

# O processo psicanalítico e a transcendência do *Self*<sup>1</sup>

*The psychoanalytic Process and the transcending Self*

Isabel Mesquita

## Resumo

Este artigo pretende uma reflexão sobre alguns aspetos da teoria e prática psicanalítica de modo a que a psicanálise se desenvolva e não desapareça dos circuitos académicos. Assim importa ter em conta uma atualização da linguagem psicanalítica e da sua prática de forma a ter em conta a possibilidade de desenvolvimento de novas potencialidades e a transcendência do *self*. Acentua-se a necessidade de ter em conta aspetos do desenvolvimento e a vida relacional ao longo desse, bem como o modo como o sujeito vai repetindo no sentido de manter o *self* estagnado e ligado a representações que remontam às ligações primeiras.

**Palavras-chave:** Atualização, Transcendência do *self*, Vida relacional, Desenvolvimento.

Do processo psicanalítico faz parte a mudança. Não é possível continuar a ter uma conceção do mundo interno construído por estruturas que estão encriptadas, seladas e impedidas de se transformar pela experiência (WACHTEL, 2008). O inconsciente não pode ser visto como mantendo-se na sua forma originária sem transformações ao longo do processo de desenvolvimento, como se fosse impenetrável face aos acontecimentos de vida. O mundo inconsciente deve ser visto como compreendendo aspetos não metabolizados, originários de interações entre *self* e figuras significativas do desenvolvimento (SCHARFF, 1992) de onde resultaram potencialidades que não adquiriram uma configuração relacional de expressividade (MESQUITA, 2016).

Pretende-se com este artigo uma reflexão sobre a importância da mudança de visão em psicanálise e uma reflexão sobre aspetos de

mudança no *self* ao longo do processo psicanalítico. Defende-se ao longo do artigo a importância de em psicanálise se ter uma visão do sujeito enquanto ativo, agente de mudança, o qual é influenciado pelo seu meio, mas que também age no sentido de transformar. Uma conceção que não detenha o sujeito como produto apenas do seu mundo pulsional nem somente o resultado do que lhe aconteceu no passado (FREDERIKSON, 2003; 2005), com as primeiras relações, porque o passado não pode ter uma governação impessoal sobre o presente e/ou o futuro. Quer dizer, o sujeito deve ser agente para desenvolver uma adaptação suficientemente transformadora, no sentido de que vai agindo sobre o meio relacional de forma a construir um ajuste equilibrado entre o que necessita e deseja e o que pode colocar em relação. Sempre numa troca interativa de forma a que o *self* se possa ir desenvolvendo conjuntamente

1. Trabalho apresentado no XXI INTERNATIONAL FORUM OF PSYCHOANALYSIS, PSYCHOANALYTIC ENCOUNTER - CONFLICT AND CHANGE - ISCTE, Instituto Universitário de Lisboa. Lisboa, 5-8 fev. 2020.

com o estabelecimento de relações cada vez mais favoráveis ao desenvolvimento próprio (BLATT; BLASS, 1996).

Assim, procuramos apresentar o modo como concebemos o desenvolvimento da vida mental para sugerir uma conduta analítica que promova o desenvolvimento de potencialidades, possibilitando colocar em arena relacional aspectos que ficaram reprimidos ou dissociados. Defendemos que um dos aspectos principais da experiência psicanalítica deverá ser a recaptura progressiva da experiência do *self* que está alienada e, como tal, distante do discurso pessoal e interpessoal, possibilitando ao analisando a descoberta continua de quem é, e do que quer vir a ser, numa possibilidade crescente de diálogo intra e interpessoal.

### A vida mental em relação

Concebemos a vida mental, num sentido monádico, diádico e extra diádico, isto é, como resultado da interação entre a dotação genética / biológica/pulsional, disposições afetivas inatas (EKMAN; FRIESEN, 1975; IZARD, 1977; TOMKINS, 1962), inicialmente geradoras de estados pré-subjetivos (BENJAMIN, 1999) e, em interação com um meio facilitador do desenvolvimento das potencialidades do *self*; mas tendo também em consideração o espaço transicional (WINNICOTT, 1965, 1971; SUMMERS, 1999, 2012) como experiência transformadora (no sentido de BOLLAS, 1989) – ou seja o modo como cada um vai aproveitando o que lhe é oferecido para se poder transformar. Importa ter em conta a capacidade de cada um para o brincar (WINNICOTT, 1945;1965;1971) criativo, o criar e transformar.

Desde o início, representações do *self* e das interações eu-outro se vão formando numa dialética interativa entrando em cena temperamentos, afetos inatos, respostas mais ou menos sintónicas, ajustadas, que possibilitam a integração de novas perspectivas conduzindo ao desenvolver progressivo da auto e hetero regulação (BEEBE; JAFEE;

LACHMANN; 1992; 2002). Estas interações, como tão bem têm estudado Beebe, Jafee & Lachmann (1992, 2002) e Tronik (1989), vão sendo ativamente categorizadas e generalizadas, possibilitando a criação de estruturas internas, designadas por alguns de esquemas emocionais.

Continuamos a preferir a designação de modelo interno de relação (MITCHELL, 1988) ou mesmo de relação de objeto, contudo, ao longo do desenvolvimento supõem-se que a relação deixe de ser com o objeto e passe a ser com o sujeito. Ou seja, ao longo do desenvolvimento prevê-se que o outro não seja visto com um mero objeto onde se projetam necessidades, desejos e fantasias, mas que haja a possibilidade de este ser visto como real, como sujeito com a sua subjetividade e mente própria.

De salientar que, as teorias de relação de objeto têm dado muita importância ao objeto deixando o *self* na sombra. Sabemos que não existe *self* sem o outro, nem o outro sem o *self*. Se, como dizia Winnicott, não existe um bebé sem uma mãe a verdade é que não existe uma mãe sem um bebé, que desde o início se influenciam mutuamente. Claro está, que um dos elementos da relação, pressupõem-se, terá uma mente mais desenvolvida, ou se quisermos com uma função alfa (BION, [1961] 1988). De acordo com Levinson (1983), a teoria das relações de objeto – (TRO) parece olhar para o adulto como se estivesse preso com uma criança internamente incorporada, como *uma espinha encravada no papo da sua maturidade*. Neste sentido parece somente ter em conta as experiências da infância como se ao longo do desenvolvimento fosse desentendível toda a experiência relacional posterior. Concordamos com Paul Wachtel (2003) quando refere que não podemos continuar a considerar a existência de um hiato entre o desenvolvimento infantil e a relação com o analista na vida adulta.

No entanto, em relação ao *self*, sabe-se que é a partir das primeiras interações que se vão formando representações rudimentares

do *self*, as quais, supostamente, ao longo da experiência relacional são modificadas, alteradas, sempre numa dialética de influência mútua. De acordo com Blatt; Blass (1996), representações mais desenvolvidas do *self* vão procurando relações mais maduras e essas, por sua vez, contribuem para o desenvolvimento do *self*, sempre numa espiral de expansão. Temos sempre de ter em consideração que as primeiras representações estão ligadas a experiências de relação que ficaram impressas no modo como foram experienciadas na altura, em consonância com o frágil e incipiente desenvolvimento do *self* (SCHARFF, 1992, 2020).

Portanto, se desde o início está lá um sujeito com necessidades, com maior ou menor capacidade de resistência à frustração e com potencialidades. Estas depois são colocados em arena relacional, e dessa interação resulta que alguns afetos não tiveram possibilidade de encontrar uma configuração relacional de expressividade (MESQUITA, 2016). Existem potencialidades que não foram possíveis de desenvolver num contexto relacional inicial (SCHARFF, 1992, 2020), ficando algumas vezes dissociados da experiência (BROMBERG, 2003), mas, não podemos descartar a possibilidade de estes se desenvolverem nos diversos contextos relacionais que ocorrem ao longo do desenvolvimento. Aqui entra-se em consideração com a competência transformadora do indivíduo, claro, se quisermos, com a pulsão de vida e com a capacidade para o brincar criativo.

Assim, partimos da ideia que o ser humano é agente e reagente, estando o seu *self* no centro da sua experiência relacional, sendo construído e, ao mesmo tempo, construindo a experiência rumo ao “seu desenvolvimento” através da sua atualização contínua (ROGERS, 1951). O *self* é modelado pelo contexto tal como também modela o seu contexto, desde o início e ao longo de todo o desenvolvimento, os sentimentos modelam os comportamentos e inversamente, os afetos impulsionam pensamentos tal como os pen-

samentos despoletam afetos. Assim, importa ter em conta não só as fantasias, desejos, e motivações inconscientes, mas como essas influem num modo de vida.

Assim, realçamos a ideia de que qualquer experiência interativa implica uma relação com as estruturas psicológicas, envolvendo sempre um processamento e uma resposta (WACHTELL, 2008), estas últimas dependem do indivíduo, sendo que nesta linha as estruturas não podem ser tidas como imutáveis.

A persistência de percepções e modelos de relação rigidificados não significa que o mundo interno e o inconsciente estejam selados a alterações geradas na relação continua com o meio. Significa sim, que o indivíduo vai selecionando o que reforça e mantém vivo e presente o que está internalizado desde o início do seu desenvolvimento de forma a manter essa ligação. Na linha do que Sullivan (1953) falara em termos de *desatenção seletiva*, defendemos que o que o indivíduo faz é continuar a manter uma ligação inconsciente aos aspetos relacionais que circunscreveram as primeiras relações, sem permitir que as novas relações facilitem a transformação. Assim mantém a representação do *self* originária nessas interações. Perpetuam-se os modelos de interação porque se receia o novo e porque o *self* não se encontra seguro e coeso o suficiente para se considerar capaz de novos desafios e novas modalidades relacionais.

Portanto a questão da segurança interna, no *self* e na relação tem de estar em primeira linha de conta para a psicanálise. Como o sujeito se vê e se sente na relação com os outros informa-nos sobre a segurança no seu mundo interno. Já Bowlby (1973) havia referido que a exploração só é possível quando existe segurança, portanto só esta segurança possibilitará a busca de novas formas de se relacionar, as quais, por sua vez, proporcionarão a mudança interna.

Salienta-se que na relação com os acontecimentos da vida, é sempre o indivíduo que decide se o presente é uma novidade ou se

vai repetir o que já conhece e como tal não saindo do mesmo e do já sabido. Ainda que a repetição transmita segurança, pode ser bloqueadora da transformação, desenvolvimento e transcendência do *self*.

Deste modo, consideramos que não podemos continuar a ver a pessoa como vítima do seu inconsciente, mas como agente ativo, que está no centro da ação da sua vida, mas que precisa refletir sobre o que tem feito gerida pelo seu inconsciente, e como o atualiza.

Talvez possamos considerar que o problema/s de uma pessoa não residem no passado, mas no modo como a pessoa os faz presente, ou seja como vai lendo o atual com as lentes do passado e como vai perpetuando o ciclo da re-traumatização (BROMBERG, 2003, MESQUITA, 2016)

Neste sentido, as descobertas da neurociência revelam-nos uma tendência para o cérebro procurar o que é familiar, tal como a nível mental assistimos à repetição como uma tendência para ficar estagnado no tempo, ou seja, as novas experiências são filtradas de forma a conjugarem aspetos com conteúdos e simbolizações conhecidas permitindo manter a ligação ao conhecido, ao que foi interiorizado e categorizado desde o início da formação da vida emocional, permitindo o perpetuar da ligação às relações primeiras como fonte geradora de segurança. A conservação das representações do *self* (tendência conservadora do *self*) e das relações possibilita uma segurança apenas quando o *self* não é seguro e capaz de ter um efeito transformador no meio de forma a que possa haver abertura ao novo. Esta abertura ao novo é à possibilidade de transformação tem de ser tida em consideração no processo psicanalítico, na linha do que refere Frank Summers (2013a, 2013b), eu sou o que sou agora e aquilo que não fui, mas posso vir a ser. É esta descoberta, esta novidade, este desenvolvimento que o processo analítico enquanto psicoterapêutico deve promover.

Deste modo, o processo analítico não deve promover um “eclipse” da pessoa, antes

deve colocá-la no centro da sua ação, como reagente, mas também, e sobretudo, como agente no seu contexto relacional. Na verdade, se formos somente produtos de um contexto não se pode falar de intersubjetividade (FREDERIKSON, 2000, 2003). Então, defendemos que o *self* é constantemente atualizado na relação, mas não é determinado pela relação; tem uma participação conjunta, no sentido em que resulta do que o indivíduo pode e retira de cada relação significativa que estabelece. A relação cria as condições necessárias, mas não suficientes para que o desenvolvimento do *self* ocorra. Estes mesmos mecanismos têm lugar ao longo do processo psicoterapêutico.

### O processo psicanalítico

Neste sentido, a prática da psicoterapia psicanalítica e da psicanálise deve centrar-se na possibilidade de desenvolvimento das potencialidades do *self* que conduzirão à autonomização face a representações de relações internas disfuncionais, de modo a possibilitar o alargamento da experiência, por oposição à vivência defensiva que conduz à *acomodação patológica* (BRANDCHAFT; DOCTORS; SORTER, 2010) e ao evitamento da re-traumatização (BROMBERG, 2003; MESQUITA, 2016) no futuro. É a expansão do *self*, o seu desenvolvimento e segurança que determina que seja possível o estabelecer de relações mais saudáveis porque há um sentimento de agência e de efeito nos outros e nas relações, o que por sua vez aporta novas visões do próprio, numa espiral em expansão.

A experiência psicanalítica deve possibilitar a criação de um espaço psicológico em que seja possível experimentar novas potencialidades, promovendo a autonomização e a separação face a relações internas geradoras de padrões repetitivos e bloqueadores do alargamento da experiência. No entanto, é sempre preciso ter em conta que, como refere Lachmann (2007), a disponibilidade da pessoa para se permitir ser empaticamente compreendida pelo analista, como importa

também o seu poder criativo e o seu potencial de transformação. De modo semelhante, é importante a motivação de cada um para se desenvolver (GREENBERG; RICE; ELLIOTT, 1993; PERLS, 1973; ROGERS, 1951) e a sua capacidade de uso do objeto (WINNICOTT, 1965, 1971), no sentido da capacidade que cada um tem para se constituir como agente no meio e usar a relação com o outro para se poder transformar. Assim, falamos em espaço transformacional, este espaço criado pela relação entre paciente e analista que promove a transformação, a mudança e o desenvolvimento do *self* sempre em transcendência. O analisando deve a partir da relação com o analista ir transformando aspectos do seu *self* (BLATT; AUERBACH; BEHREND, 2008) para poder ir lá fora, ao mundo relacional e modificar o padrão relacional.

Deste modo, só a interpretação não é suficiente nem somente a clarificação da experiência subjetiva mas é importante que se avance no sentido de o paciente poder criar novos modos de ser e de se relacionar, de modo a que possa ir desenvolvendo um sentimento que tem um efeito sobre o meio no sentido de o transformar e de, concomitantemente, se transformar.

### Conclusão

Nas teorias psicanalíticas, como no desenvolvimento humano, a mudança é necessária: o passado importa, o presente é tido em conta, e a criação do futuro é pertinente. A estagnação do desenvolvimento é sempre fator patogénico e patológico: gerador de doença e insatisfação e, ao mesmo tempo, revelador dessa patologia.

### Abstract

*This article intends to reflect on some aspects of psychoanalytic theory and practice, to help psychoanalysis evolve and not disappear from the academic context. It is therefore important to update psychoanalytic language and practice so that new potentialities and self-transcendence are taken into consideration. It is of the utmost importance to take aspects of development and the relational realm into consideration, as well as the way through which the subject repeats his history, maintaining his self stagnant and in contact with representations that go back to his early relationships.*

**Keywords:** *Update, Self-transcendence, Relational life, Development.*

## Referências

- BEEBE, B.; LACHMANN, F. *Infant Research and Adult Treatment: Co-Constructing Interactions*. Hillsdale, NJ: The Analytic Press, 2002.
- BEEBE, B.; JAFEE, J.; LACHMANN, F. A dyadic system view of communication. In: SKOLNICK, N.; WARCHAW, S. (Eds.). *Relational perspectives in Psychoanalysis*. Hillsdale, NJ: Analytic Press, 1992. pp. 61-82.
- BENJAMIN, J. *Like subjects, love objects*. New Haven, CT: Yale University Press, 1995.
- BION, W. A Theory of thinking. In: E. SPILLIUS (Ed.). *Melanie Klein Today*, v. 1. London: Routledge, 1988. pp. 178-186.
- BLATT, S.; LUYTEN, P. A structural developmental psychodynamic approach to psychopathology: Two polarities of experience across the life span. *Development and Psychopathology*, 21, pp. 793-814, 2009.
- BLATT, S. J.; BLASS, R. B. Relatedness and self-definition: A dialectic model of personality development. In: G. G. NOAM; K. W. FISCHER (Eds.). *Development and vulnerabilities in close relationships*. Hillsdale, New Jersey: Erlbaum, 1996, pp. 309-338.
- BOWLBY, J. *Attachment and loss: v. 2. Separation*. New York: Basic Books, 1980.
- Brandchaft, B.; DOCTORS, S.; SORTER, D. *Toward an emancipatory Psychoanalysis. Branchaft's Intersubjective Vision*. N.Y. Routledge: Taylor & Francis Group, 2010.
- BROMBERG, P. Something wicked this way comes. Trauma, dissociation, and conflict: The space where psychoanalysis, cognitive science, and neuroscience overlap. *Psychoanalytic*, 3, pp. 558-574, 2003.
- EKMAN, P.; FRIESEN, W. *Unmasking the face*. New Jersey: Prentice Hall, 1975.
- FREDERICKSON, J. The Eclipse of the Person in Psychoanalysis. In: *Understanding Experience: Psychotherapy and Postmodernism*. Ed. Roger Frie. London: Routledge, 2003.
- FREDERICKSON, J. The problem of Relationality. In: MILLES, J.(Ed). *Relational and Intersubjective perspectives in Psychoanalysis: a critique*. USA: Jason Aronson, 2005. pp.71-96.
- IZARD, C. E. *Human Emotions*. New York: Plenum Press, 1977.
- MESQUITA, I. “Vim dali, mas passei por aqui e vou a caminho: sobre o processo psicanalítico e a transcendência do self.” Conferência proferida na Associação Portuguesa de Psicanálise e Psicoterapia Psicanalítica, fev. 2017.
- MESQUITA, I. *Disfarces de amor: sobre os relacionamentos amorosos e a vulnerabilidade narcísica*. Lisboa: Climepsi, 2013.
- MESQUITA, I. O trauma sob controle: uma perspectiva relacional acerca do trauma, das relações e da violência familiar. *Revista Portuguesa de Psicanálise e Psicoterapia Psicanalítica*, 5, p.20-28, 2016.
- MITCHELL, S. A. *Relational concepts in psychoanalysis: integration*. Cambridge, MA: Harvard University Press, 1988.
- SCHARFF, D. *Refinding The Object and Reclaiming the Self*. International Psychotherapy Institute, 2020.
- SULLIVAN, H. S. *The interpersonal theory of psychiatry*. New York: Norton, 1953.
- SUMMERS, F. Creating new ways of being and relating. *Psychoanalytic Dialogues*, 22: pp.143-161, 2012.
- SUMMERS, F. *Transcending the Self. An object Relations Model of Psychoanalytic Therapy*. N. Y: Psychology Press, 1999.
- TOMKINS, S. *Affect, imagery and consciousness*. New York: Springer, 1962.
- TRONICK, E. Emotions and emotional communication in infants. *American Psychologist*, 44, pp.112-119, 1989.
- WACHTEL, P. *Relational Theory and the Practice of Psychotherapy*. N. Y: Guilford Press, 2008.
- WINNICOTT, D. W. *Playing and reality*. London, UK: Routledge, 1971.
- WINNICOTT, D. W. Primitive emotional development. In: *Trough Pediatrics to psychoanalysis*, NY: Basic Books, pp. 145-156, 1975.

WINNICOTT, D. W. *The maturational processes and the facilitating environment*. New York, NY: International Universities Press, 1965.

**Recebido em:** 20/04/2020

**Aprovado em:** 12/05/2020

### **Sobre a autora**

#### **Isabel Maria Marques Mesquita**

Psicanalista, com formação em Psicanálise pela Sociedade Portuguesa de Psicanálise (SPP). Membro titular da Associação Portuguesa de Psicanálise e Psicoterapia Psicanalítica (AP) onde leciona seminários sobre os relacionamentos amorosos e a vulnerabilidade narcísica. Psicóloga clínica licenciada pela Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação da Universidade de Lisboa, Especialista em Psicologia Clínica, em Psicoterapia e Intervenção Comunitária pela Ordem dos Psicólogos Portugueses (OPP). Mestre em psicologia clínica e psicopatologia pelo ISPA. Doutora em psicologia clínica pela Universidade de Évora. Docente na Universidade de Évora com nomeação definitiva. Professora no Departamento de Psicologia da Universidade de Évora, responsável pela unidade curricular de Psicoterapias Dinâmicas do Adulto e Modelos Dinâmicos e Humanistas do Mestrado e Licenciatura em Psicologia.

#### **Endereço para correspondência**

**E-mail:** mesqui@uevora.pt

