

A natureza da *depressão* e suas manifestações no tratamento psicanalítico

Por: Dr. Richard Munhoz
e Andreia Daluia



A depressão é um distúrbio emocional mais prevalente na clínica, com implicações profundas na vida psíquica dos indivíduos afetados. É uma condição complexa que envolve uma interação de fatores biológicos, psicológicos e sociais, como um quadro de tristeza, apatia, perda de interesse pelas atividades diárias e sentimentos de inutilidade e desesperança. Na psicanálise, a compreensão de reflexão engloba processos inconscientes e conflitos internos que emergem no tratamento. Sigmund Freud, Melanie Klein e outros pensadores psicanalíticos, associaram a depressão a um processo de perda e ao luto não resolvido. A melancolia, um termo usado na psicanálise para o que atualmente chamamos de depressão, é uma condição psíquica caracterizada por uma perda significativa, em que o sujeito se encontra preso à perda, incapaz de elaborar sofrimento adaptativo.

A depressão é uma manifestação de mal-estar moderno, afetada pela castração simbólica. O mundo moderno é marcado por incertezas e mudanças inesperadas, com valores não fixos e referências moldadas pelas transformações sociais. As novas formas de mal-estar são distinguidas em 1970 e 1980, em 1990, são manifestadas intensamente e marcantes. Os sofrimentos psíquicos, antes associados às exigências das pulsões e às restrições morais, passam a se expressar por meio do corpo, das ações e das intensidades, manifestando como estresse e pânico, hiperatividade, violência, tristeza e depressão na dimensão emocional.

A sociedade atual, marcada pelo individualismo, pela valorização da imagem e pela agitação constante, dificulta a convivência pacífica dos indivíduos, levando a uma sensação de vazio existencial que favorece o surgimento de transtornos depressivos. Essa sensação de vazio exacerbada faz da depressão uma das principais doenças da sociedade contemporânea. Hoje, há menos espaço para reflexão e recordação, assim como dor, sofrimento e ansiedade, que são constantemente ignorados. Os indivíduos são compelidos a responder imediatamente às experiências de perda, sem tempo para processá-las.

A depressão se manifesta de várias formas no tratamento psicológico, com sintomas e dinâmicas inconscientes que podem ser explorados durante a análise. O terapeuta deve estar atento a esses sintomas e entender que a depressão frequentemente expressa conflitos mais profundos e não resolvidos que não são facilmente acessíveis pela consciência. Um dos principais desafios no tratamento da depressão é o fenômeno da resistência, um conceito central na análise psicológica. Os pacientes podem ter dificuldade para confrontar e verbalizar suas emoções, especialmente quando o conteúdo emocional é doloroso ou passível de tratamento. A resistência pode se manifestar de várias formas, como inchaço, silêncio excessivo, dificuldades de memória e comportamentos de autossabotagem.

A psicanálise postula que a depressão é frequentemente ligada a um complexo de culpa e sentimentos autocráticos. Melanie Klein, uma proeminente defensora da psicanálise infantil, explica a depressão através da interação entre o paciente e o ambiente primário, particularmente no relacionamento com a mãe. A teoria de Klein de posições esquizoparanóide e depressivas explica como o ego de uma criança lida com suas emoções. A posição depressiva é caracterizada pela culpa relacionada a desejos agressivos em relação à mãe ou outros objetos do feto. Esse processo de autoapresentação e projeção causa divisão interna, fazendo com que o indivíduo se sintam fragmentado ou ineficaz. Esses processos persistem na idade adulta, levando a um estado depressivo crônico. A psicanálise visa ajudar os pacientes a acessar e desenvolver conteúdo inconsciente que suporte o quadro depressivo. O processo terapêutico requer uma relação de confiança com o analista para liberar emoções reprimidas e fantasias associadas ao sofrimento. O espaço analítico deve promover a transferência, permitindo que o paciente revele aspectos internos que antes eram inacessíveis.

Durante a análise, o paciente pode começar a perceber como suas experiências passadas e suas relações com figuras significativas, como os pais, influenciam sua visão de si mesmo e do mundo. O analista, ao oferecer um espaço para a elaboração dessas experiências, facilita o processo de reinterpretação e resignificação dos conflitos internos. A confrontação com os aspectos negativos de si mesmo e a gradual aceitação das partes rejeitadas do self são etapas importantes nesse processo.

Um analista deve estar atento ao fenômeno da identificação projetiva, onde um paciente projeta partes de si mesmo na terapia. Esse processo externaliza sentimentos de inadequação ou insatisfação, que podem ser vivenciados como algo fora de si mesmo. O analista pode atuar como um "espelho" refletindo essas emoções para ajudar o paciente a integrar essas partes de sua personalidade. A depressão sob a psiquiatria é um processo complexo que envolve erros, conflitos inconscientes e dinâmicas psicológicas profundas. A psicanálise oferece uma lente única para entender as raízes dessa condição, enfatizando a importância de abordar conflitos internos e relacionamentos objetivos que sustentam o sofrimento psicológico. O tratamento psicológico visa ajudar o paciente a superar suas resistências, entender suas defesas e, finalmente, desenvolver os erros e frustrações manifestados como depressão.

No contexto psicológico, "cura" não é apenas eliminar sintomas de depressão, mas envolve transformação subjetiva que proporciona maior liberdade psicológica, autonomia e bem-estar. O tratamento psicológico é único para cada indivíduo, considerando sua história, experiências, conflitos internos e particularidades. Ele não oferece soluções ou respostas imediatas, mas oferece um espaço de escuta e reflexão, permitindo que o indivíduo entenda e encontre novas maneiras de lidar com seu sofrimento psicológico.

Autor: Dr. Richard Munhoz



Dr. Richard Munhoz é psicanalista Clínico e Infantil, especialista em Análise e Interpretação do Desenho, psicopedagogo, neuropsicopedagogo, mestre e doutor em Ciências Médicas. Autor do livro “Análise e Interpretação dos Desenhos – Utilização dos testes projetivos nas clínicas psicanalítica e psicopedagógica” (Wak Editora). Psicanalista Didata. CEO das empresas: Clínica Alpha - Centro Psicoterapêutico. NED - Núcleo de Estudos e Desenvolvimento e da EBPF - Escola Brasileira de Psicanálise Freudiana.

Co-autoria: Esp. Andreia Daluia

Psicanalista Clínica e Infantil.
Especialista em Análise e
Interpretação do Desenho - Testes
Projetivos e Sandplay Thérapy -
Psicologia Analítica. Supervisora em
Análise e Interpretação do Desenho.
Bacharelada em Terapia Integrativas
e complementares. Docente e
coordenadora de estágios da EBPF -
Escola Brasileira de Psicanálise
Freudiana e Co-autora do livro:
Análise e Interpretação dos
desenhos: utilização dos testes
projetivos nas clínicas
psicopedagógica e psicanalítica pela
WAK.



Referências

FERREIRA, Florência Cavalcante de Sousa. A depressão na perspectiva da psicanálise. Revista Científica Multidisciplinar Núcleo do Conhecimento. Ano 05, Ed. 12, Vol. 02, pp. 106-117. Dezembro de 2020. ISSN: 2448-0959. Disponível em: <<https://www.nucleodoconhecimento.com.br/sem-categoria/psicanalise>>. Acesso em 18 de fevereiro de 2025.

FREUD, S. (1996). Luto e melancolia. In S. Freud, Edição standard brasileira das obras psicológicas completas de Sigmund Freud. (J. Salomão, coord. trad.). Rio de Janeiro: Imago.

FREUD, S. (2010). O mal-estar na cultura. Porto Alegre: L&PM. (Trabalho original publicado em 1930). Disponível em: <https://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_nlinks&ref=2676446&pid=So486-641X201200040002000013&lng=pt>. Acesso em 14 de fevereiro de 2025.

FREUD, S. (2011). Luto e melancolia. São Paulo: Cosac Naify. (Trabalho original publicado em 1917). Disponível em: <https://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_nlinks&ref=2676444&pid=So486-641X201200040002000012&lng=pt>. Acesso em 14 de fevereiro de 2025.

HOUAISS, A. & Villar, M. (2001). Dicionário Houaiss da língua portuguesa. Rio de Janeiro: Objetiva. Disponível em: <https://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_nlinks&ref=2676450&pid=So486-641X201200040002000015&lng=pt>. Acesso em 14 de fevereiro de 2025.

Referências

HEKL, M. R. (2011). Melancolia e criação. In S. Freud, Luto e melancolia. São Paulo: Cosac Naify. Disponível em: <https://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_nlinks&ref=2676452&pid=So486-641X201200040002000016&lng=pt>.

Acesso em 14 de fevereiro de 2025.

PERES, U. T. (2011). Uma ferida a sangrar-lhe a alma. In S. Freud, Luto e melancolia. São Paulo: Cosac Naify. Disponível em: <https://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_nlinks&ref=2676454&pid=So486-641X201200040002000017&lng=pt>. Acesso em 14 de fevereiro de 2025.

