

Sobre a depressão pura¹

Manola Vidal²

Theodor Lowenkron³

Resumo: Esta é uma revisão bibliográfica que trata da teoria psicológica de D. W. Winnicott sobre a depressão, em sua relação com a capacidade de preocupação com o outro. Realiza-se uma abordagem dos artigos que se referem às formas pura e impura da depressão. A finalidade é demonstrar os pressupostos do autor quanto à existência de processos mentais derivados da relação mãe-bebê e ligados à integração da crueldade primária necessária ao estabelecimento da capacidade de preocupação e reconhecimento da alteridade.

Palavras-chave: depressão; crueldade primária; preocupação.

Introdução

Este é um estudo sobre as formas de depressão denominadas *pura* e *impura* na obra de D. W. Winnicott. Ao propor tal abordagem, procuramos demonstrar que, para o autor, a pureza da depressão se associa a processos psíquicos derivados da relação mãe-bebê responsáveis pela integração da experiência de crueldade primária. Esse processo de integração será determinante para a experiência de depressão pura, que, por sua vez, depende do estabelecimento da capacidade de preocupação e, conseqüentemente, de reconhecimento da alteridade.

Essa abordagem distingue a obra de Winnicott da psicanálise reconhecida como tradicional, a que foi desenvolvida por Freud e Klein. Apresenta a questão da preocupação com o outro a partir da capacidade de deprimir, que não se refere ao medo da perda do objeto e conseqüente identificação ou reparação da agressividade, mas à responsabilização pessoal pelas próprias idéias destrutivas. Isso implica determinado tipo de preocupação em que a identificação se refere ao reconhecimento da alteridade. O estabelecimento dessa distinção – a identificação com as necessidades do outro – nos remete a uma mudança em relação paradigma central da psicanálise tradicional – ou seja, o complexo de Édipo –, indicando-nos

¹ Trabalho realizado para o Curso de Pós-Doutoramento em Psicanálise e Saúde Mental pesquisa do Laboratório de Psicopatologia da Universidade Federal do Rio de Janeiro/IPUB.

² Membro filiado da Sociedade Psicanalítica do Rio de Janeiro SBPRJ; mestre em saúde da criança e doutora em saúde da mulher (Fiocruz/IFF), pós-doutoranda em psicanálise e saúde mental (Universidade Federal do Rio de Janeiro/IPUB).

³ Membro efetivo da Sociedade Brasileira de Psicanálise do Rio de Janeiro SBPRJ; pós-doutor em teoria psicanalítica, livre-docente e professor associado da Universidade Federal do Rio de Janeiro (UFRJ).

a existência de um movimento de ruptura em direção a um novo paradigma: o do cuidado, *holding*.

Quanto à metodologia, esta investigação se realizou com base em fontes primárias, a partir de uma seleção de temas através dos quais o processo de integração da crueldade primária pudesse ser observado. Assim, os eixos temáticos estabelecidos foram estes: a depressão saudável e a depressão patológica; a destrutividade e a esperança.

A depressão saudável e a depressão patológica

Winnicott (1964/1999) nos apresenta sua compreensão sobre o valor da depressão, ou seja, o aspecto saudável da depressão, a partir de um paradoxo: por um lado, as pessoas deprimidas podem se suicidar, sofrer transtornos psiquiátricos, enfim, viver toda uma série de riscos característicos; a capacidade para deprimir, por outro lado, encontra-se intimamente ligada ao conceito de força do ego, ao estabelecimento do *self* e à descoberta de uma identidade pessoal, ou seja, encontra-se próxima dos estados de saúde. Assim, embora nesse momento Winnicott apresente de forma reduzida uma proposta sobre a psicologia da depressão, já nos remete à necessidade de aprofundar nossa compreensão sobre ela não a partir de uma organização mental inconsciente, na qual encontraríamos seu significado ou determinado tipo de ansiedade, mas, sim, a partir da importância do significado de suas impurezas. Serão as impurezas da depressão que nos conduzirão ao terreno da psicopatologia, ou seja, que farão da depressão uma entidade mórbida.

Como impurezas da depressão, Winnicott menciona sete situações:

- 1) os fracassos da organização do eu onde existe ameaça de desintegração, implicando que certa organização do eu se mantém apesar da ameaça de desintegração;
- 2) indivíduos que mantêm uma estrutura de eu que possibilita a depressão, mas fazem delírios persecutórios que indicam a utilização de fatores externos ou uso de memória dos traumas para obter alívio das perseguições internas, as quais são encobertas pelo humor depressivo;
- 3) indivíduos que obtêm alívio das tensões internas através da hipocondria ou de doenças somáticas;
- 4) defesa maníaca, na qual existe depressão mas esta é negada;
- 5) oscilação maníaco-depressiva;
- 6) medo esquizóide;
- 7) melancolia e mau humor.

Assim, ao apresentar uma psicologia da depressão, o autor propõe que a estrutura de ego será determinante para a aproximação, continuidade ou diminuição da experiência depressiva. Tal assertiva indica que a pureza ou impureza da experiência depressiva depende da capacidade individual da estrutura do ego em suportar uma fase de crise para, conseqüentemente, alcançar sua integração. Em relação à etiologia dos transtornos depressivos, haveria sempre uma nova experiência de destrutividade e de idéias destrutivas que demandaria uma reavaliação interna. Essa reavaliação realizada pelo sujeito se constituirá como experiência depressiva.

Como sinal de saúde, portanto, é em 1958 que Winnicott nos reapresenta, de forma mais abrangente, uma psicologia da depressão. No artigo “Los efectos de la enfermedad depresiva en ambos progenitores o en uno de ellos” (1958/1967), ele aborda a questão tomando-a como fator de desorganização da vida familiar, quando observada em um dos pais ou em ambos. Entretanto, o que nos interessa pontuar nesse trabalho é a forma como a depressão se apresenta nos transtornos anti-sociais de adultos e no delírio persecutório.

No transtorno anti-social, a depressão se relaciona a uma impossibilidade de deixar para trás a situação de privação experienciada na infância, ou seja, de realizar um luto do que não se tem. Na tendência anti-social como uma compulsão na vida adulta, a obrigar a realidade externa a aumentar o trauma original, existiria uma tentativa de ser compensado pela privação. Winnicott aborda seguidamente o delírio persecutório como uma complicação da depressão que serve para ocultá-la, para deixá-la menos evidente, por meio de um desvio que canaliza o sentimento de culpa. Ele caracteriza claramente as complicações que podem patologizar a experiência depressiva:

O panorama é mais otimista quando a depressão não está complicada pela suspeita e delírio persecutório, pois, nestes casos mais normais, o indivíduo manifesta certa flexibilidade e uma alternância mais fácil entre o estado de ânimo depressivo e o sentimento de que algo no mundo externo constitui uma má influência ou um perseguidor (Winnicott, 1964/1999, p. 73).

A partir da caracterização de extremos – em um pólo, a melancolia; no outro, a depressão comum –, o autor retira a experiência depressiva do âmbito da patologia, pois existiria a depressão como transtorno psiquiátrico e a depressão como sentimento universal de tristeza. Essa discriminação aponta para determinado tipo de responsabilidade pessoal diante do próprio ódio, da mesquinha e da crueldade que coexistem com a capacidade de amar e construir. Dessa forma, serão as pessoas valiosas que se deprimem.

Winnicott finaliza o artigo propondo uma psicologia da depressão fundamentada na hipótese de que, se etapas primitivas do desenvolvimento emocional não se cumprem de forma satisfatória, o indivíduo não chega a se sentir deprimido. Será então a capacidade individual de suportar a culpa que permitirá a busca de uma atividade construtiva. Esta, por sua vez, liga-se à aceitação de que o amor pleno inclui idéias destrutivas e de que o sentimento de culpa em relação a essas idéias é inerente ao ato de amar, sendo seguido pela necessidade de reparar e de amar de forma mais adulta.

A destrutividade e a esperança

Ao abordar a destrutividade e a esperança, vamos nos remeter principalmente aos trabalhos desenvolvidos pelo autor em seu livro *Privação e delinqüência* (Winnicott, 1995/1984), no qual foram desenvolvidas as premissas sobre a aceitação de idéias destrutivas e a conseqüente responsabilização pessoal por elas. Essa responsabilização possibilitaria um sentimento de culpa e, em seguida, a necessidade de reparação e a possibilidade de um modo mais adulta de amar.

Observamos que Winnicott, ao abordar a questão da tendência anti-social, distancia-se de sua compreensão como uma categoria de transtorno mental específica, aproxi-

mando-a do pressuposto de que essa tendência pode ser encontrada tanto em indivíduos neuróticos como em psicóticos, e em qualquer fase da vida. Justifica essa posição a partir da observação, na infância, de uma experiência de privação. Tal experiência será uma espécie de desapossamento, a falta de algo que já foi possuído, mas foi retirado, e que fazia parte do que é característico do ambiente familiar.

No artigo “A ausência de um sentimento de culpa” (1966/1999), Winnicott propõe a existência de um período anterior ao predomínio do ganho secundário com a delinquência, quando a criança precisa de ajuda pela compulsão sentida para roubar e destruir. O autor nos apresenta um padrão, uma seqüência de acontecimentos em que a criança organiza atos anti-sociais na esperança de compelir a sociedade a retroceder com ela para a posição, em seu processo de desenvolvimento, em que as coisas deram errado. Se houver essa regressão, a criança pode retornar ao período que antecedeu o momento de privação e redescobrir o objeto bom e o bom ambiente humano controlador que, por existir originalmente, tornou possível experimentar impulsos, inclusive destrutivos.

Nesse sentido, para Winnicott (1960/1995), quando as forças cruéis ou destrutivas ameaçam dominar as forças do amor, o indivíduo tem de fazer alguma coisa para se salvar, e uma das coisas é dramatizar exteriormente o mundo interior, representar ele próprio o papel destrutivo e provocar seu controle por uma autoridade externa. É um pedido de determinado tipo de suporte para que ela possa experienciar os sentimentos de depressão necessários a um controle interno próprio, e não imposto por suas forças cruéis ou destrutivas.

Dado o recorte proposto neste trabalho, escolhemos a direção da destrutividade, e não a do furto, para aprofundar a compreensão da estabilidade ambiental requerida como suporte do comportamento impulsivo do bebê. Acreditamos que, dessa forma, poderemos nos aproximar dos processos relativos à integração da crueldade primária.

Na segunda parte do livro *Privação e delinquência* (Winnicott, 1984/1995), quando o autor trata da natureza e das origens da tendência anti-social, vemos que, em determinado momento do desenvolvimento do bebê, existiria a possibilidade de formação de um senso de responsabilidade pessoal em relação aos impulsos e idéias destrutivas. Na verdade, percebemos que a tese contida nessa proposta é a de que o sentimento de culpa constitui uma aquisição, fazendo parte de um processo de desenvolvimento. Depois da afirmação de que muito terá de ser percorrido pela dupla mãe-bebê até que se estabeleça a seqüência agressão/culpa/reparação, somos remetidos ao que se apresenta como a jornada de crescimento emocional, ou seja, a jornada percorrida pelo bebê da dependência à independência, durante a qual se identificam três momentos: dependência absoluta, dependência relativa e independência.

O momento do desenvolvimento de um bebê em que existe a possibilidade de formação de um senso de responsabilidade pessoal quanto aos impulsos e idéias destrutivos é o da dependência relativa, pois no estado de dependência absoluta o bebê não possui meios para perceber os cuidados maternos, não tem qualquer controle sobre o que é bem-feito ou malfeito, embora esteja em posição de obter algum proveito ou de sofrer algum distúrbio. Já na dependência relativa, o bebê sente necessidade de alguns fatores do cuidado materno e pode, de forma crescente, relacioná-los aos seus impulsos pessoais. Assim, nos primórdios do desenvolvimento emocional não há possibilidade de existir um sentimento de culpa; esta só pode emergir num período implicado com o fato de existir uma capacidade de preo-

cupação com o outro. Os primórdios da capacidade de preocupação ocorrem no período de dependência relativa, no qual a mãe pode ser percebida como um outro e o bebê, em contrapartida, se torna consciente da própria dependência, ou seja, torna-se consciente de que a mãe é necessária.

Assim, Winnicott nos aponta a existência de um período intermediário entre os estados de não se sentir e de sentir-se culpado. Justifica seu interesse por esse período pela facilidade em chegar à destrutividade ligada à agressividade que decorre de frustração, ódio ou medo, sendo mais difícil compreender a agressividade num quadro de responsabilidade pessoal por ela. A dificuldade residiria no fato de que a responsabilidade pessoal pela própria agressividade pertence à relação do sujeito com um objeto sentido como bom, ou seja, a agressividade relacionada ao amor. Daí a capacidade de preocupação com o outro relacionar-se à capacidade de se responsabilizar pela própria destrutividade, o que implica uma diferenciação entre o eu e o não-eu, característica do período de dependência relativa.

Na relação entre preocupação e impulsos destrutivos, haveria a possibilidade de surgimento natural de um sentimento pessoal de culpa, a partir da possibilidade de haver uma relação do bebê ou da criança pequena com as próprias idéias e impulsos destrutivos.

O contato com essas idéias e impulsos ocorre no período que antecedeu o momento de privação, escreve Winnicott em “O desenvolvimento da capacidade de preocupação” (1963/1999), e implica a possibilidade, para o bebê ou a criança pequena, de que a mãe, através de seus cuidados, auxilie a integração do impulso erótico e do impulso agressivo no ego em desenvolvimento. O impulso erótico busca satisfação e busca também o objeto, e o impulso agressivo, complexo de raiva que emprega o erotismo muscular e o ódio, envolveria a imagem do objeto bom numa relação primitiva em que o amor implica destruição. Nesse sentido, Winnicott postula a existência de duas mães – a mãe-objeto e a mãe-ambiente –, pois para o bebê existiria uma grande diferença, até a fase de dependência relativa, entre os cuidados necessários aos impulsos eróticos e aos impulsos agressivos. Citando o autor:

[há] a mãe como objeto, ou detentora do objeto parcial que pode satisfazer as necessidades urgentes do bebê, e a mãe como a pessoa que afasta o imprevisível e cuida ativamente da criança. O que a criança faz no auge da tensão do id e o uso assim feito do objeto parece-me muito diferente do uso que ela faz da mãe como parte do ambiente total. Nessa terminologia, é a mãe-ambiente quem recebe tudo o que pode ser chamado afeição e coexistência sensual; é a mãe-objeto quem se converte no alvo para a experiência excitada, apoiada pela rudimentar tensão do instinto. Minha tese é de que o envolvimento (capacidade de preocupação) surge na vida do bebê como uma experiência sumamente complicada da integração, na mente da criança, da mãe-objeto e da mãe-ambiente (Winnicott, 1964/1999, p. 114).

Quando Winnicott (1964/1999) apresenta o valor da depressão, permite-nos examiná-la a partir de um paradoxo: de um lado, há o reconhecimento de que a experiência de depressão traz riscos; de outro, há a possibilidade de que ela possa também trazer a recuperação. Quando a depressão traz em si a recuperação, está vinculada a um processo de desenvolvimento que se estruturou através da confiança no suporte oferecido pelo am-

biente na integração dos impulsos eróticos e dos impulsos destrutivos no ego em processo de desenvolvimento.

Existiria, assim, uma experiência de depressão inerente ao processo de desenvolvimento emocional primitivo que se daria no período de dependência relativa e através da qual se estabeleceriam os inícios do sentimento subjetivo de ser, o *self*. A assertiva implica que anteriormente o bebê é o ambiente e o ambiente é o bebê, sendo que, a partir da experiência de depressão, inicia-se o processo emocional que lhe permite separar o seu *self* do ambiente. No processo de desenvolvimento emocional do bebê, o período anterior é o da fusão com a mãe, sendo a mãe o ambiente no período de dependência absoluta do bebê. O processo de desfusão da mãe-ambiente é paralelo ao do estabelecimento do *self*. Encontra-se, portanto, na origem dos processos de luto.

Aproximamo-nos então de um processo que, em sua gênese, estaria ligado à integração de experiências agressivas primárias inerentes ao controle motor adquirido pelo bebê. Winnicott nos remete a essa crueldade primária que, quando encontra apoio e suporte do ambiente, aqui representado pela mãe e seus cuidados, pode ser integrada, fortalecendo o processo de desfusão ligado à origem dos estados de luto.

Compreende-se que a agressividade primária esteja na origem da percepção de autonomia e individualidade, sendo sua integração responsável pela existência de sentimentos de culpa e de preocupação com o outro; é, portanto, o período em que a criança se torna capaz de sentir-se deprimida.

Conclusão

Assim, o estado de preocupação com o outro é uma conquista que depende da integração das experiências de agressão e crueldade, sendo o seu oposto – a não integração das experiências de agressão – o que nos encaminha para a existência da destrutividade. Tal processo de integração egóica possibilitará a experiência de depressão em que se alcança o reconhecimento da alteridade; dessa forma, a possibilidade de deprimir é inerente ao processo de desenvolvimento emocional, que se estrutura no período de dependência relativa do bebê.

Se não há integração da experiência agressiva na etapa de dependência relativa, a depressão se apresenta marcada por impurezas, sendo potencialmente destrutiva e incapacitando o sujeito de perceber, de se preocupar com o outro. Esse tipo de sentimento depressivo teria, em sua origem, defesas ligadas ao controle do ódio, associado à agressividade não integrada. Ao contrário, na integração da experiência agressiva no período de dependência relativa, o sentimento depressivo correspondente à tristeza traz em si o germe da recuperação, pois se constitui na capacidade de ingressar num estado de preocupação que, podemos supor, está relacionado à saúde psíquica. O que Winnicott propõe é que a vivência dessas modalidades de estados depressivos se relaciona à descoberta de uma identidade pessoal e, portanto, ao estabelecimento do eu-sou.

Acerca de la pura depresión

Resumen: Se trata de una labor de revisión de la literatura acerca de la teoría psicológica de D. W. Winnicott sobre la depresión en su relación con la capacidad de preocupación por los demás. Tiene un enfoque de los artículos que se refieren a las maneras pura y impura de la depresión, con lo propósito de demostrar la hipótesis del autor sobre la existencia de procesos mentales derivados de la relación madre-bebé y vinculada a la integración primaria de la crueldad necesaria para el establecimiento de la capacidad de preocupación y el reconocimiento de la alteridad.

Palabras claves: depresión; crueldad primaria; preocupación.

About the pure depression

Abstract: This paper is a literature review conducted in the work of D. W. Winnicott about his theory on the psychological depression, in its relationship with the capacity for concern with the other. It holds an approach the articles that refer ways of pure and impure depression. A purpose is to demonstrate the assumptions of the author on the existence of mental processes derived from the mother-baby and linked to integration of primary cruelty necessary for the establishment of capacity for concern and recognition of otherness.

Keywords: depression; primary cruelty; concern.

Referências

- Winnicott, D. W. (1967). Los efectos de la enfermedad depresiva en ambos progenitores o en uno de ellos. In W. D. Winnicott, *La familia y el desarrollo del individuo* (p. 71-83). Buenos Aires: Hormé. (Trabalho original publicado em 1958. Título original: *The family and individual development*.)
- _____. (1993). Preocupação materna primária. In D. W. Winnicott, *Textos selecionados: da pediatria à psicanálise* (p. 89-97). 4 ed. Trad. P. Sandler. Rio de Janeiro: Francisco Alves. (Trabalho original publicado em 1956. Título original: *Primary maternal preoccupation*.)
- _____. (1995). Agressão, culpa e reparação. In D. W. Winnicott, *Privação e delinqüência* (p. 153-162). 3 ed. Trad. A. Cabral. São Paulo: Martins Fontes. (Trabalho original publicado em 1960. Título original: *Agression, guilt and reparation*.)
- _____. (1995). Agressão e suas raízes. In D. W. Winnicott, *Privação e delinqüência* (p. 93-100). 3 ed. Trad. A. Cabral. São Paulo: Martins Fontes. (Trabalho original publicado em 1960. Título original: *Agression and its roots*.)
- _____. (1995). A tendência anti-social. In D. W. Winnicott, *Privação e delinqüência* (p. 135-147). 3. ed. Trad. A. Cabral. São Paulo: Martins Fontes. (Trabalho original publicado em 1956. Título original: *The anti-social tendency*.)
- _____. (1995). *Privação e delinqüência*. 3 ed. Trad. A. Cabral. São Paulo: Martins Fontes. (Trabalho original publicado em 1984. Título original: *Deprivation and delinquency*.)
- _____. (1995). Desenvolvimento da capacidade de preocupação. In W. D. Winnicott, *Privação e delinqüência* (p. 70-78). 3 ed. Trad. A. Cabral. São Paulo: Martins Fontes. (Trabalho original publicado em 1963. Título original: *The development of the capacity for concern*.)
- _____. (1999). O valor da depressão. In D. W. Winnicott. *Tudo começa em casa* (p. 59-68). 3 ed. Trad. P. Sandler. São Paulo: Martins Fontes. (Trabalho original publicado em 1964. Título original: *The value of depression*.)

[Recebido 15.2.2008; aceito em 10.3.2008]

Manola Vidal

[Instituto de Ensino da Sociedade Psicanalítica do Rio de Janeiro SBPRJ]

Rua Fonte da Saudade, 132/201 – Lagoa

22471-210 – Rio de Janeiro RJ – Brasil

Tel. 55 21 3239-1715; 3181-0255; 9714-5122

manolavidal@terra.com.br

Theodor Lowenkron

[Sociedade Brasileira de Psicanálise do Rio de Janeiro SBPRJ]

Av. Nossa Senhora de Copacabana, 749/1201

22050-000 – Rio de Janeiro RJ – Brasil

Tel. 55 21 2256-3231.

theodorlowenkron@uol.com.br.