



PSICANALISTA
PATRÍCIA LINS

Siga-me nas redes sociais



<http://patricialins.org> | patricialins@patricialins.org

Será que minha questão pode ser investigada pela psicanálise?

Patrícia Lins de Paula
Psicanalista

“Acho que não preciso de terapia; consigo resolver minhas questões sozinho”

Estar com o outro ajuda a vencer aos poucos as nossas resistências. Freud (1912) defende que o analista deve ser opaco, como um espelho, e não mostrar senão aquilo que lhe é apresentado. Contudo, a análise requer que o sujeito se implique, ou seja, que esteja envolvido com o processo desagradável e doloroso que é devassar questões internas, por isso, a escolha pela análise sempre será uma decisão – e convicção – pessoal, da ordem do desejo. É preciso, portanto, querer.

“Sinto um cansaço inexplicável, mesmo para realizar as coisas mais simples”

O sintoma, para a psicanálise, é uma expressão particular de um conflito psíquico; por isso, talvez mais importante do que dar um nome ao que se tem, seja responder por que se sofre, e ao compreender a relação entre o sujeito e suas emoções, obter a cura. A primeira preocupação da análise, portanto, é investigar, por um método próprio, os processos inconscientes, e com isso, aliviar o sofrimento, com o tempo.

“Minhas questões são muito sérias, ninguém pode me ajudar”

Uma das considerações mais libertadoras na Psicanálise é que não se faz juízo de valor sobre o desejo, que não é ético, nem antiético. Talvez um dos poucos lugares onde podemos ser nós mesmos, afrouxando a repressão, sem a preocupação com o julgamento alheio, seja em análise.



PSICANALISTA
PATRÍCIA LINS

Siga-me nas redes sociais



<http://patricialins.org> | patricialins@patricialins.org

“Quero apenas uma dica, pois meu problema é pontual e isolado”

Ao estudar as neuroses (1913) Freud defende seu caráter orgânico, ou seja, é quase certo que o problema do sofrimento não seja pontual e isolado, mas sempre interdependente e ligado a causas guardadas no inconsciente. Assim, a dica (sugestão), que é diferente da intervenção, não resolve.

“Eu não tenho nenhum problema, mas pareço atrair gente problemática”

Por trás do “não tenho nenhum problema” quase sempre há um “é muito desagradável recordar que tenho um problema”, e quanto maior a resistência, maior a compulsão por repetir. Só a análise permite entender e elaborar de outro modo essas questões.

“Quero me livrar de uma dependência (química ou emocional)”

É preciso mergulhar fundo na subjetividade para entender a motivação de nossas “fontes de paixão”. Porque senão, deixamos um vício e buscamos em outro uma nova forma de satisfação para nosso conflito. A nossa cultura individualista e hedonista (culto ao prazer) nutre uma fantasia de que é possível viver sem dor, e que não há limites para isso. É preciso criar um modo de bem estar possível, não obstante o sofrimento – e talvez seja essa a cura de que estamos falando.

“Quero me conhecer melhor”

A psicanálise, enquanto método investigativo dos processos inconscientes, é uma via de autoconhecimento, uma vez que vai revelando as causas dos desejos, e também dos conflitos psíquicos.

Há muitas opções disponíveis para se conhecer melhor, e a psicanálise escolhe a escuta clínica. Estabelece como regra fundamental para o analista a **atenção flutuante** (escutar o analisando sem privilegiar, a priori, qualquer elemento do discurso, sem se preocupar em notar alguma coisa) e para o analisando, a



PSICANALISTA
PATRÍCIA LINS

Siga-me nas redes sociais



<http://patricialins.org> | patricialins@patricialins.org

associação livre (descrever como se sente, como se percebe e o que sabe a respeito de si próprio, sem deixar de lado nada por conta de certas críticas ou objeções, e dizer, apesar delas e exatamente por causa da aversão por fazê-lo, tudo que lhe ocorre).

É em geral doloroso, como todo processo de autoconhecimento autêntico, porque implica em sair da zona de conforto e devassar o quarto escuro e desconhecido da própria alma humana, mas ao mesmo tempo, muito libertador.