

Comemoração ao centenário das Conferências Introdutórias à Psicanálise (1916-1917) de S. Freud

Desenvolvimento e Regressão

*Por Cíntia Xavier de Albuquerque**

Nosso desenvolvimento emocional não é contínuo, progressivo, estável. Há avanços e retrocessos. Dá um trabalho enorme. Isso é muito chato, e não se trata de falta de otimismo. É que o psiquismo se defronta frequentemente com obstáculos, geralmente externos, e nós queremos satisfação! Toda frustração gera alguma turbulência, e utilizamos diferentes mecanismos – sem ter muita consciência - para lidar com isso.

Há pessoas que são constitucionalmente mais tolerantes a frustrações. Emocionalmente flexíveis, conseguem substituir desejos, interesses e necessidades com certa facilidade, e vão adiante mais confortáveis dentro de si. Mesmo assim há uma certa dose de frustração que os humanos podem tolerar sem adoecer. Todo mundo entende quando se diz que fulano está somatizando...

Vocês já viram como os bebês são diferentes? Na hora da fome, por exemplo, há aqueles que quase não suportam esperar e há os que conseguem ir se distraindo com dedos, chupetas e outros objetos. Até que não dá mais. Mesmo para esses a tolerância à frustração tem prazo de validade e a fome passa a gerar sensações que podem, sem exagero, ser chamadas de desespero. Sentindo – e pensando - do ponto de vista do bebê, instala-se um estado de ameaça. Já perceberam como há adultos que ficam desorganizados emocionalmente quanto a fome aperta? Ou quando não dormem bem? Por isso: há muitos resquícios dos tempos de bebês em todos nós. É bom conhecê-los.

Quanto mais rígida e inflexível a personalidade de uma pessoa, mais difícil é sua negociação com a vida. Nós somos o resultado da combinação de diversos tipos de fatores constitucionais e de experiências ambientais e, portanto, cada humano tem sua singularidade, seus pontos fortes e sua fragilidade, suas inibições e também a possibilidade de se desenvolver. E formamos parcerias totalmente diferentes com as pessoas. Há aquelas com as quais funcionamos melhor, há aquelas com as quais não conseguimos nada ou rapidamente perdemos o instável equilíbrio emocional. E as melhores intenções vão por água abaixo.

Falando nisso, se há uma coisa útil é o tal reconhecimento de que vivemos conflitos, turbulências e recuos. Fases melhores alternadas com outras de grande

desconforto. É bom lembrar – e aceitar - que vamos ultrapassando desafios pela vida toda. Já vivemos isso inúmeras vezes desde que nascemos. É melhor reconhecer as encrencas, sentir as dores do que negá-las, saber que há limites e que não se pode tudo, não se consegue tudo, não basta querer para ter. Porque ficamos menos regredidos, mais adultos e, portanto, melhor encaixados na vida. Sem perder a alegria! Isso é fundamental. Bom humor salva. Avançamos no nosso desenvolvimento quando reconhecemos as verdades – que, por sinal, mudam.

Mas se tem outra coisa boa, que alimenta e conforta, é a expansão da capacidade de amar. De se preencher com gostosas e possíveis vivências. Acompanhados por outros ou por nós mesmos. Isso é responsabilidade de cada um.

Como diz Riobaldo, no Grande Sertão: Veredas

Qualquer amor já é
Um pouquinho de saúde
Um descanso na loucura.

* Cíntia Xavier de Albuquerque é membro titular da Sociedade de Psicanálise de Brasília.