

Alguns dos vocabulários mais usados em psicanálise

Racionalização

Por Joyce Goldstein*

O criador do termo *Racionalização* foi Ernest Jones, biógrafo de Freud. Apresentou o termo no Primeiro Congresso Psicanalítico Internacional, em 1908 e Freud o referiu pela primeira vez, em 1911, no “Caso Schreber”.

Na história da Psicanálise, *Racionalização* ganhou o significado de um processo mental no qual o indivíduo busca tornar aceitável e racional uma determinada ação, ideia, sentimentos, etc. Funciona como um dos Mecanismos de Defesa, aos quais o indivíduo recorre para defender-se de perigos reais ou fictícios, cujo objetivo é proteger a integridade do Ego na luta contra ideias ou afetos dolorosos ou insuportáveis. A *Racionalização*, como Mecanismo de defesa, tem a finalidade de proteção da psique e a supressão do conteúdo considerado perigoso.

Cabe salientar que, para a Psicanálise, “defesas” são estratégias e técnicas utilizadas pelo Ego, ao exercer sua função de administrar os impulsos mais primitivos da mente (nosso lado instintivo – id -), negociar com as restrições do superego (nossos valores morais e regras internalizadas) e adaptar à realidade as contrariedades inerentes da vida psíquica do indivíduo. Mesmo sendo uma estratégia, é um processo inconsciente e permite à mente encontrar uma solução para conflitos não resolvidos ao nível da consciência, tendo a ocorrência da angústia, como condição indispensável para o indivíduo acionar alguma operação defensiva. São universais e normais a todos seres humanos e dependendo da intensidade dos impulsos (do id) e das condições ambientais, os mecanismos de defesa podem se apresentar desde formas mais adaptadas, bem como, até formas alienantes e doentias, determinando um menor ou maior grau de patologia.

Ana Freud (1936), escreveu uma obra prima sobre o tema e oferece pelo menos, quinze tipos de Mecanismos de Defesa, entre eles: a *Racionalização*, que é o processo pelo qual o indivíduo procura apresentar uma explicação coerente do ponto de vista lógico, ou aceitável do ponto de vista moral, legal, religioso, para uma atitude, uma ação, um sentimento, de cujos motivos verdadeiros não se apercebe. Como um Mecanismo de Defesa, a *Racionalização* é um recurso inconsciente do Ego, de adaptar e amortecer os impactos, desejos e sentimentos inaceitáveis, expressando-se de maneira menos desastrosa. É uma operação defensiva para proteger o Ego do desprazer psíquico.

O mecanismo de *Racionalização* significa a atribuição de motivações mais plausíveis do que verdadeiras, oferecendo uma justificativa de ordem racional ou ideal, ou seja, justifica a deformação da realidade ou da verdade. Apoiando-se num

raciocínio lógico, procura explicar sentimentos e emoções que não controla, disfarçando assim, seus conflitos internos para si e para os outros.

É um modo de aceitar a pressão do Superego, de disfarçar verdadeiros motivos, de tornar o inaceitável mais aceitável. Enquanto obstáculo ao crescimento, a *Racionalização* impede a pessoa de aceitar e de trabalhar com as forças motivadoras genuínas, apesar de menos recomendáveis. Como exemplo metafórico, recorremos à fábula da raposa, que não conseguindo ter acesso às apetitosas uvas que cobiçava, racionalizou que elas não interessavam porque “estavam verdes”.

A *Racionalização* encontra forte apoio nas ideologias constituídas, que atuam referindo-se muitas vezes como uma “mentira” inconsciente que se põe no lugar do que se reprimiu.

Sugestões de leituras:

Freud, A. (2006). *O ego e os mecanismos de defesa*. Porto Alegre: Artmed.

Laplanche, J. & Pontalis, J. (2004). *Vocabulário da psicanálise*. São Paulo: Martins Fontes.

Zimerman, D.E. (2001). *Vocabulário contemporâneo de psicanálise*. Porto Alegre: Artmed.

* Joyce Goldstein é psicanalista da Sociedade Psicanalítica de Porto Alegre.