiliência de modo a contribuir socialmente para a melhoria dos infectados e afetados.

Para Bertrand (2006), a psicanálise se caracteriza por trabalhar sobre os processos inconscientes, mas os processos que promovem a cura necessita passar pela palavra, pela mentalização e pela simbolização, que são processos conscientes, sendo assim, um evento traumático como a pandemia de COVID-19 e os efeitos que essa crise sanitária causou faz com que o ego se encontre a um real que ele não poderia suportar e que não pode nem qualificar e nem dar sentido, assim a mentalização desses afetos passa pela necessidade de compartilhar, colocar em palavras e por fim simbolizar.

8 CRONOGRAMA

Cronograma do projeto - 2022.1

Atividades	11/0 3	18/0 3	25/0 3	01/0 4	08/0 4	22/0 4	29/0 4	05/0 5	13/0 5	20/0 5	27/0 5	03/0 6	10/0 6	14/0 6
Apresentação programa da disciplina	X													
Elaboração do cronograma	X													
Revisão bibliográfica		X												
Discussão da monografia		X												
Leituras			X											
Fichamentos finais			X											
Questão de pesquisa			X											
Justificativa				X										
Hipótese				X										
Fundamentaçã o teórica					X									
Objetivos					X									
Procedimentos metodológicos						X								
Desenho de pesquisa						X								
Montagem do TCC 2							X							
Entrega da primeira versão								X						
Entrega da									X					

9 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Concluimos que a mentalização dos afetos é a condição necessária para desenvolver a resiliência e reconstruir-se após o traumatismo. O conceito de resiliência foi identificado desde os primórdios da humanidade, percorrendo as teorias clássicas da Psicanálise e da Psicologia geral, essa noção está presente nos mais variados campos da ciência. As pesquisas em torno da resiliência se tornaram mais consistentes dado sua elevada importância, principalmente a partir da necessidade de se aprofundar nos aspectos de superação dos problemas advindos da modernidade e dos períodos caóticos na história da humanidade.

Essa pesquisa buscou apresentar o conceito de resiliência inicialmente como foco em períodos históricos, como o helenístico e romano, caminhando para pensadores como Freud e finalizando com as contribuições de Boris Cyrulnik, citamos também alguns aspectos da Psicologia do Desenvolvimento que não deixam de ser os fundamentos para a construção do conceito de resiliência.

Nesse sentido, ao buscar aproximar a noção de resiliência da teoria psicanalítica, alcançamos uma gama de informações acerca do nosso objeto de estudo, salientando sua importância no contexto diante da pandemia de COVID-19 e sua utilidade clínica. Cabe citar que nossa intenção não é reduzir a resiliência a alguma característica subjetiva ou reduzi-la à uma noção esvaziada do senso comum, mas nosso foco seria estimular a curiosidade e abrir espaço para uma reflexão crítica sobre o tema e sua relação com a psicanálise.

Ainda estamos longe de chegar a uma compreensão do que é a resiliência e como ela pode ser categorizada dentro de tantas abordagens que se propõe estudá-la, mas acreditamos na contribuição dada a partir dessa pesquisa que não se esgota por aqui.

Sendo assim, apesar de se basear em teorias clássicas e na filosofia estoíca, a resiliência é um conceito relativamente recente no estudo da Psicologia e da mente humana e vem sendo presente em diversos espaços pelos pesquisadores contemporâneos, refletindo o valor atribuído do entendimento de como os fenômenos como a resiliência se formam a partir de uma inter-relação entre o sociocultural, ambiente, genética, biologia e principalmente os fatores subjetivos.

REFERÊNCIAS

ACAR SIVRI, G., EZGI ÜNAL, F.; GULEÇ, H. Resilience and personality in psychiatric inpatients. **Psychiatry and Clinical Psychopharmacology**, v. 29, n. 4, 650-655, 2019.

ANAULT, M. (2006). La résilience au risque de la psychanalyse ou la psychanalyse au risque de la résilience. In B. Cyrulnik & P. Duval (Orgs.), **Psychanalyse et Résilience** (pp. 77-104). Paris: Odile Jacob.

AURÉLIO, M. **Meditações**. Disponível em: <<http://www.psb40.org.br/bib/b36.pdf>> Acesso em: 10 out. 2016.

BERTRAND, M. (2006). Résilience et traumatismes: un point de vue psychanalytique. In B. Cyrulnik & P. Duval (Orgs.), **Psychanalyse et Résilience** (pp. 205-222). Paris: Odile Jacob.

BION, Wilfred Ruprecht (1962/1994). Aprendiendo de la experiencia. Paidós.

BION, W. R. (1967/1994). **Estudos Psicanalíticos Revisados**(Second Thoughts). (W.M.M. dantas, Trad.). Imago.

BREUER, J. & FREUD, S. (1996a). **Estudos sobre a histeria**. In S. Freud, Edição standard brasileira das obras psicológicas completas de Sigmund Freud (J. Salomão, Trad., Vol. 2). Imago. (Trabalho original publicado em 1895).

BRONFENBRENNER, U. & Morris, P. (1998). The ecology of developmental processes. In W. Damon & R. M. Lerner (Orgs.), **Handbook of child psychology: Theoretical models of human development** (pp. 933-1028). New York: John Wiley.

CABRAL, S. A.; LEVANDOSKI, D. C. **Resiliência e psicanálise: aspectos teóricos e possibilidades de investigação**. Revista. Latinoam. Psicopatol., São Paulo, v. 16, n. 1, p. 42-55, 2013. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1415-47142013000100004> Acessado em: 25 set. 2018.

CYRULNIK, B. **Os patinhos feios**. São Paulo: Martins Fontes, 2004.

CYRULNIK, B. (2006a). **Falar de amor à beira do abismo**. Martins Fontes.

CYRULNIK, B. (2014). Pourquoi la résilience? In Marie Anaut & Boris Cyrulnik (Orgs.), **Résilience: de la recherche à la pratique**. Odile Jacob

ENSINK, KARIN; FONAGY, PETER; NORMANDIN, LILA; BERTHELOT, NICOLAS; BIBERDZIC, MARKO & DUVAL, JOSÉE (2015). **O papel protetor da mentalização de experiências traumáticas: implicações quando da entrada na parentalidade**. Estilos da Clínica, 20(1), 76-91.

FONAGY, PETER (Ed.). (2010). Attachment and personality pathology. In John F. Clarkin, Peter Fonagy & Glenn O. Gabbard (Eds.), **Psychodynamic psychotherapy for personality disorders: A clinical handbook**(pp. 37–87). American Psychiatric Publishing, Inc.

FONAGY, PETER & TARGET, MARY (2006). **The mentalization-focused approach to self pathology**. *Journal of Personality Disorders*, 20(6), 544-576.

FONSECA, J. J. S. **Metodologia da pesquisa científica**. Fortaleza: UEC, 2002. Apostila.

FREUD, S. (1996). **Além do princípio de prazer**. In Edição Standard Brasileira das Obras Psicológicas Completas de Sigmund Freud (pp. 105-154). Rio de Janeiro: Imago. (Trabalho original publicado em 1920).

FREUD, S. (1917). Conferências introdutórias sobre a Psicanálise: ansiedade. In: FREUD, S. **Edição Standard. Brasileira das Obras Psicológicas Completas de Sigmund Freud**. Rio de Janeiro: Imago, 1975, v. 16, p.457- 481.

FREUD, S. (1996). **Luto e melancolia**. In Freud, S. [Autor], Edição standard brasileira das obras psicológicas completas de Sigmund Freud, v. 14. (Tradução: J. Salomão). Rio de Janeiro: Imago. (Original publicado em 1917[1955])

FREUD, S. (1905) **Três ensaios sobre a teoria da sexualidade**. Edição Standard. Brasileira das obras completas, vol. VII. Rio de Janeiro: Imago, 1976.

GOLSE, B. (2006). Le pédopsychiatre – psychanalyste face au concept de résilience. La résilience avant l’après-coup. In B. Cyrulnik & P. Duval (Orgs.), **Psychanalyse et Résilience** (pp. 61-76). Paris: Odile Jacob.

GRANT, M. **The Antonines: The Roman Empire in Transition**. *Routledge*, 2016, p. 29

HANUS, M. (2006). Freud et Promathée, un abord psychanalytique de la résilience. In Cyrulnik, B., & Duval, Ph. (orgs.), **Psychanalyse et résilience** (p. 187-204). Paris: Odile Jacob.

LAÉRCIO, D. (2000). **Lives of eminent philosophers**. Cambridge, MA: Harvard University Press VII.49

LARANJEIRA, C. A. S. de J. (2007, jul.set.). **Do invulnerável ser ao resiliente envelhecer**: revisão de literatura. *Psicologia: teoria e pesquisa*, Brasília, 23(3), 327-332.

LAPLANCHE, J. & Pontalis, J.-B. (1992) **Vocabulário da Psicanálise**. São Paulo: Martins Fontes. (Trabalho original publicado em 1967)

LAPLANCHE, J. & Pontalis, J.-B. (1988) **Fantasia Originária, Fantasias das Origens, Origens da Fantasia**. Rio de Janeiro: Jorge Zahar Editor. (Trabalho original publicado em 1964)

LEMAY, M. (2001). **La résilience avant la violence**. *Revue Québécoise de Psychologie*, 22(1), 135-148.

LI, W., YANG, Y., LIU, Z. H., ZHAO, Y. J., ZHANG, Q., ZHANG, L., ... & XIANG, Y. T. (2020). **Progression of mental health services during the COVID-19 outbreak in China**. *International journal of biological sciences*, 16(10), 1732

MARK, J. "**Marcus Aurelius: Plato's Philosopher King**". In: *World History Encyclopedia*, 09/05/2018

MARTY, PIERRE (1991). **Mentalisation et psychosomatique**. Les Empêcheurs de penser en rond.

MIELIMAŁA, M., RUTKOWSKI, K., CYRANKA, K., SOBAŃSKI, J. A., DEMBIŃSKA, E., & MÜLDNER-NIECKOWSKI, Ł. (2017). **Trait and state anxiety in patients treated with intensive short-term group psychotherapy for neurotic and personality disorders**. *Psychiatr. Pol*, 51(6), 1165-1179.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DE SAÚDE - OMS. (2017). **Depression and other common mental disorders: global health estimates**. Geneva

PALUDO, S. & KOLLER, S. H. (2007, jan.abr.). **Psicologia positiva: uma nova abordagem para antigas questões**. *Paidéia*, Ribeirão Preto, 17(36), 9-20.

RAMIRES, VERA REGINA RÖHNELT & GODINHO, LUCIA RECH (2011). **Psicoterapia baseada na mentalização de crianças que sofreram maus-tratos**. *Psicologia em Estudo*, 16(1), 61-70.

ROUSSILLON, RENÉ (2004B). **La dépendance primitive et l'homosexualité primaire en double**. *Revue Française de Psychanalyse*, 68(2), 421-439.

SANTOS, R. S. V. **Contribuição do estoicismo no enfrentamento das angústias existenciais no mundo contemporâneo**. *Revista Opinião Filosófica*. Journal-article, 2021.

SELIGMAN, M. & CSIKSZENTMIHALYI, M. (2000, jan.), **Positive Psychology: an introduction**. *American Psychologist*, 55(1), 5-14.

SILVA, E. (2010) **Mecanismos de defesa do ego**. *Psicologia.pt*. Minas Gerais.

STOCK, G. **Estoicismo, Guia definitivo**. Montecristo editora. 2020.

TYCHEY, C. & LIGHEZZOLO, J. (2006). La résilience au regard de la psychologie clinique psychanalytique. In B. Cyrulnik & P. Duval (Orgs.), **Psychanalyse et Résilience** (pp. 127-154). Paris: Odile Jacob.

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

ZUKERFELD, R. (2005, jun). **Psicanálise, psicossomática e medicina: sobre a vulnerabilidade e a resiliência**. *Revista da Sociedade de Psicologia do Rio Grande do Sul*, Porto Alegre, 4(1), 7-17.