

TRANSTORNOS MENTAIS NAS REDES SOCIAIS: Da Invisibilidade à Superexposição

Camila Fortes Monte Franklin¹

Resumo

Os dramas e as preocupações de hoje não são os mesmos de 100 anos atrás. A forma com que a sociedade lida com as questões do mundo foi se modificando de acordo com o tempo e, assim, a cada época, existe a sua maneira de lidar com os sofrimentos da mente. As redes sociais se tornaram uma válvula de escape, identificação e, ao mesmo tempo, um campo de reconhecimento de si através do olhar do outro. O presente artigo tem como objetivo refletir sobre como os transtornos mentais saíram do campo da invisibilidade para uma superexposição em rede, considerando as transformações do sofrimento psíquico e as redes sociais como um campo de interação. Através de uma revisão bibliográfica do pensamento e dos conceitos dos seguintes autores, esta pesquisa visa identificar como se deu esse processo de transformação ao longo das décadas e como as redes sociais atingiram esse processo. São eles: o sofrimento psíquico por Sigmund Freud (1930) e Christian Dunker (2015), o circuito dos afetos por Vladimir Safatle (2015), a cultura do narcisismo em Christopher Lasch (1979) e, por fim, as redes sociais como ferramenta de aproximação com Rodriguez (2015).

Palavras-chave: Sofrimento. Afetos. Redes Sociais. Tecnologias midiáticas.

MENTAL DISORDERS IN SOCIAL NETWORKS: From Invisibility to Overexposure

Abstract

Today's dramas and worries are not the same as 100 years ago. The way in which society deals with the issues of the world has been changing according to time, and thus in every age there is its way of dealing with the sufferings of the mind. Social networks have become a valve of escape and identification and, at the same time, a field of self-recognition through the eyes of the other. This article aims to reflect on how mental disorders have moved from the invisibility field to a network overexposure, considering the transformations of psychic suffering and social networks as a field of interaction. Through a bibliographical review of the thinking and concepts of the following authors, this research aims to identify how this transformation process took place over the decades and

¹Jornalista. Mestranda em Comunicação na Universidade Federal do Piauí. Bolsista da Fundação de Amparo a Pesquisa do Piauí (FAPEPI).

how social networks reached this process. They are: psychic suffering by Sigmund Freud (1930) and Christian Dunker (2015), the circuit of affections by Vladimir Safatle (2015), the culture of narcissism in Christopher Lasch (1979) and, finally, social networks as a tool of approximation with Rodriguez (2015).

Keywords: Suffering. Affections. Social networks. Media technologies.

Introdução

As novas definições de sujeito contemporâneo exigem uma construção de identidade particularmente impecável. As obrigações sociais se desdobram, a visibilidade em marcha se torna um fenômeno cotidiano, capaz de transformar a vida das pessoas de modo bastante influente. O surgimento das tecnologias midiáticas, principalmente das redes sociais, proporcionou na sociedade contemporânea o que podemos denominar como um cenário de manifestações individuais. A liberdade de expressão dentro dessas tecnologias permitiu a expansão de diversas questões, como o discurso de ódio, o *cyberbulling* e as *fakenews*, mas também abriu portas para novos diálogos sobre questões coletivas antes vistas como individuais.

O sofrimento humano é uma dessas questões, e a forma como a sociedade contemporânea lida com os sentimentos de angústia, medo, ansiedade, estresse, depressão, bipolaridade está diretamente ligada à forma e a frequência com que esses assuntos são discutidos dentro dos espaços de interação social. É fato que a participação dessas novas tecnologias no cotidiano, principalmente dos adolescentes e jovens, tem provocado efeitos de cobrança social e, conseqüentemente, atuam como pontapé ou mesmo como um acelerador desses sintomas. É importante destacar que essas cobranças sociais não são novidade na sociedade, contudo, acontecem hoje sob novos moldes – onde antes havia uma pressão social, agora também há uma cobrança virtual.

A possibilidade de um espaço de interação e compartilhamento de subjetividades, como as tecnologias midiáticas, ser útil para o acesso à informação de qualidade sobre questões individuais\coletivas é de grande importância para sociedade contemporânea. A partir dos compartilhamentos

desses sintomas é que esses meios digitais também atuam como ferramenta de compartilhamento de realidades e, podem ser potenciais instrumentos de quebra de preconceitos e estereótipos.

O presente artigo tem como objetivo refletir sobre de que modos os transtornos mentais saíram do campo da invisibilidade para uma superexposição nas redes sociais, considerando as transformações do sofrimento psíquico e essas tecnologias digitais como um campo de interação, bem como compreender quais aspectos históricos foram pontapé inicial para a compreensão de comportamentos contemporâneos e quais aspectos evolutivos são potenciais para esses comportamentos.

Para isso, fazemos um breve histórico do sofrimento psíquico e suas variáveis ao longo das décadas a partir do pensamento de Freud (1930), percebendo panoramicamente como a diagnóstica da loucura e os conflitos individuais do homem contemporâneo estão estreitamente ligados; em seguida, fazemos um paralelo entre o campo dos afetos desenvolvido por Freud (1930) e o circuito dos afetos desenvolvido por Safatle (2015), identificando as possíveis delimitações do Eu em relação ao mundo externo e em como são potenciais barreiras condicionantes para o controle das subjetividades dos sujeitos.

Seguimos no outro tópico desenvolvendo o pensamento sobre a cultura do narcisismo desenvolvida por Lasch (1979), percebida como uma cultura do Eu que reflete uma busca fanática pelo sucesso e por um reconhecimento do Outro para que o indivíduo pode se reconhecer como é ou como quer ser. Por fim, a partir do pensamento de Rodriguez (2015), refletimos sobre como as tecnologias digitais, especialmente as redes sociais, são ferramentas de aproximação e identificação social, seja para um reconhecimento de si ou uma possível libertação de si.

Nesse sentido, percebemos uma cronologia entre o sofrimento psíquico e seus primeiros indícios e as formas contemporâneas de lidar com a realidade, considerando, numa sequência lógica, a maneira com que a sociedade age e reage as questões cotidianas.

O Sofrimento Psíquico e suas Variáveis

Durante toda a história da humanidade, o homem se deparou com situações de mal-estar. As inquietações e angústias fizeram parte do homem primitivo e fazem parte do homem contemporâneo, contudo, aconteceram de maneiras distintas ao longo dos séculos. O sofrimento dos sujeitos foi se modificando a partir de cada época, e em suas variáveis, o homem busca formas de afastar, amenizar ou ignorar esses sofrimentos. Sigmund Freud em “O mal-estar na civilização” (1930) identifica a experiência do sofrimento psíquico a partir da subjetividade dos sujeitos, e não apenas como uma questão médica – referente à fisiologia humana – ou moral – no que se refere à correção e educação –, como era vista anteriormente aos seus estudos.

A vida, tal como nos coube, é muito difícil para nós, traz demasiadas dores, decepções, tarefas insolúveis. Para suportá-la, não podemos dispensar paliativos (...). Existem três desses recursos, talvez: poderosas diversões, que nos permitem fazer pouco de nossa miséria, gratificações substitutivas, que a diminuem, e substâncias inebriantes, que nos tornam insensíveis a ela. (FREUD, 1930, p. 20)

Se por um lado nos apoiamos na ideia do autor que afirma que o sofrimento foi se modificando ao longo do tempo através do sentido da experiência da dor psíquica e que também afirma que existem três pilares básicos para o homem suportar o sofrimento, é importante perceber como determinados estados de ser que derivam de um sofrimento independem do modo e do tempo nos quais são descritos, bem como compreender como essas transformações foram acontecendo dentro e a partir desses três recursos trabalhados por Freud.

Para o autor, o conceito de *Unbehagen in der kultur* – traduzido do alemão para o português como *mal-estar na sociedade*, utilizando a ideia de desabrigo, de um ambiente hostil –, é o paradigma da psicanálise que descreve o indivíduo desabrigado que vive em um mal-estar em civilização. Christian

Dunker em “Mal-estar, sofrimento e sintoma: Uma psicopatologia do Brasil entre muros” (2015) traz uma tradução livre do conceito desenvolvido por Freud.

O problema para traduzir *Unberhagen* é, portanto, encontrar uma palavra que responda tanto à série do desprazer-insatisfação quanto à série do infortúnio-infelicidade, de tal forma que contenha a experiência de mundo como espaço, lugar ou posição. O *mal-estar* não é apenas uma sensação desagradável ou um destino circunstancial, mas o sentimento existencial de perda de lugar, a experiência real de estar fora de lugar. (DUNKER, 2015, p. 41)

Essa noção de mal-estar abarca o que consideramos como angústia, embora não se limite apenas a isso. Ainda em “Mal-estar, sofrimento e sintoma: Uma psicopatologia do Brasil entre muros”, Dunker traça três noções de sofrimento a partir da psicanálise. Na primeira, o sofrimento se sustenta em uma estrutura narrativa. O acontecer do sofrimento se dá em um momento da história, e como funções básicas da linguagem, são as narrativas com as quais o ser humano se depara e sofre. A segunda noção de sofrimento é transativista, considerada compartilhada e coletiva, como por exemplo, em um diálogo onde as pessoas envolvidas comparam qual sofrimento é maior, quem é a maior vítima – como uma competição. O sofrimento transativista também se dá considerando que ao ver uma pessoa em sofrimento, o meu Eu também sofre, pois se solidariza com o sofrimento alheio.

O terceiro traço da noção de sofrimento é a de que depende de atos de reconhecimento. É o caso de sofrimentos legítimos e ilegítimos – por exemplo, considerar que um sujeito não deveria sofrer de uma determinada maneira e sim de outro modo, desconsiderando seus contextos pessoais, culturais, históricos, sociais etc. Assim, o modo como escrevemos as narrativas dos discursos de sofrimento transformam nossa experiência de sofrimento. Ainda segundo Dunker (2015), historicamente, a partir dos anos de 1940, surgiram as neuroses de caráter e as personalidades narcísicas do pós-guerra, bem como os quadros de histeria e agressões físicas. Eram neuroses que afetavam mais as pessoas em volta do que o próprio indivíduo. Já nos anos 50, a ansiedade e

a depressão se consolidam, bem como surgem novas diagnósticas que circulam em torno do mal-estar na civilização. Eram as neuroses narcísicas, ligadas a um vazio existencial, a uma inadequação.

(...) a partir dos anos 50, o grande quadro clínico, o paradigma fundador da psicanálise, a saber, a histeria, teria se “desmanchado no ar”. As histerias de conversão, com seus ataques corporais e dissociações de consciência, entraram em rarefação. No lugar da “boa e velha histeria” surgem personalidades infantilizadas e dependentes, tipos ansiosos e caracterizados por depressões narcísicas, formas psicossomáticas marcadas por adoecimentos crônicos e, para completar, loucuras históricas, insubmissas e *boderline*. (DUNKER, 2015, p. 63)

No Brasil, entre as décadas de 50 e 70, “surge um gosto pela patologização das formas impuras e transitórias”. Os diagnósticos se limitam entre o positivo e o negativo, como entre o “discriminado-indiscriminado, confuso-organizado, unitário-fragmentário”, bem como questões de “baixa autoestima” e “problemas de comunicação”. Um marco importante no avanço dos diagnósticos e de um olhar direcionado ao que ainda se denominava “doenças mentais” foi que no final da década de 70, a Reforma Psiquiátrica no Brasil ganha força ao criticar o modelo asilar de assistência em saúde mental, bem como a mercantilização da loucura.

Os diagnósticos litorâneos captam novas formas de sofrimento, conferindo-lhes nomeações nas quais o mal-estar pode ser reconhecido. Elas se distinguem dos diagnósticos murados, que justificam intervenções químicas e demais contenções regulativas. (DUNKER, 2015, p. 99)

Já nos anos 80, surgem os pacientes limítrofes, quadros *boderlines* – pacientes em estados limites, ou seja, pessoas que tem dificuldade em aceitar o laço com o outro, pois existem demandas, expectativas etc e se caracterizam por humor, comportamentos e relacionamentos instáveis. As terminologias relacionadas à saúde mental se modificam, ocorrendo uma despatologização da “doença mental”, que veio a se tornar “transtorno”, “desordem” ou “dificuldade” (DUNKER, 2015). Profissionais da saúde mental se mobilizavam

para denunciar os maus tratos cometidos dentro das instituições psiquiátricas e para se auto organizarem nos movimentos sociais de saúde. Nos anos 90, se instala um sistema baseado na medicalização maciça e de modo institucionalizado, a mercantilização da loucura passa a fazer parte dos protocolos da razão diagnóstica, dando suporte à psiquiatria brasileira.

Os usuários, antes chamados pacientes, agora são geridos à base de contratos terapêuticos, cuja métrica de resultados baseia-se indiretamente na redução dos custos, do empenho e do retorno do investimento das cooperativas que se incubem dos equipamentos de saúde. (DUNKER, 2015, p. 54)

Nos anos 2000, surgem os pânicos e as disfunções alimentares, como anorexia e bulimia. As políticas de saúde mental se direcionam a uma substituição das práticas clínicas através de intervenções farmacológicas, a fim de desenvolver um novo mecanismo e assistência que seja econômica, acessível e prática, baseada em protocolos simples de diagnóstico e medicalização dos usuários.

Com base nesse breve histórico do sofrimento psíquico e suas variações ao longo das décadas, é possível perceber que a ideia de sofrer demonstrava fraqueza e incapacidade de lidar com a realidade. Seja as neuroses ou os sintomas de sofrimento cotidiano, o indivíduo da era industrial que manifestava sinais de loucura, era também acompanhado pelo estigma e preconceito social. A ideia de indivíduos considerados normais pela sociedade necessitar de medicalização e acompanhamento médico-psicológico quebrou barreiras em relação a esses estigmas. A partir disso, se inicia uma multiplicação de entidades diagnósticas e o surgimento crescente de novas formas de medicalização, com mais eficácia, menos efeitos colaterais e maior poder de combinação entre medicamentos. O “sistema de negócio” da saúde em geral, mas especificamente da saúde mental, se desenvolve em grandes proporções e transforma a medicalização em válvula de escape do indivíduo angustiado.

Fazemos aqui uma reflexão: até que ponto esse “sistema de negócio” condiciona o indivíduo a depositar suas insatisfações e as variáveis do mal-estar cotidiano na medicalização? É preciso considerar cada novo sofrimento

como resposta às transformações do mundo e de suas épocas. Isso não significa que cada época determina e produz os sintomas dos indivíduos, mas sim, de que em cada época há novas formas de lidar com o sofrimento e o mal-estar cotidiano. Freud introduz uma teoria sobre a noção de mal-estar que contempla os sintomas e outras formas de sofrimento.

Já demos a resposta, ao indicar as três fontes de onde vem o nosso sofrer: a prepotência da natureza, a fragilidade de nosso corpo e a insuficiência das normas que regulam os vínculos humanos na família, no Estado e na sociedade. No tocante às duas primeiras, nosso julgamento não tem por que hesitar: ele nos obriga ao reconhecimento dessas fontes do sofrer e à rendição ao inevitável. Nunca dominaremos completamente a natureza, e nosso organismo, ele mesmo parte dessa natureza, será sempre uma construção transitória, limitada em adequação e desempenho. (...) Temos outra atitude para com a terceira fonte de sofrimento, a social. Esta não queremos admitir, não podendo compreender por que as instituições por nós mesmos criadas não trariam bem-estar e proteção para todos nós. Contudo, se lembrarmos como fracassamos justamente nessa parte da prevenção do sofrimento, nasce a suspeita de que aí se esconderia um quê da natureza indomável, desta vez da nossa própria constituição psíquica. (FREUD, 1930, p. 29-30)

Desse modo, podemos compreender determinadas questões como chaves para o entendimento e como propulsores do sofrimento psíquico: o mundo exterior, como espaço e território que ocupamos, responsável pela nossa construção como ser vivo, comunidade, indivíduo em sociedade etc; o nosso corpo, como matéria que se dissolve com o tempo e se torna suscetível à dor; e por fim, as relações e vínculos que construímos ao longo do tempo e que nos faz entrar em contato com outras realidades e percepções. Um outro ponto importante para a compreensão do sofrimento são os avanços das pesquisas e a facilidade de acesso aos meios. As variáveis compreensões do sofrimento psíquico se construíram e desconstruíram, transformando a experiência individual em experiência coletiva.

A experiência individual no sofrimento singular se expressa em falas únicas, de preferência em primeira pessoa. Por isso é importante jamais separar o sofrimento dos movimentos sociais

que lhe deram origem. O sofrimento individual, aliás, é ele mesmo um efeito social bem delimitável por sentimentos que lhe seriam atinentes: piedade e culpa, vergonha e desamparo, indiferença e ressentimento. (DUNKER, 2015, p. 26)

É o que a tese desenvolvida por Vladimir Safatle em “Grande Hotel Abismo: por uma reconstrução da teoria do reconhecimento” (2015) afirma ao apontar que patologias sociais e individuais não são opostas somente pelos sujeitos do sofrimento, mas sim por haver de opor o sofrimento vivido por um indivíduo e o sofrimento de “ter que ser um indivíduo” que segue normas, que é cobrado socialmente e que sofre por perda de domínios (ou poder) ou por não suprir determinadas expectativas.

A patologia do social se mostra primeiro como sofrimento, depois como sintoma. O sofrimento, por sua vez, mostra-se sempre ou como sentimento de perda de poder (impossibilidade de fazer reconhecer o próprio desejo) ou como expectativa irrealizada de liberdade (impossibilidade de reconhecer o próprio desejo). Portanto, o sofrimento não constitui uma resistência social por si; ele só se torna um fator político quando se conecta com a experiência de perda de identidade, dando, assim, ensejo a práticas de reconstituição ou suspensão da lei. (DUNKER, 2015, p. 38)

O sofrimento advindo desse sentimento de perda de poder ou de expectativa irrealizada de liberdade é definido pelo que Freud denomina de *discomfort*, no português, *desconforto*. É o peso existencial da angústia – mas que não é apenas angústia –, do ser estranho e ao mesmo tempo familiar – denominado por Freud como *Unheimlich* – e que se qualifica como sentimento torturante.

Ora, o mal-estar está tanto em uma vida feita de cercamentos determinados (construções culturais, leis, formas sociais e condomínios) quanto na experiência do aberto, indeterminado, como no deserto (nossa errância desencontrada, familiar-estrangeira, esquizoide). (DUNKER, 2015, p. 43)

Assim, essa angústia que se repete, que se mantém constante, sem causa ou razão específica, pode ser compreendida como mal-estar. Para Dunker, a noção de mal-estar é apresentada como dificuldade de nomeação,

quando não se percebe a culpa que a experimentamos como um *mal-estar*. Esse sofrimento advindo da sensação do *mal-estar* e da angústia se modifica de acordo com a época em que se manifesta, definindo qual sofrimento se enquadra como sendo do cotidiano e suportável e qual sofrimento se enquadra no patológico.

Desse modo, percebemos uma construção histórica da noção de sofrimento, que se modifica de acordo com os anos e que, embora se atualize a cada época, ainda se mantém como uma questão facilmente identificável em um não-reconhecimento de si e de um reconhecimento no outro e, principalmente, no sofrimento do outro. Esse reconhecimento se dá não apenas para o outro, mas depende do olhar do outro para que olhar do indivíduo sobre si mesmo seja legítimo – visto que o Eu que se relaciona comigo mesmo se diferente do Eu que se relaciona com o outro. No que se refere a um campo dos afetos, essas questões tomaram grandes proporções e fazem parte da vida cotidiana.

Campo dos Afetos

A vida moderna colocou o homem como centro do universo e medida de todas as coisas, o que desencadeou uma corrida em busca da felicidade comprovada. A necessidade de existir intensamente aos olhos do outro fez com que a sociedade moderna exaltasse permanentemente os espaços, as formas, os contextos, os cenários, as falas, os posicionamentos dos indivíduos, mediante o olhar do outro, condicionado àquilo que o outro vai admirar. Sigmund Freud, ainda em “O mal-estar na civilização” (1930), nos apresenta as inúmeras variáveis da delimitação do Eu em relação ao mundo externo.

A patologia nos apresenta um grande número de estados em que a delimitação do Eu ante o mundo externo se torna problemática, ou os limites são traçados incorretamente; casos em que partes do próprio corpo, e componentes da própria vida psíquica, percepções, pensamentos, afetos, nos surgem como alheios e não pertencentes ao Eu; outros, em que se atribui ao mundo externo o que evidentemente surgiu no Eu e deveria ser

reconhecido por ele. Logo, também o sentimento do Eu está sujeito a transtornos, e as fronteiras do Eu não são permanentes. (FREUD, 1930, p. 12)

Em 1930, Freud já antecipava o que viria a ser sociedade atual: de um lado, uma sociedade que incita os indivíduos ao extremo, a viver sem limites, a ultrapassar as barreiras, e que em uma espécie de imperativo do gozo, os indivíduos que convivem em sociedade precisam dar provas de que são bem sucedidos. Potencialmente dependente, esses indivíduos esperam do mundo uma aprovação sobre si mesmo. Do outro lado, em contrapartida, temos uma sociedade que reproduz gerações cada vez menos impelidas a pensar em como são sujeitos responsáveis por suas vidas e capazes de mudanças, a achar que sua participação no mundo fará pouca diferença e que o nível macro de possibilidades e opções transforma sua identidade em algo micro. Essas situações, ocorrendo mutuamente, são potenciais gatilhos para grandes conflitos existenciais.

Seja para si, para o mundo ou para o outro, o que todo indivíduo procura é a felicidade (FREUD, 1930). A busca pela felicidade também tem dois lados: a vivência de fortes prazeres que proporcionem satisfação repentina e do outro, a ausência de dor e desprazer. Aplicando na realidade moderna, não bastaria dizer que não está triste, mas dizer e provar que se está feliz.

Aqui podemos transitar para o caso interessante em que a felicidade na vida é buscada sobretudo no gozo da beleza, onde quer que ela se mostre a nossos sentidos e nosso julgamento, a beleza das formas e dos gestos humanos, de objetos naturais e de paisagens, de criações artísticas e mesmo científicas. Essa atitude estética para com o objetivo da vida não oferece muita proteção contra a ameaça do sofrer, mas compensa muitas coisas. A fruição da beleza tem uma qualidade sensorial peculiar, suavemente inebriante. Não há utilidade evidente na beleza, nem se nota uma clara necessidade cultural para ela; no entanto, a civilização não poderia dispensá-la. A ciência da estética investiga as condições em que o belo é percebido; sobre a natureza e origem da beleza ela nada pôde esclarecer; como de hábito, o insucesso é escondido numa prodigalidade de palavras altissonantes e pobres de sentido. (FREUD, 1930, p. 27)

Desse modo, tanto a felicidade quanto o sofrimento se tornam refém do olhar do outro, onde, se o outro não reconhece a minha felicidade, ela não é suficiente; e onde se o outro não reconhece meu sofrimento, eu entro em um estado de patologia de mim mesmo. Experiências cada vez mais comuns nos dias atuais, onde sensibilidades são reprimidas em prol de velocidade e efetividade. Percebemos que uma forma de organização política, econômica e social alimenta e condiciona um certo ritmo de nossos desejos, nossas alegrias e das nossas formas de sofrer.

Um campo de afetos se naturaliza e condicionados aos mesmos afetos de sempre, os indivíduos não são mais capazes de criar novas formas de laços sociais e os elos cotidianos vão se tornando cada vez mais frágeis. Vladimir Safatle (2015) desenvolve o pensamento de transformação dos afetos como forma de transformação política - enquanto prática fundamental de produtividade social. Para Safatle, há um momento em que, de uma certa maneira, a consciência humana precisa se angustiar². Isso se faz necessário para que essa consciência consiga redimensionar o campo da sua própria experiência.

O autor compreende que os afetos que nos transformam têm características de afetos ambivalentes, e que a *angústia* que acomete os indivíduos pode ser compreendida como *desamparo*.

(...) o desamparo (*Hilflosigkeit*) tem algo de desabamento das reações possíveis, de paralisia sem reação (...) ou mesmo de extrema vulnerabilidade vinda do fato de se estar fora de si, mas agora dependendo de um Outro que não sei como responderá. (SAFATLE, 2015, p. 52)

Ou seja, o desamparo acontece quando o indivíduo não sabe como o Outro reage em relação a algo ou como lidar com determinado fato. Há um Outro involuntário que escraviza a vida do indivíduo e condiciona os afetos, e isso faz com que essa situação se torne tão angustiante a ponto do indivíduo

²Safatle (2015) utiliza a tradução do termo *angústia* trabalhado e desenvolvido por Sigmund Freud (1930) como *desamparo*.

ter como principal objetivo, cessar esse sentimento e se livrar dessa servidão. Para Safatle, o desamparo não pode ser produzido apenas pela consciência da vulnerabilidade do indivíduo em sua relação com o outro, “mas também pela própria ausência de resposta adequada às excitações pulsionais internas”, ou seja, para o autor, há uma articulação que ocorre duplamente entre fontes internas e externas, e é isso que se configura como traumático para o indivíduo.

Tal inadequação entre minha capacidade de reação, de controle, em suma, de representação sob a forma de um objeto, e a magnitude do que tenho diante de mim, dá à situação um caráter traumático. (SAFATLE, 2015, p. 62)

Para o autor, dois afetos limitam os indivíduos em sociedade. São eles: o medo e a esperança.

Medo e esperança são, a sua maneira, dois afetos complementares, pois estão vinculados em sua dependência mútua em relação à temporalidade da expectativa, temporalidade do acontecimento por vir, seja ele positivo ou negativo. É tal temporalidade que o desamparo elimina, desprovida de expectativa, que se expressa em um caráter fundamental de indeterminação. (SAFATLE, 2015, p. 64)

De um lado, o medo se associa às situações de perigo, à indeterminação de um objeto que potencialmente geraria um evento traumático, então à expectativa de um mal por vir. Do outro lado, a esperança se associa à uma expectativa de um bem por vir. Essa expectativa faz com que o indivíduo se programe em relação ao futuro, com o que está por vir. E diante essa expectativa do Outro, surge como um agir por demanda, que condiciona o indivíduo a agir sob aprovação desse Outro, numa busca de confirmações e potências de si, para que este seja amparado – no sentido de conforto, de lugar de reconhecimento, um lugar narcísico.

Ao longo dos anos, novas estrutura de expectativas vão surgindo, e o Outro antes visto como uma instituição de poder, um chefe ou uma figura consideravelmente distante da realidade do indivíduo, agora se aproxima e acomete um vizinho, um colega de trabalho, um parente, entre outros, onde

novas formas de reconhecimento de si através do olhar do outro, vão se emancipando e originando novas formas de disputa. É o que Freud (1921) denomina de narcisismo das pequenas diferenças.

Toda vez que duas famílias se unem por casamento, cada uma delas se acha melhor ou mais nobre que a outra. Havendo duas cidades vizinhas, cada uma se torna a maldosa concorrente da outra; cada pequenino cantão olha com desdém para o outro. Etnias bastante aparentadas se repelem, o alemão do sul não tolera o alemão do norte, o inglês diz cobras e lagartos do escocês, o espanhol despreza o português. Já não nos surpreende que diferenças maiores resultem numa aversão difícil de superar, como a do gaulês pelo germano, do ariano pelo semita, do branco pelo homem de cor. (FREUD, 1921, p. 43-44)

Assim, o olhar do Outro se torna parâmetro para o sucesso e satisfação do indivíduo contemporâneo, que busca a todo momento provar para o Outro e se reconhecer no Outro para enfim, se realizar subjetivamente.

O mundo contemporâneo exige que a humanidade acompanhe a velocidade das tecnologias, que quanto mais produz, mais deve ser consumido; quanto mais se cria, mas se quer construir, e assim, aumentam-se as variáveis e possibilidades de escolhas. Essas possibilidades carregam consigo o peso da liberdade desregulamentada, como se o fato de ser livre para a escolha fosse angustiante o suficiente e fizesse o indivíduo se ver preso em outras questões que lhe dê algum norte. Então temos um mundo altamente tecnológico, veloz, frágil e excessivo, e que carrega consigo uma cultura narcisista, onde o indivíduo não busca apenas mostrar para o outro o seu sucesso, seu êxito, sua felicidade, mas mostrar pra si o quanto é capaz de se superar. É o que trabalharemos melhor no próximo tópico.

Cultura do Narcisismo

Além da angústia, um outro sentimento vem sendo desenvolvido quando se trata sobre os modos de relacionamento com o Outro. A ideia da *indiferença*

surge com grandiosa força, principalmente a partir do século XXI, onde a sociedade contemporânea vem se desenvolvendo e se construindo sob a ótica do ser indiferente em relação ao outro (DUNKER, 2017). A indiferença se apresenta como defesa para aquilo que o Outro provoca no indivíduo como algo que o próprio indivíduo não consegue admitir, nem reconhecer, nem lidar e nem mesmo gostar.

Essa indiferença se dá através de um estranhamento do outro que acontece por inúmeras questões: distanciamento de realidades, aversão, constrangimento, embaraços, zonas de conforto, entre outros fatores que realocam essas unidades para uma zona de indiferença. É sobre o que desenvolve Christopher Lasch em “A Cultura do Narcisismo” (1979):

O enfraquecimento dos vínculos sociais que têm origem no estado predominante do bem-estar social, ao mesmo tempo reflete uma defesa narcisista contra a dependência. Uma sociedade hostil tende a produzir homens e mulheres que são basicamente anti-sociais. Não deveria, portanto, surpreender-nos que, embora o narcisista concorde com as normas sociais, por medo de represália externa, ele pensa, com frequência, sobre si mesmo como um fora-da-lei e vê os outros, da mesma maneira, “como basicamente desonestos e pouco confiáveis, ou somente confiáveis por causa de pressões externas”. (LASCH, 1979, p. 38)

Aqui percebemos, sob a ótica da *indiferença*, as possíveis e reais influências no cotidiano contemporâneo. Pessoas que compartilham as mesmas realidades físicas mas que seus laços e relações são estreitos e fracos, sensíveis a qualquer estranhamento quiçá, participação. Assim, a indiferença vai se tornando não apenas um efeito de distanciamento físico e de realidades e nem mesmo apenas uma incapacidade que de pensar no outro e se por em seu lugar, mas sim de uma política, uma atitude em enfrentar e lidar com conflitos e diferenças, onde o indivíduo enfrenta obstáculos pelo método da esquiva e do silenciamento; por um método da transformação da realidade ao invés da transformação do indivíduo.

Para Lasch, existe um histórico na qual a humanidade se manifesta narcisicamente, porém, as formas, categorias, urgências e necessidades é que se modificaram ao longo dos anos.

Os homens sempre foram egoístas, os grupos sempre foram etnocêntricos, nada se ganha em se atribuir a essas qualidades um rótulo psiquiátrico. Contudo, a emergência das desordens do caráter como as mais proeminentes formas de patologia psiquiátrica, junto com a mudança na estrutura da personalidade que este desenvolvimento reflete, derivam-se de mudanças bem específicas em nossa sociedade e cultura – da burocracia, da proliferação de imagens, de ideologias terapêuticas, da racionalização da vida interior, do culto do consumismo e, em última análise, das mudanças na vida familiar, assim como de padrões variáveis de socialização. (LASCH, 1979, 27-28)

Assim, encontramos uma sociedade que busca cada vez mais se poupar de determinados conflitos para que não haja nenhum tipo de desgaste físico ou mental e para que não haja nenhum tipo de sofrimento. É importante destacar que esse processo ocorre tanto de um indivíduo para com si mesmo, como de um indivíduo para com outro indivíduo, como é o caso de pais super protetores que não querem que seus filhos vivenciem momentos de conflitos internos e externos.

A ética da autopreservação e da sobrevivência psíquica está, então, radicada, não meramente nas condições objetivas da guerra econômica, nas elevadas taxas de crimes e no caos social, mas na experiência subjetiva do vazio e do isolamento. Ela reflete a convicção – tanto uma projeção de ansiedades interiores, como uma percepção de como são as coisas – de que a inveja e a exploração dominam até mesmo as relações mais íntimas. (LASCH, 1979, p. 38)

A sociedade contemporânea foi buscando novas formas de se relacionar, novas mudanças nos espaços e possibilidades de interação expressão e comunicação. A introdução de novas mídias – principalmente as tecnologias digitais – no cotidiano da sociedade atual, fez com que uma rede de pessoas viessem a se conectar em qualquer parte do mundo, proporcionando uma autonomia do campo das mídias e que, por sua vez, impõe transformações nos contratos e vínculos sociais.

A possibilidade de interação rápida e eficiente fez dessas tecnologias – sobretudo das redes sociais – uma válvula de escape que permitia a existência de uma grande rede de conexão. Essa grande rede possibilitou inúmeras aproximações, mas também, reforçou um desligamento com a realidade, na qual as pessoas optavam por viver o mundo digital ao invés do mundo real. Escolher com quais pessoas conviver, com quais conflitos lidar, fizeram do indivíduo contemporâneo um sujeito cômodo. Deletar uma postagem, adicionar, curtir, excluir ou bloquear alguém, se tornaram as novas formas de ação e reação humana.

Por intermédio da família, os padrões sociais reproduzem-se na personalidade. Os arranjos sociais subsistem no indivíduo, sepultados na mente, abaixo do nível da consciência, mesmo após haver eles se tornado objetivamente indesejáveis e desnecessários (...). A percepção do mundo como um lugar perigoso e repulsivo, embora tenha origem em uma conscientização realista da insegurança da vida social contemporânea, recebe reforço da projeção narcisista de impulsos agressivos. A crença de que a sociedade não tem futuro, embora se baseie em certo realismo sobre os perigos do devir, também incorpora uma incapacidade narcisista de identificar-se com a posteridade ou de sentir-se parte do fluxo da história. (LASCH, 1979, p. 38)

As redes sociais, em sua beleza e perfeição, expunha apenas o lado positivo da realidade e, em contrapartida, se tornava um campo de manifestação de angústias e sofrimento. A dicotomia entre a visibilidade proporcionada pelas redes sociais e a solidão da angústia, vivenciada pelos mesmos indivíduos, são potenciais fatores dos conflitos internos atuais.

As tecnologias midiáticas permitiram das redes sociais se tornarem um campo avançado de interação social, mas também abriram portas para os indivíduos em rede criarem uma sociedade do espetáculo³ que busca a todo momento exaltar e reforçar indícios de felicidade e satisfação plena. Contudo, para além do que já sabemos, essa mesma sociedade busca formas de se reconhecer e se manifestar, diante as angústias e sofrimentos individuais que,

³ Guy Debord, *A Sociedade do Espetáculo*, 1967.

em rede, se tornam compartilhados, abrindo o campo – embora de outra maneira –, da identificação e pertencimento dos sofrimentos psíquicos.

Redes Sociais: Identificação e Aproximação Social

Enquanto campo de interação, as redes sociais proporcionaram a existência de um espaço de compartilhamento de pensamentos, ideias e posicionamentos. Assim como espaço de aproximação social onde indivíduos se conhecem e interagem virtualmente por questões de identificação – seja por locais compartilhados, amigos em comum, gostos familiares –, isso também acontece com um sofrimento que é refletido e identificado no outro, ou seja, o sofrimento de um indivíduo é comum ao sofrimento de outro e isso permite que também haja uma espécie de identificação.

Determinados comportamentos, atitudes, pensamentos, que antes eram adotados como obrigações sociais, hoje são pautas para discussões e quebra de paradigmas, estereótipos, espaços de auto-ajuda e diálogos abertos, bem como para manifestações de solidariedade e empatia a partir de algum laço em comum socialmente. Questões como o machismo, o racismo, lgbtfobia, gordofobia, se tornaram assuntos facilmente debatidos e desconstruídos no espaço das redes sociais, considerando o empoderamento e o fortalecimento das relações construídas entre os indivíduos que compartilham das mesmas experiências.

Uma outra questão desconstruída dentro das redes sociais e dos espaços das tecnologias digitais, se refere à medicalização cotidiana para pessoas ansiosas, depressivas, bipolares, que antes eram vistos como loucos, e que no espaço das tecnologias digitais e das redes sociais, abriu-se a possibilidade para ver que a loucura não se trata apenas de uma pessoa potencialmente agressiva e incapaz, como se costuma ver nos discursos estereotipados, mas de toda uma fragilidade emocional em lidar com determinadas situações cotidianas.

Assim, um indivíduo que na sociedade contemporânea se utiliza de remédios controlados para se manter convivendo em harmonia, já não causa nenhum tipo de estranhamento social, pois dificuldades em lidar com determinadas questões e realidades é algo comum a todo indivíduo que compartilha espaços, reflexões etc. Como citamos anteriormente, a forma com que um indivíduo fala do seu sofrimento, altera e modifica a forma com que ele vê o próprio sofrimento.

Se antes o diagnóstico psicopatológico podia significar uma temível, às vezes irreversível, inclusão jurídico-hospitalar ou exclusão moral educativa, agora ele parece ter se tornado um poderoso e disseminado meio de determinação e de reconhecimento, quando não de destituição da responsabilidade de um sujeito. Instrumento útil para a articulação de demandas e direitos, em certas circunstâncias, ter um diagnóstico significa cruzar a tênue linha que pode nos separar do acesso à cidadania. Isso decorre do fato de que ter um sintoma é participar de uma exceção, e ser uma exceção nomeável que responsabiliza e implica os dispositivos de subjetivação como o hospital, o direito, o Estado, a escola. (DUNKER, 2015, p. 24)

Falar sobre angústias, medos, ansiedades, dificuldades – questões socialmente consideradas como fraqueza emocional –, altera a forma de lidar com essas questões, e quando um indivíduo vê nas redes sociais uma oportunidade e espaço para compartilhar seus testemunhos e experiências, e outro indivíduo vê e se identifica com esses testemunhos, por sua vez, também se modifica a forma de lidar com essas experiências. Pablo Esteban Rodriguez em *“Espetáculo do Dividual: Tecnologias do eu e vigilância distribuída nas redes sociais”* (2015) apresenta um entendimento de transformações individuais a partir do conceito de *vigilância* de si.

A imagem mesma de uma interioridade privada, íntima, é uma construção moderna; mas, aliás, se a vida social consiste, como mostra Goffman, num teatro onde se brinca com a criação de um “si próprio”, é preciso salientar que não são as redes sociais que levam a intimidade a se divulgar, mas sim que os dispositivos que cuidavam dessa intimidade se encontram entrelaçados com outros que a usam como valor de exibição. Assim, as redes sociais seriam, em todo caso, o

cenário onde se expressa essa mudança nas condições de criação de subjetividades, e pelo qual fica claro que a imagem na construção do eu, essa imagem tão desdobrada pela psicanálise, em especial na versão de Jaques Lacan, não se encontra no interior nem na superfície do indivíduo; se encontra mais bem difusa no curso da ação social. (RODRIGUEZ, 2015, p. 61)

Assim, podemos compreender que as novas experiências midiáticas não podem ser consideradas fatores principais para os novos entendimentos e diálogos sobre questões íntimas que, na sociedade contemporânea, vieram à luz. Mas sim sob a ótica de cenário, como um campo de troca de experiências e vivências individuais e coletivas que pode proporcionar novos entendimentos e formas de subjetivação.

Esses novos entendimentos abrem portas para compreendemos, como sociedade, a importância do compartilhamento de informações de modo inteligente, colaborativo, integrado, que busque dividir experiências e permita minimizar os efeitos de opressão e suas variáveis existentes.

Considerações Finais

Como resultado da presente pesquisa, compreendemos três etapas do processo de transformação, onde os sofrimentos psíquicos saíram do campo da invisibilidade para uma superexposição em rede. A primeira premissa se configura nas redes sociais como ferramenta de aproximação, como um espaço de compartilhamento de ideias, onde há um campo de interações e construção de subjetividades em território compartilhado. São os afetos compartilhados que acontecem de modo simultâneo e recíproco, capaz de construir, sucessivamente, as experiências individuais, coletivas e digitais.

Como segunda premissa, identificamos as redes sociais como ferramenta de compartilhamento de questões consideradas íntimas ou pessoais, como é o caso de conflitos internos, sentimentos de angústia, cansaço, preocupação com a própria imagem, sofrimentos em geral. Agora as redes sociais saem do campo do perfeccionismo e passam a um campo mais

real e subjetivo, capaz de refletir um Eu que sofre, se angustia, se preocupa, enfim, não tão perfeito como se é refletido nos primórdios das redes sociais. Agora existe um indivíduo que se identifica e se reconhece no sofrimento do Outro. Nessa premissa podemos identificar também um indivíduo que sente a necessidade do diálogo e do pertencimento, mesmo que não seja por um perfeccionismo, mas por compartilhar as mesmas questões de sofrimento e angústia e perceber que isso é inerente ao homem contemporâneo.

Aqui os indivíduos dialogam sobre essas questões e encontram espaço para refletir de modo subjetivo sobre suas angústias e sofrimentos. Aqui entramos com a terceira premissa, onde as redes sociais atuam como ferramenta de diálogo sobre o sofrimento individual, onde além do reconhecimento e do pertencimento coletivo, existe novas formas de lidar com essas questões e as subjetividades como modo de ser e estar no mundo.

A autonomia do campo das mídias impõe transformações nos contratos e vínculos sociais. A forma com que a sociedade contemporânea tem dialogado sobre as questões do sofrimento da mente, refletem diretamente na percepção dos indivíduos sobre como lidar com essas questões. O sofrimento humano está sujeito a alterações, e essas alterações só são possíveis a nível de mudança de mundo ou mudança de indivíduo, ou seja, só pode ser alterado mudando o mundo ou mudando a nós mesmos. As narrativas desses sofrimentos em relação à experiências do real é que são capazes de transformar a forma com que a sociedade vê as questões do sofrimento individual e conseguir resignificar suas potencialidades. Desse modo, a construção das narrativas dos sentimentos e sofrimentos é de extrema necessidade para que a sociedade saiba como lidar com as questões subjetivas cotidianas.

Referências

DUNKER, Christian. **Mal-estar, sofrimento e sintoma**: Uma psicopatologia do Brasil entre muros. São Paulo: Boitempo, 2015.

_____. **Reinvenção da intimidade**: políticas do sofrimento cotidiano. São Paulo: Ubu Editora, 2017.

FREUD, Sigmund (1930). **O mal-estar na civilização**. In: Obras psicológicas completas de Sigmund Freud: edição standard brasileira. Rio de Janeiro: Imago, 1996

LASCH, Christopher (1979). **A Cultura do Narcisismo**. Rio de Janeiro: Imago, 1983.

RODRIGUEZ, Pablo Esteban. Espetáculo do Dividual: Tecnologias do eu e vigilância distribuída nas redes sociais. In: **Revista Eco Pós/Tecnopolíticas e Vigilância**, v. 8, nº 2, 2015, Rio de Janeiro, p. 57-68.

SAFATLE, Vladimir. **Grande Hotel Abismo**: por uma reconstrução da teoria do reconhecimento. São Paulo: WMF Martins Fontes, 2015.