

Acolher e pensar o novo — a propósito das redes sociais

Inês Ataíde Gomes¹

1

Psicóloga clínica. Membro candidato da Sociedade Portuguesa de Psicanálise. Membro aderente da Sociedade Portuguesa de Psicodrama Psicanalítico de Grupo. E-mail: inespsi2@gmail.com

«Aqueles que passam por nós não vão sós, não nos deixam sós. Deixam um pouco de si, levam um pouco de nós.» Esta célebre frase de Antoine de Saint-Exupéry, no seu livro *O Príncipezinho*, traduz numa linguagem poética a inevitabilidade do impacto que o encontro tem nos seus intervenientes. Publicado pela primeira vez em 1943, estava longe da vindoura transposição da comunicação para o espaço virtual.

Se olharmos para os processos comunicacionais a partir de uma perspetiva psicanalítica, estamos mais propensos a pensar no que está «entre», na intersubjetividade. Melo et al. (2017) dizem-nos que «A primeira menção à noção de comunicação na obra de Freud aparece no artigo “Projeto para uma psicologia científica” (Freud, 1895). Nesse artigo, a comunicação é relacionada ao estado de desamparo primordial do bebé, à sua necessidade absoluta do outro e à rememoração por parte do adulto das experiências de seu próprio desamparo. Para ele, a «comunicação está no ponto de origem do mundo psíquico» (p. 237). O adulto identifica-se com o estado de desamparo do bebé, o que lhe permite responder com gestos espontâneos e eficazes às necessidades expressas. São estas respostas, e as experiências de satisfação e/ou insatisfação a elas associadas, que se constituem em protótipos para as relações objetais.

O outro como objeto de relação, a necessidade de tolerar a ausência/frustração, o «Fort-Da», o objeto transicional, a evolução da permanência do objeto: mas como aplicar estes conceitos numa era digital em que às vezes o «outro» está aparentemente ausente ou é um «outro-difuso»?

Que se passa nas redes sociais? A que nível de comunicação se referem?

As redes sociais, transversais a todos os universos

— familiar, social, profissional, educacional, político —, têm sido utilizadas como veículo privilegiado de comunicação. A primeira rede social surgiu em 1994 com a denominação GeoCities e permitia que cada pessoa criasse o seu próprio *site*. Em 1995 nasceram novas plataformas que permitiam que as pessoas encontrassem outras pessoas com interesses comuns — The Globe —, ou antigos colegas de escola/universidade — Classmates. A rapidez com que novos produtos foram lançados e apropriados pelos seus utilizadores é vertiginosa. Desde blogues a plataformas profissionais como o LinkedIn foram surgindo vários aplicativos que encontravam um público recetivo, dando-se a grande explosão com o aparecimento do Facebook (2004), a que se seguiu o Twitter (2006), o WhatsApp (2009), o Instagram (2010) e o TikTok (2016). Todos estes aplicativos são meios de comunicação, socialização e acesso a informação, e inevitavelmente também veículos de violência e segregação social.

No artigo «Motivações psíquicas por trás do uso das redes sociais» (2021), publicado no seu blogue, Danila Kochenborger e Denise Zavatti constataam que «Da análise das repercussões das redes sociais na subjetividade dos usuários, notou-se que do ambiente das redes pode emergir elementos não ditos e não percebidos, tornando-se possível o acesso ao material inconsciente; “possibilitando oferecer um suporte para a elaboração de dificuldades pessoais, de luto e de situações difíceis (ROSA, 2015, p. 436). É possível publicar nas redes com a soltura de uma livre associação e de reagir a tudo o que é exposto, Queiroga et al (2016) afirmam que estas “tornaram-se um ‘divã público’ (...) o que o sujeito publica adquire sentimentos, dele e daqueles que identificam-se com a postagem. (p. 112)».

Se, por um lado, é verdade que muitas vezes há uma sobre-exposição nas redes sociais, em que o mostrado/partilhado corresponde apenas a uma parte favorável do próprio, que, na busca de gratificação narcísica traduzida no número de interações e seguidores (muitas vezes desconhecidos), se obriga a uma felicidade permanente; por outro lado, há que reconhecer que é possível fazer um uso diferente das redes, que estas permitem e promovem o contacto com pessoas significativas, que é possível manter a rede profissional ativa, e trocar impressões sobre as mais variadas temáticas. Tudo depende do «como» é usada a rede social. Este facto está patente na clínica: o sofrimento associado às vivências *online* surge não na sua utilização ou não, mas na transposição para as mesmas de funcionamentos psíquicos que ficam ampliados pelo desamparo da ausência de um outro que ajude a integrar a experiência.

Burke & Kraut (2016) concluem que dados recentes apoiam a ideia de que as interações *online* influenciam o bem-estar. No entanto, os efeitos dependem da forma como as pessoas utilizam os *sites*: «a receção de mensagens personalizadas e investidas de amigos próximos está associada a melhorias no bem-estar. As pessoas retiram benefícios da comunicação *online*, desde que esta provenha de outras pessoas de quem gostam e que seja um contacto personalizado» (p. 266).

Aaron Balick (*apud* MacRury & Yates, 2016), que escreveu extensivamente sobre culturas digitais numa perspetiva de relações de objeto, escreveu no seu blogue que, enquanto cultura, nós «reinventámos o objeto transicional — só que em vez de um cobertor ou de um ursinho de peluche, é um *smartphone*». Acrescenta um conselho que dá que pensar aos seus leitores: «Da próxima vez que, distraidamente, meter a mão no bolso para pegar no seu *smartphone*, pare por um segundo e pense. Que estou realmente a procurar? Talvez descubra que, no fundo, há um sentimento de insegurança — e que só quer ter a certeza de que mais alguém no planeta está a pensar em si» (p. 49).

A psicanálise tem uma responsabilidade social: poder diversificar os pontos de vista de observação dos fenómenos. O aparecimento tão rápido e exponencial de tantas formas novas de comunicar e interagir provoca inevitavelmente angústia. Especialmente se vividas como uma adição e sem espaço para serem pensadas. Mas há que dar oportunidade, no espaço público e no âmbito das sessões individuais, para que se tire proveito dos instrumentos que temos ao nosso dispor. Uma das vantagens inequívocas das redes sociais é a uniformização do acesso à informação. Transformaram-se, também para os psicanalistas, em meios privilegiados de partilha de saber, de divulgação de eventos, artigos, livros. O que estava

ao alcance de apenas alguns está agora disponível e com acesso livre.

Novas e inesperadas evoluções irão surgir. Tenhamos a capacidade de acolher o novo e de o saber pensar. 📖

REFERÊNCIAS

- Burke, M. & Kraut, R. E. (2016). The Relationship Between Facebook Use and Well-Being Depends on Communication Type and Tie Strength. *Journal of Computer-Mediated Communication*, 21(4), 265–281. <https://doi.org/10.1111/jcc4.12162>
- Kochenborger, D. R. & Zavatti, D. V. (2021). Motivações psíquicas por trás do uso das redes sociais. *Blog da Escola de Psicanálise de São Paulo – EPSP*. <https://www.escoladepsicanalise.com.br/blog2/blog/artigos/motivacoes-psiquicas-por-tras-do-uso-das-redes-sociais/>
- MacRury, I. & Yates, C. (2016). Framing the Mobile Phone: The Psychopathologies of an Everyday Object. *CM Communication and Media*, 11(38), 41–70. <https://doi.org/10.5937/comman11-11517>
- Melo, C.V., Magalhães, A. S., Carneiro, T. F. & Machado, R. N. (2017). As dimensões da comunicação na obra freudiana. *Contextos Clínicos*, 10(2), 235–246. <https://doi.org/10.4013/ctc.2017.102.08>