

## CLÍNICAS

# Palavra e corpo transcritos no espaço virtual

Nadja Tröger<sup>1</sup>

1

Psicóloga Clínica e da Saúde, psicoterapeuta, psicanalista. Membro associado da Sociedade Portuguesa de Psicanálise (SPP) e da Associação Internacional de Psicanálise (IPA). *E-mail:* nadja.troeger@gmail.com

## RESUMO

Integrando-se no contexto da situação de pandemia vivida, no presente trabalho propõe-se levar a efeito uma reflexão sobre a possibilidade de, através da escrita, transpor o corpo para a sessão virtual, criando, assim, um objeto transicional. Visando a consecução deste objetivo, a autora tem em conta a importância do impacto causado pela presença do corpo no setting, em particular a do corpo do(da) analista, que se estende ao espaço do seu consultório. Objeto de análise é ainda a natureza do espaço virtual, bem como o modo como a transição do espaço real para o espaço virtual pode interagir com a percepção que temos do corpo, do espaço e do tempo. Prestando particular atenção aos pacientes que sofreram o abandono numa fase precoce da vida e que viveram a separação do espaço físico do consultório como uma reativação dolorosa de antigos e profundos sentimentos de solidão, a autora sugere que o emergir da escrita no decurso da sessão virtual pode aliviar a intensidade da angústia e vitalizar a comunicação da díade terapêutica, ajudando assim a superar as dificuldades decorrentes da separação física imposta.

## PALAVRAS-CHAVE

**Corpo**  
**Setting**  
**Objecto transicional**  
**Setting virtual**  
**Escrever**

## INTRODUÇÃO

Ao criar o conceito *talking cure*, Freud tornou a «palavra» num elemento fundamental da Psicanálise, encontrando-se a associação livre materializada na realidade externa através da palavra oral ou escrita. O significante «palavra» tem múltiplos significados. De acordo com o dicionário de termos linguísticos, «palavra é uma unidade linguística sintaticamente inalisável, pertencente a uma categoria sintática, como nome, verbo ou preposição» (Xavier & Mateus, 1990–1992, p. 539). Na sua dimensão relacional, a palavra destina-se à comunicação.

No início da vida de um ser humano, o significado da palavra ainda não pode ser compreendido. Na díade, apenas um profere a palavra, palavra esta que nasce e existe com o afeto que a acompanha. Encontramo-nos no espaço do pré-simbólico, no espaço em que o corpo predomina sobre a mente. O corpo guarda uma

ligação íntima com o pensamento psicanalítico: «The ego [...] is first and foremost a body-ego; it is not merely a surface entity, but it is itself the projection of a surface» (Freud, 1923, p. 9), afirmou Freud ao debruçar-se sobre a relação/diferenciação entre ego e id.

Na situação do *setting* analítico, corpo e palavra encontram-se num determinado espaço, num determinado tempo e num tempo circunscrito. Sempre que a palavra não possa ser comunicada na presença física de ambos os participantes, diferentes questões emergem, sobretudo quando a corporalidade é habitada por dificuldades e vivências traumáticas.

Neste sentido, no presente artigo visa-se uma reflexão sobre como a ausência do corpo se pode transformar num processo criativo, no contexto do setting colocado no espaço virtual, dando origem a um espaço transicional, cujo desenvolvimento se revela pela escrita durante a sessão. Este fenómeno

será ilustrado à luz de uma vinheta clínica, tendo sido observado em alguns pacientes que nunca tiveram o hábito de escrever durante as sessões presenciais e que partilham da particularidade de terem vivido a experiência traumática de abandono(s) precoce(s).

### O CORPO NO SETTING

No referente à abordagem do *setting* no espaço virtual, objeto da presente reflexão, e considerando a exploração teórica já realizada sobre o *setting*, observam-se alguns aspetos do enquadramento que se revestem de relevância. Em primeiro lugar, importa recordar a importância do *setting* para o desenvolvimento de uma relação transferencial (Segal, 1962; Steiner, 2006).

A atitude do analista torna-se pertinente, uma vez que, independentemente da relação contratual estabelecida, o *setting* representa um espaço no qual o paciente deverá sentir-se suficientemente seguro para revelar os seus pensamentos e os seus sentimentos, bem como as suas ações, que procuram ser entendidas. A qualidade da relação transferencial torna-se particularmente importante quando o *setting* sofre um momento disruptivo, como a interrupção das sessões presenciais. Neste caso, afigura-se necessário distinguir entre uma situação em que a separação física entre paciente e analista se deve a uma perturbação do *setting*, originada consciente ou inconscientemente pela ação de uma das partes (férias, doença, esquecimento, etc.), e as situações geradas por condições impostas, como, por exemplo, situações de guerra ou o contexto da pandemia provocada pelo Covid-19. Nesta última situação, a alteração do *setting* é involuntária. A mudança mais visível consiste na suspensão do encontro físico no gabinete clínico. A realidade de dois corpos simultaneamente presentes evidencia a pertinência do aspeto espacial, cujo centro consideramos ser o gabinete clínico, com tudo o que este alberga (Steiner, 2006). Na verdade, o analista encontra-se intimamente associado ao seu gabinete. Este espaço vai adquirindo uma dimensão sensorial que poderá ser retida pelo paciente. Os odores, a luz, os sons e a temperatura presentes no gabinete conferem um colorido individual à sessão em curso.

Bleger (1966) salienta a existência de dois *settings*, um oferecido pelo analista e outro transportado pelo paciente. Estando sobretudo interessado em estudar o enquadramento<sup>2</sup> quando este se mantém intacto e constante, Bleger considera-o um recetor da simbiose. À semelhança da simbiose com a mãe (imobilidade do não-ego), que possibilita à criança o desenvolvimento do ego, o *setting* — enquanto conjunto de regras constantes — atua como o alicerce que percecionamos, sobretudo quando nele ocorrem falhas ou ruturas. Bleger (1966) sustenta: «the frame is the most primitive

part of the personality, it is the fusion ego-body-world, on whose immobility depend the formation, existence, and differentiation (of the ego, the object, the body image, the body, the mind, etc., etc.)» (Bleger, pp. 514–515).

Assim sendo, a quebra do enquadramento, nomeadamente nas situações de interrupção das sessões presenciais, abre em maior ou menor grau uma fissura, a qual poderá dar acesso a uma realidade catastrófica, uma vez que o paciente perde o reservatório<sup>3</sup> do seu *setting*, da sua simbiose.

Por outro lado, no seu trabalho sobre a ligação estética no caso de pacientes com uma imagem corporal perturbada, Lemma (2020) explora a relação do paciente com o corpo do analista e, prolongando a dimensão corporal do analista, com o corpo do espaço analítico. Neste contexto, a ligação estética compreende a perceção através dos sentidos, em particular das sensações que o paciente relaciona com a fisicalidade do analista. Assim, Lemma, clarifica:

«The aesthetic link relates to the experience of the analyst as someone whose body has been libidinally cathected [...]. The notion extends to the physical space of the consulting room: it is not about the concrete aspects of the space per se, rather, for example, the way that the analyst sits in her room and assumes her space in it, or how she invests in this space and through this communicates implicitly to the patient that she feels she has a right to her body, its boundaries, and her desire. In the patient's experience this can then become concretely attached, for example, to colors, smoothness of objects in the room, or scent» (Lemma, 2020, p. 58).

Esta relação com a fisicalidade do analista/gabinete do analista conduz-nos aos diferentes aspetos que se prendem com a dimensão sensorial do *setting*. Esta última pode funcionar como um invólucro, um envelope sensorial (Anzieu, 1995), cujas propriedades contentoras providenciam ao paciente as condições necessárias a uma elaboração integradora. Neste sentido, podemos entender o *setting* como uma pele, ainda adesiva, rumo à integração (Civitarese, 2008).

O sensorial transporta-nos para o pré-simbólico e, por conseguinte, para as reflexões tecidas em torno de um *setting*, em que o convívio dos dois corpos ativa as fantasias conscientes, as fantasias inconscientes e as fantasias pré-simbólicas. No que respeita à constância do *setting*, cumprir em conta que o corpo do analista não existe de forma estática, uma vez que, em contraste com o espaço físico do gabinete, o corpo se encontra em movimento e em constante transformação (aparência, diferentes posturas corporais assumidas, odores, etc.). Lemma (2014) concebe o corpo do analista na sua vertente ativa, como um estímulo

## 2

Bleger sugere a utilização do termo «situação psicoanalítica», que se refere à totalidade dos fenómenos incluídos na relação entre analista e paciente. Esta situação compreende não só os fenómenos do processo que é estudado, analisado e interpretado, como também inclui o enquadramento, representando este as constantes em cujos limites decorre o fenómeno, ou seja, o enquadramento é perspetivado na sua qualidade estática de «não-processo» (Bleger, 1966, p. 511).

## 3

Para efeitos de uma melhor compreensão, o termo «depository» utilizado por Bleger é traduzido por «reservatório».

poderoso que atua no mundo interno do paciente, desencadeando reações tanto conscientes como inconscientes.

Consequentemente, o *setting* comporta todo um enredo, no qual o corpo abre espaço a uma dimensão primária, que é a origem de todos nós e que desempenha um papel preponderante no desenvolvimento do nosso ser. A comunicação adveniente do aqui e agora entre dois corpos no espaço físico do consultório, e transportada, de modo mais ou menos consciente, não apenas pelo paciente mas também pelo analista através da sua contratransferência, faz-se ouvir como uma melodia de fundo, ora mais ora menos distintamente, dependendo de pessoa para pessoa, de sessão para sessão.

No interior do paciente, a sessão poderá prolongar-se ou não de forma individual e única, do mesmo modo que cada paciente produz uma ressonância específica no analista. Independentemente da frequência e do ritmo das sessões, permanece entre estas a certeza do regresso àquele espaço comum.

### O CORPO REAL E A REALIDADE VIRTUAL

O *lockdown* — por muitos vivido como um *lock up* — imposto pela pandemia representou na realidade clínica uma rutura com a normalidade do *setting*, cuja transferência para a realidade virtual se revelou uma solução viável perante os condicionalismos vigentes.

Embora se tenha verificado um processo de adaptação geral às circunstâncias, e ainda que estas tenham sido vivenciadas num plano universal e individual, não será desmedido descrever o fenómeno desencadeado pelo Covid-19 como um sismo interno, trazendo à memória «das Unheimliche», descrita de tantas formas por Freud no seu texto de 1919.

No referente à atividade clínica no gabinete particular, determinadas alterações do *setting* dependeram de decisões individuais, como sejam a escolha entre manter ou não as sessões presenciais para casos específicos e a utilização de uma vasta gama de meios de comunicação ou a sua restrição (por exemplo, a seleção de diferentes plataformas, como o Skype, Zoom, etc., ou a restrição ao telefone). Por outro lado, o impacto das modificações necessárias revelou-se inevitavelmente de formas diferentes nos pacientes. A mudança mais significativa consistiu indubitavelmente na supressão do elemento fundamental do encontro: a presença física no mesmo espaço. Assim, o corpo enquanto fator primário e originário ausentou-se por um período de tempo indeterminado e abriu-se o espaço a um corpo imaginado ou visível, mas privado de uma parte essencial da sua dimensão sensorial.

Embora a realidade virtual se tenha vindo a instalar, desde a sua criação, de modo

evidente, universal e tão natural que parece dispensar qualquer elucidação, e não obstante a passagem do gabinete para um encontro via meios de comunicação alternativos ter ocorrido aparentemente de um modo bastante espontâneo, parece indispensável uma circunscrição deste recurso, no intuito de facilitar a contemplação dos aspetos que devemos considerar na articulação do corpo com a realidade virtual.

No âmbito da Conferência Internacional sobre os desafios colocados à Psicanálise no século XXI: «Psicanálise, Saúde e Psicosexualidade na Era da Realidade Virtual» (2000), Canestri descreve a realidade «virtual» como sendo uma manifestação particular daquilo que cada um considera ser realidade, um «tipo especial de realidade» (2001, p. 2). Esta especificidade funda a sua existência num tipo especial de máquina, que designamos computador. Segundo Canestri, a construção da realidade virtual baseia-se em dois princípios, designadamente no uso da matemática pura para estimular dinâmicas reais e num dispositivo que permite às pessoas interagir com estas simulações. A linguagem matemática reveste-se de natureza simbólica, mas o produto da simulação usa uma linguagem icónica, o que implica um processo de constante transformação de uma linguagem simbólica em imagens (Canestri, 2001).

No quadro do impacto do uso da máquina na nossa mente, merece referência Sherry Turkle (1995), que, inicialmente, examinava o computador pessoal como uma *machine to think with*, ou seja, uma máquina com a qual pensamos. Posteriormente, passou a analisar as questões suscitadas pela identidade do indivíduo inserido numa comunidade que interage num ambiente digital. Esta autora refletiu nos efeitos dos novos sistemas de comunicação, que parecem propiciar um sentido pós-moderno da identidade, um sentido que é múltiplo, fragmentado e contextual. A identidade na era da Internet emerge como um *second self*, uma vez que, ao alargarmos a nossa atividade às ferramentas que criámos, o próprio conceito de atividade e, por conseguinte, o nosso sentido de *self* são igualmente sujeitos à mudança (Turkle, 2005). Com base em experiências efetuadas no campo da realidade virtual e ainda no contexto do *self*, Lemma (2015) questiona a possibilidade de o nosso sentido de *self* ser uma construção maleável, porquanto a realidade virtual providencia a exploração de diferentes representações e deslocções do corpo. Com efeito, a realidade virtual pode diminuir inibições e sentimentos de vergonha, proporcionando ao indivíduo um terreno que lhe permite experienciar-se de diferentes formas e modificando, assim, o seu modo de interação, processo este que poderá promover a criatividade, a integração e o crescimento. Esta é razão pela qual vários autores

consideram que a realidade virtual assume as propriedades de um objeto ou espaço transicional (Turkle, 1995, 2005; Dini, 2009; Lemma 2015).

Jean-Michel Quinodoz (2001) perspetivou a ligação entre o virtual e o real à luz da relação transferencial, dado que esta assume lugar numa dimensão que não é totalmente real, nem totalmente virtual. Tomando os sentimentos do paciente como exemplo, Quinodoz considera a importância de gerir um equilíbrio delicado entre os sentimentos do paciente pela pessoa real do analista e os sentimentos produzidos pelo fenómeno virtual que consiste no analista imaginado ou fantasiado pelo paciente.

Seguindo esta lógica, uma boa parte do trabalho psicanalítico assenta na natureza virtual daquilo que consideramos ser o real, sendo as noções de projeção/introjeção, fantasia/sonho, transferência/contratransferência, inconsciente, latente, atenção flutuante, etc., imprescindíveis ao processo de elaboração, ao pensamento psicanalítico.

À semelhança da relação transferencial, o próprio *setting* psicanalítico pode ser entendido na qualidade de uma realidade virtual. Tendo em conta o papel que o psicanalista desempenha neste desenvolvimento tecnológico, Dini conclui: «The uniqueness of the analytic office, the distance from the constant hum of interaction, the confidentiality, all are factors to consider. In some sense, the setting of the analyst's office mirrors a cyberplace, in that it alters the rules of common reality in some way so as to shed new light on present situations» (Dini, 2009, p. 987).

Apesar da similaridade, permanece clara a natureza distinta da realidade virtual oferecida pelas novas tecnologias, relativamente à que nasce da mente num corpo humano. A deslocação do *setting* para um espaço criado por um dispositivo comporta diferentes implicações, sendo a perceção do outro alterada, estando este outro «do outro lado». A partilha de um espaço (espaço virtual) a partir de dois espaços distintos (espaços físicos) afeta inevitavelmente a comunicação não verbal. A comunicação por vídeo, por exemplo, possibilita o diálogo face a face; todavia, não lhe é dado recriar a proximidade vivida na presença física. Do ponto de vista spatiotemporal, a envolvimento é distinta, visto que, na comunicação virtual, não podem receber ambos os participantes as impressões do mesmo espaço que se insere naquele tempo, no tempo daquele espaço. Assim, o que poderá eventualmente distrair um dos participantes durante o tempo de sessão poderá não ser percebido pelo outro. A comunicação no campo virtual é influenciada por um tempo de atraso após cada intervenção, sendo, por seu turno, os silêncios sentidos de forma distinta.

No concernente a estas variáveis, representantes de maior distância e de maior desfazamento,

importa destacar a particularidade de a realidade virtual albergar paradoxos, podendo a mesma criar situações em que emoções contraditórias se aproximam, como a distância e a intimidade, a anonimidade e a familiaridade, ou, ainda, a decepção e a sinceridade (Dini, 2009).

Se, por um lado, podemos entender o espaço virtual como um lugar onde o corpo se dilui, devemos, por outro, tentar compreender o que acontece, realmente, com esse corpo, pois ele não deixa de existir. Lemma (2015) sustenta que a realidade virtual não representa somente um encontro entre mentes, que o corpo continua a ser importante, ainda que a interação seja mediada. «When in cyberspace we are still embodied. What changes is our experience of embodiment because we are no longer dependent on the old contingent relations to the corporeal» (Lemma, 2015, p. 573).

No tocante à relação entre o afastamento das sessões presenciais e a transferência do *setting*, e, portanto, também do corpo, para o espaço virtual, importa considerar as seguintes características da realidade virtual. Por um lado, esta torna desnecessária a presença do corpo, ao mesmo tempo que contorna a realidade das limitações geográficas, permitindo manter ou mesmo incrementar o grau de comunicação. De acordo com Lemma, este fenómeno influencia a experiência emocional da separação, reduzindo, evitando ou mesmo anulando a elaboração do luto pela ausência do outro. Por outro lado, ao facultar uma ilusão do real, a realidade virtual pode alterar a relação entre a realidade externa e a interna, evitando um trabalho psíquico diferenciador e integrador que ligue a realidade externa e a interna. Consequentemente, podemos concluir que a estrutura e sequência das sessões presenciais desempenham uma função contentora e diferenciadora, cuja qualidade regula os processos de elaboração.

Perante a mudança para um *setting* virtual durante o período de confinamento, verificámos que as adaptações a considerar eram múltiplas, gerando cada uma delas várias questões. Assim, talvez a eventual impossibilidade de a sessão se realizar continuamente a partir do mesmo espaço físico, a provável dificuldade de manutenção do respetivo horário e, sobretudo, o contexto da sua inserção pudessem influenciar ou mesmo comprometer o sentimento de privacidade e de intimidade. Tais mudanças foram vividas de forma diferenciada, consoante a estrutura psíquica do indivíduo, a sua circunstância existencial nesse momento, bem como o enquadramento da intervenção e a fase de desenvolvimento do mesmo.

O *setting* colocado no plano virtual remete, pois, inevitavelmente, para questões que se prendem com a plasticidade da técnica psicanalítica. Neste contexto, assume particular relevância a diferença

entre os pacientes que se encontram num processo «clássico» de psicanálise no divã e aqueles que necessitam e/ou privilegiam, pelo menos por enquanto, o *setting* face a face, em especial aqueles que revelam renitência ou dificuldades frente ao divã ou à passagem para o mesmo. Por outro lado, importa considerar as implicações para o próprio analista: além da readaptação a realizar na esfera externa — passagem da sessão presencial para o uso de dispositivos eletrônicos —, importa ter em conta o modo como vive internamente o impacto provocado pela situação pandémica, ou seja, quais são as implicações para o seu estado mental (Meltzer, 1967) ou o seu *setting interno* (Caper, 1997; Parsons, 2008). Perante a existência de uma realidade externa partilhada, nomeadamente a pandemia, e considerando as perdas reais daí decorrentes, Figueiredo (2020) aponta para a importância de o analista preservar as condições necessárias à *alucinação negativa* na conceção de Green (2011), a fim de que o excesso de realidade externa não impeça o acesso às realidades psíquicas essenciais à criação conjunta daquela realidade virtual que permite sonhar e brincar, ou seja, do espaço potencial.

#### DO CORPO PARA O ESPAÇO VIRTUAL E DO ESPAÇO VIRTUAL PARA O CORPO

O plano virtual comporta uma adaptação a implementar por ambas as partes envolvidas no *setting*. A ideia de adaptação ao paciente encontra-se no cerne da dinâmica gerada pela comunicação inconsciente, tendo Freud (1912) comparado a qualidade desta dinâmica com a imagem de um recetor telefónico (psicanalista) que se ajusta ao microfone transmissor (paciente).

Winnicott (2011b) afirmou que a análise não se reduz apenas ao exercício da técnica analítica, mas que ela também torna os psicanalistas capazes de colaborar com o paciente, uma vez que este é acompanhado no seu ritmo e percurso do processo de elaboração.

Segundo Winnicott (2011a), a psicanálise torna-se produtiva quando ambos os participantes são capazes de brincar um com o outro. Este processo criativo sofre inevitavelmente alterações quando o *setting* é marcado pela separação física e pela conexão virtual. A fisicalidade no sentido do espaço físico real envolvente, a corporalidade e a dimensão sensorial intimamente ligada a esta última estimulam e promovem o processo criativo de elaboração, influenciam o estado psíquico durante a sessão e, por conseguinte, a forma como as associações se encadeiam e os pensamentos são tecidos.

As questões em torno das implicações decorrentes da separação física tornam-se ainda mais pertinentes nos casos em que se observa a vivência de abandono(s) precoce(s), com ou sem

separação física, mais especificamente nos casos em que os indivíduos deparam com sentimentos de solidão profunda, apesar de gerirem com sucesso um quotidiano preenchido e de revelarem a capacidade de recordar, associar, sonhar e de preencher o tempo livre de forma criativa. Neste contexto, o sentimento de solidão não se refere tanto ao isolamento criativo, que poderá estar presente nestas pessoas, como a uma solidão que tem origem na impossibilidade de ter estabelecido e mantido vínculos de intimidade, processo este que pode resultar num movimento de retração para um estado de isolamento afetivo (Fromm-Reichmann, 1959/1990). Verificamos que muitos destes indivíduos manifestam dificuldades em suportar a intimidade, revelando um estado mental em que prepondera o medo da dependência, que, no contexto do *setting*, poderá encontrar reflexo numa reduzida frequência semanal das sessões.

Por outro lado, considerando o(s) abandono(s) na sua qualidade de destrutividade, a rutura do *setting* presencial e a subsequente passagem para o *setting* virtual podem associar-se à repetição da situação de abandono(s) outrora vivido(s). Tal rutura torna-se ainda mais significativa quando a relação transferencial já permitiu criar uma ligação estética promotora de vitalidade no paciente, processo este em que a dimensão corporal desempenha um papel fundamental (Lemma, 2020).

A seguinte vinheta clínica pretende abrir espaço à reflexão sobre a envolvimento do corpo no plano virtual, considerando-se que o ato da escrita manual<sup>4</sup> transforma o corpo num veículo ativo e vivo no plano virtual, plano este que se encontra dominado pelos estímulos auditivos e/ou visuais. Uma vez que a palavra prolonga a sua existência através da materialização no papel, a escrita poder-se-á tornar num objeto transicional.

#### NOARAH

Aos 35 anos, Noarah veio ao meu encontro por sentir que tinha chegado a um ponto de viragem na sua vida. Pensava que não podia continuar a viver como até à data o fizera. Era preciso mudar! O seu discurso revelava contrastes, dos quais tinha clara consciência: expressava autonomia, força, determinação, mas também transmitia características de uma mulher frágil e emocionalmente dependente. O impacto da sua aparência espelhava estas oposições. Mulher alta e elegante, com olhos escuros e um olhar profundo, por vezes profundamente triste. Embora a sua imagem revelasse aspetos de uma feminilidade consolidada e segura (vestes que acentuavam a silhueta do corpo, acessórios, perfume, etc.), nela transparecia também em certos momentos uma linguagem corporal contraditória, que se traduzia numa postura mais curva, num aperto de mão ténue e numa expressão visual de abatimento, como se a

#### 4

A palavra «escrita» no presente artigo refere-se sempre ao manuscrito, uma vez que existem reconhecidamente diferenças substanciais entre a atividade de manuscruer e de digitar (Karavanidou, 2017).

força vital lhe tivesse sido sugada. Noarah vivia a sua condição mais frágil com perfeita lucidez. Acreditava que algo muito pesado em si havia sido colocado desde muito cedo, um dilema que ela não conseguia resolver e que formava a sua prisão interna.

Filha de pais intelectuais, dotados de capacidades funcionais, mas pouco afetivos, foi entregue à guarda da avó materna poucas semanas após o seu nascimento, enquanto os seus pais concluíam o curso superior em cidades diferentes. Alternadamente, era visitada pela mãe e pelo pai, aos fins de semana, passando a viver com ambos quando concluiu os dois anos.

Noarah descreve a mãe como uma mulher carente, que alberga uma insegurança e um certo vazio. Sendo uma mulher profissionalmente bem-sucedida, a mãe confere um valor significativo à obrigação e àquilo que a mesma comporta. Assim, Noarah recorda-se de ouvir frequentemente a frase «tem de ser», como também tem a memória de comentários acerca da sua aparência. O pai, outrora idealizado pelas suas capacidades intelectuais, é vivido como uma pessoa dominadora e egocêntrica, sentindo-se Noarah por ele diminuída, depreciada e invadida. Diz existir dentro de si um lugar de escuridão e de paralisia: «É como se me tivessem quebrado algo, é uma sensação horrível de constante angústia.»

A solidão parecia ser uma constante da sua vida emocional, recordando-se de se sentir sozinha em casa, sozinha na escola, sozinha com os seus problemas. Vivia os pais como distantes, inacessíveis e não participativos na sua vida escolar, privada ou mesmo académica. Os seus sucessos não eram celebrados e o «não fazer bem» representava um fantasma, que era seu companheiro constante. Mais tarde, na faculdade, deu-se o aparecimento de uma ansiedade incapacitante, que foi tratada com medicação. Noarah vive o sofrimento de um modo solitário e silencioso.

Ligada a uma área de atividade profissional que exige capacidade de expressão oral e escrita, sentia-se, por vezes, terrificada pelo medo de poder pensar mal, expressar-se mal e ser mal vista. Instalou-se nela a ideia de ser incapaz e de poder estar a enganar as pessoas. Tais fantasias não só a faziam sentir-se rígida, como também desencadeavam em si uma sensação de estranheza e de indefinição. Chegava mesmo a sentir-se bloqueada. Estes estados encontravam frequentemente uma expressão física, que se manifestava ora na impossibilidade de encontrar repouso, ora na sensação de não conseguir agir. Embora o desporto desempenhasse um papel central na sua vida, Noarah relatava que não se sentia capaz de realizar movimentos que implicassem baixar a cabeça, pois alteravam o seu sentido de orientação. A ideia de nela poder existir uma incapacidade física já se manifestara na sua

infância, quando os pais decidiram «corrigir» a sua postura através de uma órtese cervicotorácica, em detrimento de uma fisioterapia.

Apesar destes aspetos constitutivos de um sentimento de enclausuramento, Noarah viveu, estudou e trabalhou durante vários anos em diferentes países estrangeiros, cimentando e expandindo o seu percurso profissional e criativo. No entanto, como veio a perceber ao longo das sessões, Noarah vive em função dos outros e das circunstâncias dos outros, reconhecendo gradualmente que se envolve em relações abusivas, ao ponto de ficar confusa, impossibilitada de distinguir as suas ideias das dos outros e de viver as dificuldades decorrentes da dinâmica relacional como fracasso pessoal.

Os sentimentos de insuficiência suscetíveis de gerar uma vivência de subjugação alimentavam a impossibilidade de confiar, quer nela, quer no outro. Noarah trabalhava incessantemente, trabalhava para ela, para os seus projetos, para outros e por outros. A existência de um tempo livre angustiava-a, fazia-a sentir-se inútil.

Neste sentido, o *setting* inicial refletia a necessidade de uma aproximação gradual e de uma construção progressiva, que conduziu a uma evolução da frequência semanal das sessões para uma frequência bissemanal.

No plano contratransferencial, Noarah despertava em mim, no início, a necessidade de a vitalizar, tomando eu uma consciência crescente de ser mais expressiva na mímica e nos meus gestos durante as sessões. Paralelamente, ocorria-me a fantasia de eu ser vivida por Noarah com uma certa ambiguidade. Talvez por nela existir a experiência repetida e acentuada de confronto com um mundo envolvente inacessível, sobretudo na infância e adolescência, e por tantas vezes ela ter mencionado que pensava ser um incómodo para os outros — mas talvez também por eu sentir que os espaços entre as sessões poderiam reativar a vivência da separação como rutura e abandono. Eu assegurava-lhe frequentemente, após as sessões, a minha disponibilidade, caso ela se sentisse muito invadida pela angústia. Na realidade, Noarah vivia os fins de semana com uma angústia profunda, preenchendo o tempo sobretudo com trabalho.

A ambiguidade enquanto confronto com o desconhecido e, por conseguinte, com o possível encontro com algo temido e terrífico refletia-se ainda no evitamento do divã. A dada altura, já decorridos quase dois anos num registo face a face e perante a minha sugestão de transitar para o divã, Noarah transmitiu-me o seu receio. Estar no divã representava algo tenebroso. Assim, ela afirmou: «Sinto que se eu ali estiver algo me poderá puxar para baixo e então, ninguém, nem eu própria, conseguirá tirar-me dali.» Embora o processo de elaboração fosse delicado e pautado por momentos

de bloqueios e de sentimentos de profunda solidão, as relações de Noarah foram-se transformando gradualmente.

Noarah escreve e sempre gostou de escrever. Embora a escrita se afigurasse, por vezes, uma tortura, sobretudo nos momentos em que era necessário escrever para publicar, exercia não só a função de elemento organizador, como também cumpria uma função fortalecedora e revigorante.

Noarah viria a sentir-se mais solta e mais forte, mais capaz de se defender, hesitando menos, respondendo mais e mais espontaneamente. Esta exploração nova dentro de si era igualmente vivida no corpo. Noarah começara a aprender capoeira. Assim, observávamos como o corpo parecia aprender a falar o que Noarah percebia internamente. O corpo foi adquirindo um maior vigor, ao mesmo tempo que revelava uma maior fluidez, superando Noarah a impossibilidade de baixar a cabeça.

Embora subsistissem os momentos de angústia e de solidão, as sessões ganhavam um colorido mais vivo, onde momentos de entusiasmo conquistavam lugar. Nesta fase, insere-se o momento das «medidas excepcionais e temporárias», que visavam fazer frente à situação pandémica instalada no país, movendo a sessão do gabinete para o plano virtual. Uma vez que as sessões com Noarah se realizavam face a face, o recurso à videoconferência parecia constituir a solução mais adequada.

A passagem do espaço físico para o virtual não se manifestou de forma dramática em Noarah. Não obstante, a situação era dramática, pois o mundo externo tinha sofrido uma paragem; e com esta paragem, o quotidiano vivido por Noarah sofreu várias ruturas, em particular no tocante à corporalidade dos contactos diários. Neste sentido, a primeira sessão online revelou-se simultaneamente familiar e estranha. Noarah começou por sorrir, e após alguns comentários acerca da atual situação, a sessão desenrolou-se ao ritmo habitual. Esta aparente continuidade relativamente às sessões anteriores não deixava de estar marcada pela distância física, pela divisão em dois espaços distintos. Noarah vivia sozinha, e as sessões eram realizadas a partir de sua casa, tendo eu também passado a trabalhar a distância, a partir de casa.

O isolamento inerente ao confinamento revelou-se difícil para Noarah, ampliando as angústias. Sonhava muito, sentindo-se por vezes invadida, ora por imagens violentas, ora por sentimentos de grande solidão. As semanas eram perpassadas por despertares difíceis e incapacitantes, originando pedidos de contacto telefónico entre as sessões.

Decorridas algumas sessões, comecei a aperceber-me de que Noarah fazia um ou outro apontamento durante as sessões. Embora esta atitude me surpreendesse, decidi esperar, até porque, num primeiro momento, me questionei

sobre a eventualidade de o uso da escrita durante a sessão poder representar uma defesa, condição esta que me impeliaria a refletir no possível desenvolvimento de uma transferência negativa. Talvez a passagem para um enquadramento virtual pudesse ter reativado em Noarah a vivência do abandono.

Com efeito, já me fora dado observar que alguns pacientes apontavam uma palavra ou uma frase durante as sessões por videoconferência, o que nunca havia ocorrido durante uma sessão presencial. Estes pacientes referiam rever ocasionalmente durante a semana o que tinham escrito.

Certo dia, no início da sessão, Noarah perguntou-me: «Desculpe, posso ir buscar o meu caderno?» Ao indagar de que caderno se tratava, ela respondeu-me que o caderno em causa servia para anotar sentimentos e pensamentos, algo decorrente do que eu dissesse, de um pensamento dela que se juntasse ao meu ou, ainda, de um pensamento que lhe ocorresse. Disse-me que, de quando em quando, relia o que escrevia, e continuava a escrever. Referia que o caderno não era um diário, mas que reunia os seus pensamentos, a ajudava a pensar.

A forma discursiva de Noarah desencadeava em mim a ideia de que não só as palavras escritas em si mas também o caderno pudessem representar um objeto reconfortante e acompanhante, porventura revestido de características de um objeto transicional. Por outro lado, surgia a questão de apurar se a escrita constituiria uma defesa contra uma angústia de separação do espaço comum — o gabinete — ou se seria, antes, uma forma de resistência à proximidade, colocando Noarah «o caderno» entre mim e ela como uma barreira, como um objeto que a levasse a retraindo-se e a isolar-se do espaço conjunto de elaboração.

No seu texto *Free Association Reconsidered: The Talking Cure, The Writing Cure* (2005), Farber debruça-se sobre o uso da escrita, sobretudo no caso de pacientes que se expressam emocionalmente mais através do corpo do que pela palavra. A autora sugere que a escrita poderá servir um fim criativo e não destrutivo, na medida em que pode facilitar a diminuição de resistências à associação livre. Neste sentido, importa diferenciar entre a escrita como processo promotor da relação com os objetos internos, e, portanto, promotor da auto-observação e da criatividade, e, por outro lado, a escrita como uma atividade colocada ao serviço de uma ruminação incorporada num ato solitário que serve à retirada narcísica.

Embora revelasse as dificuldades advenientes de uma vivência interna de abandono e de solidão, Noarah já tinha realizado um percurso de transformações que a levavam a debruçar-se sobre os outros à sua volta e sobre a qualidade da proximidade que mantinha com o mundo envolvente. Este processo abriu um espaço criador

de confiança e de maior entrega, que permitia a Noarah solicitar ajuda quando dela necessitava. Ao longo deste período, Noarah observava-se e procurava entender como vivia as situações na relação com os outros, trazendo as suas impressões para as sessões.

Entre as sessões, escrevia não apenas sobre novas ideias e projetos, mas também sobre o que sentia e sobre o que os sentimentos a faziam pensar. Podemos conceber esta escrita como uma continuação da exploração do mundo interno.

Segundo Farber (2005), o paciente pode assumir uma maior responsabilidade em continuar o processo de elaboração para lá do contexto do gabinete quando é capaz de escrever as suas associações, e a partir das mesmas continuar a associar com a ajuda do analista.

A necessidade de escrever durante a sessão surgiu em Noarah quando a dimensão corporal sofreu alterações, o que permite levantar algumas questões: poderá a confrontação com o corpo virtual dar origem e/ou aumentar as resistências à associação livre e poderá a escrita atenuar tais resistências? Atendendo à qualidade criativa de *playing* inerente à associação livre, poderemos conceber o emergir da escrita manual no contexto virtual como uma tentativa de criação de um espaço potencial? Nesta perspetiva e tendo em conta as vicissitudes da passagem do corpo real para o corpo virtual e vice-versa, o processo da escrita equivaleria à transformação da imagem icónica numa linguagem simbólica, sendo o corpo o ator desse processo, uma vez que a atividade da escrita representa uma deslocação do virtual para o real.

No espaço virtual, a palavra dissocia-se de uma dimensão sensorial do corpo, sendo desprovida de uma parte do seu colorido, de uma parte vital. Deste modo, a escrita poderá corresponder a uma tentativa inconsciente de incorporar a palavra e de lhe conferir/devolver, assim, uma maior vitalidade, tanto mais que o manuscrito implica a criação de uma dimensão sensorial: o contacto da pele com o instrumento da escrita e o manuseamento motor que implica movimento e fricção, isto é, o desenho da letra no papel.

O ato da escrita obriga a desacelerar, uma vez que impõe um tempo mais longo do que o da palavra oral, requerendo uma estrutura e organização do pensamento, a fim de processar o discurso oral e de o transpor para a palavra escrita. No tocante à envolvimento do corpo, a palavra oral é transformada em palavra escrita, passando por palavra-corpo. Todavia, a transcrição para o papel tem origem na comunicação durante a sessão, sendo a verbalização do outro (do psicanalista) o elemento desencadeador da escrita. Com efeito, a palavra do psicanalista é escrita ou usada pelo paciente para a elaboração do seu próprio pensamento, que ele, por fim, expressa por escrito.

De acordo com as reflexões de Lemma acerca da importância da recetividade do analista na criação de uma ligação estética e vital com o paciente, poderíamos imaginar, por conseguinte, que esta recetividade se encontra refletida na aceitação do analista de oferecer a sua palavra como extensão do corpo que se ausentou. Neste sentido, a recetividade do analista corresponde a um processo de adaptação que sustenta, através da escrita, a criação de uma área intermediária entre a dimensão virtual e a dimensão real e, analogamente, entre a realidade interna e a realidade externa. Desta área intermediária, ou seja, da área do espaço potencial, emerge o objeto transicional. Curiosamente, e de acordo com Green (2013), Winnicott não descrevia propriamente um objeto em si, mas, sim, o espaço apropriado à criação de objetos. Se considerarmos, ainda, a condição de o objeto ser animado, começando a ser usado no início da separação entre a mãe e o bebé, e de o objeto transicional coincidir com a categoria de *playing*, bem como a capacidade de estar sozinho (na presença da mãe ou do analista), podemos conceber que não é o objeto, a escrita em si, que tem importância, mas, sim, o processo interno implicado no ato da escrita, ou seja, a articulação entre o Eu e o não Eu que alimenta a ligação metafórica.

Podemos, pois, presumir que o objeto transicional é criado na ligação entre a palavra do analista como extensão do seu corpo e — por via da incorporação — a palavra materializada no papel. Neste sentido, o objeto transicional cumpre duas funções: mantém a conexão com o outro e, dado que as palavras são relidas e (re)utilizadas para pensar entre as sessões, mantém a comunicação com os objetos internos, criando um novo pensamento ao associar, sonhar, brincar com as ideias, etc. As próprias palavras escritas, as palavras que permanecem após e entre as sessões guardadas num caderno, são não só contidas, servindo assim de envelope psíquico (Anzieu, 1995), como também sustentam a ideia de que se encontram sob a proteção e o controlo do paciente. Num registo primário, esta condição corresponderia à possibilidade de a criança poder viver as suas fantasias onipotentes, ou seja, de lhe ser oferecida a ilusão da posse e do controlo sobre o objeto, permitindo-lhe movimentar-se num domínio de experiências mistas, entre a fantasia de possuir totalmente o objeto e a noção de que o objeto não lhe pertence.

## CONCLUSÃO

Podemos concluir que no contexto de uma sessão por via remota, a escrita poderá representar um espaço transicional criador de um objeto transicional contentor que atenua as resistências perante a confrontação com um corpo virtual. Tanto a iniciativa espontânea de escrever durante



a sessão remota, como o processo de escrita em si (escrever a palavra do outro para pensar nela e/ou juntar a palavra do outro ao pensamento do próprio e escrever o pensamento daí resultante) se inserem num processo de articulação entre o Eu e o não-Eu, o interno e o externo, que podemos conceber como o campo de ilusão em que a presença de dois corpos no mesmo espaço é recriada.

*Mutatis mutandis*, a escrita pode afigurar-se um estádio intermediário entre o pensamento e a sua verbalização, porquanto pode contribuir para ultrapassar inibições, nomeadamente os sentimentos de exposição e de vergonha, representando, deste modo, uma «digestão» prévia, antes de o pensamento poder ser transportado para o campo de elaboração conjunta. Neste contexto, e ao perspetivar a escrita durante a sessão virtual como uma extensão do *holding environment*, importa referir, de acordo com Farber (2005), ser necessário que o paciente tenha previamente internalizado o analista como um objeto suficientemente bom.

No decurso das sessões virtuais, a escrita de Noarah emergiu de modo intuitivo, tendo esta, já numa fase anterior ao confinamento, desenvolvido o hábito de escrever entre as sessões. Nunca lê durante a sessão o que escreve, pelo que mantém os aspetos concretos e práticos da realidade externa mais afastados, tornando assim mais viva a parte inconsciente do espaço transicional que é partilhado pela díade terapêutica ao longo da sessão. Neste sentido, a escrita promove a continuidade da associação livre, ou seja, da comunicação inconsciente que conduz à comunicação simbólica.

No tocante à importância da dimensão sensorial do corpo, importa considerar que a realidade virtual não pode oferecer a totalidade sensorial de dois corpos reais no mesmo espaço. No entanto, o próprio ato de manuscruver pode corresponder a uma forma inconsciente de conferir vitalidade à conexão entre dois corpos fisicamente separados. Esta vitalização torna-se ainda mais importante quando existiu um investimento libidinal insuficiente numa fase precoce da vida, como é o caso na vivência do abandono, uma vez que a estrutura libidinal e emocional necessária à formação integrada de uma representação corpo-*self* depende da continuidade das trocas entre mãe e bebé, as quais, por sua vez, são mediadas pelos seus corpos. Neste sentido, a qualidade da experiência incorporada com o cuidador é vital.

Noarah viveu momentos de grande angústia e sentimentos de desamparo durante o período de isolamento. No que respeita nesta fase à importância da escrita entre as sessões, esta cumpria uma função reguladora dos estados emocionais mais intensos. Enquanto escrevia, Noarah sentia reduzir-se a confusão resultante de uma angústia aguda, o que permitia clarificar

de algum modo os pensamentos. Os sentimentos intensos que comportavam uma carga física, como a raiva, eram descarregados no ato da escrita.

Por outro lado, no que concerne ao impacto da situação pandémica no analista e na sua vivência interna entre as sessões, há que considerar que a escrita constitui um envelope contendor para o paciente. Esta consciência por parte do analista poderá atenuar os sentimentos de impotência emergentes perante a impossibilidade de apreender/conservar o paciente em virtude da distância física.

No referente à recetividade do analista como elemento essencial da transferência, podemos conceber que esta recetividade se traduz na cedência do corpo e, por extensão, da palavra. Todavia, o efeito deste processo tanto pode ser vitalizante e promotor da incorporação integrada da palavra escrita, e, por conseguinte, de um processo criativo, como pode desencadear um processo de identificação patológica com o discurso do analista, ou ainda uma estagnação num estado simbiótico.

No caso em questão, a escrita durante as sessões virtuais diminuiu o caos interno vivido por Noarah durante as fases de angústia e abriu um espaço lúdico que lhe permitiu viver a separação com uma qualidade diferente da do abandono, criando a escrita uma proximidade vivida na distância. Assim, o trabalho de ligação pela escrita promoveu a possibilidade de Noarah se manter conectada e de diminuir os movimentos de isolamento afetivo, o que tornou o isolamento mais suportável, ao mesmo tempo que fortaleceu a relação terapêutica.

Podemos concluir que o aparecimento da escrita na sessão virtual poderá servir para a construção de um espaço transicional partilhado que funciona como uma membrana permeável, vitalizável e vitalizada. Esta membrana sustenta o processo de elaboração das angústias de separação e viabiliza, deste modo, uma vivência criativa no estado de separação. 📄

## ABSTRACT

In the light of the past pandemic situation, this paper aims to reflect on the possibility of, through writing, bringing the body into the virtual therapy session, creating thereby a transitional object. To meet this purpose, the author considers the importance of the impact of the body's presence in the setting, particularly the analyst's body, which extends into her/ his consulting room. Furthermore, the article considers the nature of virtual space, and how the transition from real to virtual space can interact with one's perception of body, space and time. Taking into account patients who suffered from early abandonment and experienced the separation from the physical consulting room as a painful reactivation of old and deep feelings of loneliness, the author suggests that the use of writing in the virtual session can ease the anguish and invigorate communication within the therapeutic dyad, thus helping overcome the challenges arising from the imposed physical separateness.

KEYWORDS: body, setting, transitional object, virtual setting, writing.

## REFERÊNCIAS

- Anzieu, D. (1995). *Le Moi – Peau*. Dunod.
- Bleger, J. (1966). Psycho-Analysis of the Psycho-Analytic Frame. *The International Journal of Psychoanalysis*, 48, 511–519.
- Caper, R. (1997). A mind of one's own. *The International Journal of Psychoanalysis*, 78, 265–278.
- Canestri, J. (2001). Some Questions on Virtual Reality and Psychoanalysis. In J. Guimón & S. Zac de Filc (Eds.), *Challenges of Psychoanalysis in the 21<sup>st</sup> Century: Psychoanalysis, Health, and Psychosexuality in the Era of Virtual Reality*. Springer Science & Business Media.
- Civitarese, G. (2008). *The Intimate Room. Theory and Technique of the Analytic Field*. Routledge.
- Dini, K. (2009). Internet Interaction: The effects on patient's lives and analytic process. *Journal of the American Psychoanalytic Association*, 57: 979–988.
- Farber, S. K. (2005). Free Association Reconsidered: The Talking Cure, The Writing Cure. *Journal of The American Academy of Psychoanalysis and Dynamic Psychiatry*, 33(2), 249–273.
- Figueiredo, L. (2020). A virtualidade do dispositivo de trabalho psicanalítico e o atendimento remoto: uma reflexão em três partes. *Cadernos de Psicanálise (CPRF)*, 42, 61–80.
- Freud, S. (1912). Ratschläge für den Arzt bei der psychoanalytischen Behandlung. *Werke aus den Jahren 1909-1913*. Band 8, 375–388. Fischer-Verlag.
- Freud, S. (1919). Das Unheimliche. *Werke aus den Jahren 1917–1920*. Band 12 (pp. 249–268). Fischer-Verlag.
- Freud, S. (1923). The Ego and The Id. *TACD Journal*, 17(1), 5–22.
- Fromm-Reichmann, F. (1990). Loneliness. *Contemporary Psychoanalysis*, 26(2), 305–329. (Original publicado em 1959.)
- Green, A. (2011). *Le travail du négatif*. Minuit.
- Green, A. (2013). Potential space in psychoanalysis: the object in the setting. In J. Abram (Ed.), *Donald Winnicott Today*. Routledge.
- Karavanidou, E. (2017). Is handwriting relevant in the digital era?. *Antistasis*, 7(1), 153–167.
- Lemma, A. (2014). The body of the analyst and the analytic setting: Reflections on the embodied setting and the symbiotic transference. *The International Journal of Psychoanalysis*, 95, 225–244.
- Lemma, A. (2015). Psychoanalysis in times of technoculture: Some reflections on the fate of the body in virtual space. *The International Journal of Psychoanalysis*, 96, 569–582.
- Lemma, A. (2020). The Aesthetic Link: The Patient's Use of the Analyst's Body and the Body of the Consulting Room. *Psychoanalytic Perspectives*, 17(1), 57–73.
- Meltzer, D. (1967). *The Psychoanalytical Process*. William Heinemann.
- Parsons, M. (2008). Raiding the inarticulate: The internal analytic setting and listening beyond countertransference. *The International Journal of Psychoanalysis*, 88, 1441–1456.
- Quinodoz, J.-M. (2001). A Psychoanalyst: Between an Excess of the Virtual and an Excess of Realism. In J. Guimón & S. Zac de Filc (Eds.), *Challenges of Psychoanalysis in the 21<sup>st</sup> Century: Psychoanalysis, Health, and Psychosexuality in the Era of Virtual Reality*. Springer Science & Business Media.
- Segal, H. (1962). The curative factors in psycho-analysis – Contributions to discussion. *The International Journal of Psychoanalysis*, 43, 212–233.
- Steiner, J. (2006). Interpretative enactments and the analytic setting. *The International Journal of Psychoanalysis*, 87, 315–320.
- Turkle, S. (1995). *Life on the screen: Identity in the age of the internet*. Simon & Schuster.
- Turkle, S. (2005). *The Second Self: Computers and the Human Spirit*. MIT Press.
- Winnicott, D. (2011a). Transitional Objects and Transitional Phenomena. Em L. Caldwell & A. Joyce (Eds.), *Reading Winnicott*. Routledge.
- Winnicott, D. (2011b). Metapsychological and Clinical Aspects of Regression within the Psycho-Analytical Set-Up. Em L. Caldwell & A. Joyce (Eds.), *Reading Winnicott*. Routledge.
- Xavier, M. Francisca & Mateus, M. Helena (1990–1992). *Dicionário de Termos Linguísticos*. Edições Cosmos.