LUMEN ET VIRTUS

Vida nômade, fugindo do saber sobre si para encontrar o mundo: Um estudo de caso no existencialismo

https://doi.org/10.56238/levv15n39-056

Ana Tereza Cordeiro
Pesquisadora do Núcleo de Pesquisas em Clínica da Atenção Psicossocial, Universidade Federal de Santa Catarina
E-mail: anat.cord@gmail.com
ORCID: https://orcid.org/0009-0007-5580-6975

Charlene Fernanda Thurow
Pós-Doutoranda na Universidade Federal de Santa Catarina, Programa de Pós-Graduação em Psicologia - Florianópolis – Santa Catarina
E-mail: cfthurow@gmail.com
LATTES: http://lattes.cnpq.br/2482748032191511
ORCID: https://orcid.org/0000-0002-9462-1320

Adria de Lima Sousa
Professora na Universidade federal do Amazonas, departamento de Psicologia
E-mail:adriapsique@gmail.com
ORCID: ttps://orcid.org/0000-0002-7395-1806

Daniela Ribeiro Schneider
Universidade Federal de Santa Catarina, Professora no Programa de Pós Graduação em Psicologia Florianópolis – Santa Catarina
E-mail: danischeniderpsi@gmail.com
LATTES: http://lattes.cnpq.br/5847729124150252
ORCID: https://orcid.org/0000-0002-2936-6503

RESUMO

O estudo de caso aqui descrito explora a compreensão clínica desenvolvida em um estágio em clínica-escola, entre agosto de 2021 e dezembro de 2022, quando a universidade ainda mantinha o distanciamento social. Através de atendimentos online, adaptados a partir da abordagem existencialista, discute-se o caso de uma mulher com queixas de ansiedade, depressão e um histórico de tentativas de suicídio, vivendo uma vida nômade, morando em uma kombi com o marido, sendo os dois músicos, que se apresentavam em diversas cidades como forma de sobrevivência. A condição de atendimentos online, iniciadas na pandemia da Covid-19, viabilizou que a paciente realizasse a psicoterapia, porém, as condições eram precárias, por falta de espaço privado para sessões e dificuldades de acesso a internet, exigindo fortalecer a aliança terapêutica e o manejo clínico para contornar desafios. Entre as queixas iniciais a paciente se identificava como sendo "filha de uma mãe narcisista", conclusão a que chegou depois de ler um livro de auto-ajuda e que lhe forneceu uma explicação para comportamentos que ela não conseguia compreender em si. O existencialismo rejeita qualquer determinismo, compreendendo que o sujeito é uma constante totalização em curso e nunca encerra-se em uma tendência, patologia ou vocação à priori. O caso ilustra a complexidade das relações familiares e como a identificação com rótulos pode tanto ajudar quanto limitar o processo

psicoterapêutico. A abordagem existencialista proporcionou uma mediação para questionar essas identidades fixas e abrindo uma ressignificação de sua história e novas possibilidades existenciais, levando em conta suas escolhas e projeto de ser.

Palavras-chave: Psicoterapia Existencialista, Narcisismo Materno, Manejo Clínico.

1 INTRODUÇÃO

A psicologia existencialista parte da premissa de que "O homem nada mais é do que aquilo que faz de si mesmo" (Sartre, 1987) e que somos fruto das nossas escolhas diárias e constantes. Entretanto, nem sempre essas escolhas são feitas de forma clara e voltada para quem aquele sujeito quer se tornar, alienando-se das suas possibilidades. Sartre (1987) propôs um método para ser aplicado na psicologia, inspirado, por um lado, nos seus estudos sobre Freud e, por outro, nos fundamentos da fenomenologia e no existencialismo, que vai chamar de Psicanálise Existencial. O objetivo da psicanálise sartriana é decifrar o nexo existente entre os diversos comportamentos, pensamentos, emoções, estados e ações do sujeito concreto, ao extrair o significado de cada uma destas experiências em direção a um fim que os unifica, que ele vai definir como sendo o *projeto-de-ser*. É esse nexo que define o sentido da vida de alguém, que explica as escolhas que realiza e como se lança em sua trajetória existencial. Isto quer dizer que a psicanálise existencial busca decifrar o "projeto-de-ser" de cada paciente, pois é ele que elucida os diferentes movimentos de uma pessoa no mundo, sejam as escolhas viabilizadoras, sejam aquelas que levam o sujeito a um confronto com seu próprio desejo, produzindo sofrimento e alienação (Sartre, 1987, Schneider, 2011).

Sendo assim, entre as diversas abordagens psicológicas, o existencialismo se destaca por rejeitar qualquer tipo de determinismo e de natureza humana fixa, pois a liberdade é seu amálgama teórico e metodológico. Contudo, a liberdade sartriana não se reduz a um "fazer o que se quer", como é a noção vulgar de liberdade ou livre-arbítrio, mas a condição paradoxal de estarmos condenados a escolher, pois não escolher também é uma escolha, sendo que ao escolher, escolhemos nosso ser. Portanto, a escolha não é algo aleatório, mas sim, situada, ou seja, ela ocorre dentro de uma estrutura de escolha, que define nosso campo de possibilidades de ser (Sartre, 1988; Sartre, 1987).

Este artigo usa da metodologia de estudo de caso, que segundo Gil (2008), consiste no estudo profundo e exaustivo de um ou poucos objetos, de maneira que permita seu amplo e detalhado conhecimento. O estudo seguiu os preceitos de ética com pesquisas com seres humanos, sendo que a paciente deu sua autorização através da assinatura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido.

O presente estudo de caso explora o manejo e a compreensão clínica desenvolvida em um estágio em clínica-escola de uma universidade pública do sul do Brasil, entre agosto de 2021 e dezembro de 2022, quando a instituição ainda mantinha o distanciamento social. Através de atendimentos online, adaptados a partir da abordagem existencialista, discute-se o caso de uma mulher, que aqui vamos chamar de Mary, na época com 33 anos, com sintomas de ansiedade, depressão e um histórico de tentativas de suicídio, que vivia uma vida nômade, morando em uma kombi com o marido, sendo os dois músicos, que se apresentavam em diversas cidades como forma de sobrevivência. A condição de atendimentos online, iniciadas na pandemia da Covid-19, viabilizou que a paciente realizasse a psicoterapia, porém, as condições eram precárias, por falta de espaço privado para sessões

e dificuldades de acesso a internet, exigindo fortalecer a aliança terapêutica e o manejo clínico para contornar desafios.

Outra das queixas iniciais da paciente é de que ela se identificava como sendo "filha de uma mãe narcisista", conclusão a que chegou depois de ler um livro de autoajuda e que estabeleceu para ela uma explicação para seus sofrimentos e comportamentos que ela não conseguia compreender em si, sendo que a explicação "serviu como uma luva" para o que antes era indecifrável.

Aqui neste capítulo vamos levantar uma reflexão acerca do conceito de narcisismo dentro e fora do contexto científico e como tal explicação impactou a apropriação da paciente sobre a relação com a mãe e sobre si mesma. Propõem-se aqui uma reflexão acerca do conceito de narcisismo através de mídias trazidas pela paciente, bem como uma visão existencialista dos elementos que identificam as condições de existência da paciente frente a essas experiências ao se relacionar com a mãe. Através de exemplos concretos trabalhados em sessões de psicoterapia, foi possível traçar um paralelo entre as características observadas pela paciente e alguns conceitos existencialistas fundamentais para a compreensão clínica do fenômeno, além das apropriações e elaborações feitas pela mesma a respeito de sua situação.

A psicoterapia existencialista tem um caráter processual, com um método que traz diferentes fases graduais de compreensão e intervenção junto aos pacientes (Pretto et al., 2022). O objetivo final é "(...) a mediação para a transformação da dinâmica de ser do paciente. (...) Almeja que o sujeito tome a sua história em suas mãos (Schneider et al., 2022, p. 281), na medida em que isso o viabilizará em seu ser. Sendo assim, a problemática do narcisismo na análise do caso em estudo surge como um tema disparador para reflexões relacionadas ao saber e ao projeto de ser da paciente, porém, não se pode cair na armadilha que a própria Mary armou para si, ao reduzir as explicações de sua vida a esta relação materna, exigindo manejo clínico para ampliar o processo de compreensão do seu ser, tomando em conta a complexidade de sua vida. O objetivo, no processo psicoterapêutico, não foi de fomentar a ideia da mãe narcisista, mas a maneira como a paciente se experimentava sendo a filha desta mãe, com suas características e limitações, buscando possibilitar que Mary se escolhesse em outro lugar no mundo, que não a este reduzido espaço de ser filha de mãe narcisista.

O que orienta tais considerações existencialistas, ao trazer como analisador principal um sistema de forças sociológicas e antropológicas que delimitam o campo de possibilidades de escolha e de definição de um sujeito, é o que chamamos de *situação*: condições contextuais que colocam esse sujeito na experiência de ser, relacionando-se com o meio, com outras pessoas, ideias e objetos (Sartre, 1987). A situação é a unidade indissolúvel entre o contexto e sua objetividade e o sujeito e sua experiência subjetiva, que busca apreender o processo de singularização história de uma pessoa dentro de seu universo socio-material. Portanto, não se trata simplesmente de um indivíduo em seu meio

social, mas a complexa trama das relações dialéticas entre as vivências subjetivas e as determinações materiais e sociais, resultado no que Sartre define como o universal-singular (Alvim & Castro, 2015).

Retomando o conceito existencialista de liberdade, é em situação que o sujeito se encontra livre para fazer suas escolhas e, assim, construir a imagem de ser humano para si e para todos os outros. Todavia, o processo de construção de um ser nem sempre segue um planejamento linear de acordo com o que o sujeito escolhe. Schneider (2011) exemplifica com a pessoa que quer ser calma, mas, ao mesmo tempo, se estressa ao menor sinal de irritabilidade, ou seja, são os atos que definem o ser, e não simplesmente o que se pretende ser.

Do ponto de vista existencialista, a construção da personalidade de um sujeito é feita a partir da apropriação do contexto social e antropológico no qual ele se encontra. O meio no qual o sujeito nasce já vem conformado em sua estrutura: a nível antropológico, seu momento histórico, a cultura, a classe social; a nível sociológico, sua família, comunidade, seus grupos. Sendo assim, as experiências que cada sujeito tem dentro desse contexto possibilita a subjetivação desses elementos, se humanizando a partir das relações estabelecidas. A relação com o outro media não apenas as relações com o mundo, mas também o *saber-se-ser* ou o cogito desse sujeito, que está existindo no meio de diversas forças socioantropológicas (Castro & Ehrlich, 2016; Bocca, 2021). Essas mediações podem ser positivas, viabilizando o ser da pessoa, ou negativas, quando inviabilizam esse ser e são fonte de intenso sofrimento. As forças sociais existentes nos grupos familiares são, em grande parte, as principais forças mediadoras do *saber-de-ser*, positivas ou negativas. A impossibilidade de desamarrar-se dessa rede social permite que o sujeito se aproprie do que é vivido e vá construindo esse cogito através do tempo (Schneider, 2011).

Entretanto, a construção do cogito não se faz de maneira simples, mas através de experiências psicofísicas vividas de forma espontânea, em que a pessoa se experimenta de determinada maneira e sendo afetada por tal experiência. Enquanto criança, as possibilidades de escolha são limitadas, mas no desenvolvimento de uma personalidade e da sua autonomia, o sujeito vai se construindo, distanciando-se daqueles que até então faziam as escolhas por ele. Sartre (1987) aponta que, quando o sujeito se experimenta escolhendo a partir de pressões externas, para que assim evite a angústia da escolha, entramos em um processo de *má-fé*. Diferente do senso comum, em que a má-fé constitui em uma mentira deliberada, no existencialismo a *má-fé* é a tentativa de evitar a responsabilidade da escolha, adotando uma postura de aceitação do que é imposto por terceiros ou negando sua própria liberdade de escolha.

A capacidade de refletir criticamente acerca das escolhas feitas pelos responsáveis é o que fomenta o processo de subjetivação e separa o *dever-ser*: quando as escolhas são feitas por terceiros; do *poder-ser:* quando o sujeito é o responsável pelo seu eu e por todas as possibilidades de existência, dentro de um sistema de forças sociais e institucionais. Dessa maneira, as condições sociológicas e

antropológicas serão apresentadas para ambientar o contexto no qual a paciente se constituiu, e a partir dessas informações, refletir acerca das intervenções, manejo clínico e considerações que esse caso possibilitou (Schneider, 2011).

2 CONDIÇÕES SOCIOLÓGICAS E ANTROPOLÓGICAS DA PACIENTE

Mary chega ao serviço de clínica-escola da Universidade Federal de Santa Catarina, encaminhada pelo Hospital Universitário após uma crise nervosa, sintomas de ansiedade e o histórico de tentativa de suicídio. Casada, leva uma vida de nômade digital, morando em um veículo com o marido e vivendo entre diferentes lugares. Ambos trabalhavam como músicos, se apresentando em diversas cidades ao longo do litoral brasileiro, além de buscarem ser influenciadores desse modo de vida, com postagens em redes sociais.

É a filha mais nova de três irmãos, sendo os outros dois homens, de uma família tradicional mineira, que tem como crenças pessoais a religião evangélica e a criação pautada em valores cristãos de honrar os pais e o marido. Dentro dessas crenças, destaca-se a ideia de que questões psicológicas são vistas como "falta de Deus", como, por exemplo, o irmão do meio, diagnosticado com transtorno esquizoafetivo, também apresentava histórico de tentativa de suicídio, mas os pais não o encaminhavam para um tratamento científico, em função da visão religiosa. Quem o levou para um acolhimento psicológico foi Mary, após uma das crises, mesmo com muita resistência dos pais.

A mãe é apresentada como narcisista, quer tudo da forma como ela estabelece, não respeita as vontades dos filhos, e sempre usou da violência física como forma de educação e controle. O pai é descrito como muito amoroso, mas que é submisso à mãe e nunca defendeu os filhos da violência materna, o que faz com que Mary tenha muita mágoa dele. Até os 16 anos a relação era melhor, tendo piorado após o falecimento da avó, que era mediadora dos cuidados e frequentemente protegia os netos das agressões físicas e verbais vindas da mãe. A avó é a grande inspiração para Mary, que tem como memórias os ensinamentos na cozinha e as músicas que a avó cantava para ela, afirmando que hoje gosta de cozinhar e trabalha com música por causa da avó. Depois do falecimento da mesma, a mãe de Mary entrou, conforme a paciente, em um processo obsessivo de construção e reforma no terreno da família, almejando a liberdade financeira advinda do aluguel desses imóveis. Entretanto, os desejos da mãe de ampliação dos imóveis do terreno não iniciaram no falecimento da avó, mas Mary diz que conviver com materiais de construção é algo que remete a infância, inclusive sendo tema de algumas memórias da mesma, que serão aprofundadas no decorrer do texto.

Em relação à vida profissional, Mary conta que se formou em economia, mas não por seu desejo, mas por ceder à escolha imposta pela mãe, que tinha como sonho ser jornalista. É pós-graduada, mas por não ter se identificado com a formação, nunca chegou a trabalhar como economista. A primeira vez que morou longe dos pais foi aos 17 anos, durante a graduação. Apesar de ter morado muitas vezes

longe da família, a distância geográfica nunca fez com que ela tenha realmente se experimentado distanciada da família, afirmando que a mãe ligava todos os dias quando estava na faculdade, mas que devido às brigas, foi diminuindo ao longo do tempo.

Por viver de maneira nômade, um dos principais desafios da psicoterapia seria a possibilidade de atendimento on-line, demandando uma flexibilidade de ambos os lados - paciente e psicóloga - considerando diversas adversidades encontradas no processo. Como principais dificuldades podemos citar a qualidade de conexão, e questões relacionadas à privacidade, assim como a impossibilidade de definir uma rotina estável. Entretanto, considerando a situação atual de Mary, a terapia foi a rede de apoio fundamental para que ela pudesse elaborar melhor o que estava trazendo sofrimento naquele momento.

Ao iniciarmos o processo terapêutico, a paciente estava em uma cidade do interior do Rio Grande do Sul, aguardando a manutenção do veículo do casal, hospedados em uma pousada e buscando trabalho. O encaminhamento para a clínica-escola se deu a partir de uma crise, em que a paciente se mostrou muito resistente em aprofundar nessa primeira sessão, com o argumento de que precisaria explicar primeiro a história de vida dela. Os principais sintomas apresentados eram “apagões” de memória antes das crises, em que ela se sentia muito angustiada, triste, e foi encaminhada pelo Hospital Universitário com indicativo de crise de pânico, com sintomas que envolvem medo de morrer, intensificado pelos relacionamentos familiares.

Entrando na análise da situação concreta relacionada à internação, Mary relata que o marido desligou o celular antes da apresentação e, como de costume, esqueceu de ligar quando terminaram. Ao ligar o celular no outro dia, recebeu a notícia que um primo muito querido deles havia falecido. Isso coloca o marido em uma situação de intensa afetação emocional, levantando questões sobre a permanência deles no projeto, cogitando voltar de vez para Minas Gerais. Para Mary, o marido simboliza uma tábua de salvação, seu suporte, e quando ele não está bem, ela se experimenta desamparada e sozinha. A experimentação de estar sozinha e desamparada é algo que se repete em suas afetações, sugerindo um *saber-de-ser* pautado nessas características e orientando suas escolhas para a superação dessa condição.

Ao deparar-se com a possibilidade de encerrar a viagem, de voltar para a cidade natal, a proximidade com a mãe e a cultura conservadora, Mary entrou em profundo sofrimento. Intensificada pela falta de sono, instabilidade no projeto da viagem, a paciente percebe ali seu ser e seu projeto em ameaça e entra no que foi considerado uma crise de pânico. A identificação desse elemento foi crucial para o processo da psicoterapia, tendo em vista que identificar e esclarecer o *projeto-de-ser* também é papel do psicólogo existencialista, como explorado na introdução deste trabalho. A partir da análise da situação, o planejamento do manejo clínico foi construído em cima da relação mãe e filha, identificando que era ali que o sofrimento de Mary se originava.

Mas o que significa a escolha de Mary por esta vida nômade? Não estaria aqui uma fuga das exigências e instabilidades familiares e maternas e os desdobramentos que esta estrutura de escolha familiar impôs para a compreensão de si mesma? Buscava encontrar o mundo fugindo de si e das exigências dos outros, mas o que encontrou foi um vazio que produziu para si mesma. Podemos trazer aqui a reflexão de Sartre (1983) sobre Roquentin, no romance a Náusea, quando discute que o grande sentido da existência do personagem fora "viver aventuras". Ele atravessou mares, deixou cidades, subiu rios, adentrou em florestas, mas tudo isto o havia levado aonde? O que lhe acrescentaram essas aventuras? O tédio e a náusea o rondam. O sentimento de aventura, que guiou Roquentin até o momento presente do romance, definiu o sentido de sua vida, se esvaiu, "acabo de descobrir, sem razão aparente, que menti a mim mesmo durante dez anos. As aventuras estão nos livros" (Sartre, 1983. p. 63). Percebe que aconteceram histórias, fatos, incidentes, mas não aventuras, pois estas são simplesmente formas de contar o que lhe sucedeu, pois o que delineia o tom da aventura é a forma de narrá-la. O que vemos aparecer, portanto, e que nos ajuda a compreender as perturbações psicológicas vividas por Roquentin é que, na verdade, o que está em questão é seu projeto-de-ser. A náusea é só a expressão psicofísica desse questionamento crucial de seu ser: toda sua vida está em questão, olha para sua história e não se reconhece mais. O espontaneísmo que marcou sua história, tornou-o "prisioneiro da passagem", isto é, sem um lugar seu, fugindo de referências afetivas, sem se comprometer com um futuro. Roquentin olhava para o espelho e não se reconhecia. O que tinha feito de sua existência? Sentia-se vazio (Schneider, 2011). Estas reflexões sartrianas sobre Roquentin, podem nos ajudar na compreensão dos impasses de Mary, que de alguma maneira também se tornou uma prisioneira da passagem.

3 O NARCISISMO DA MÃE E OS IMPACTOS NA TRAJETÓRIA EXISTENCIAL DA FILHA

No ano de 2019, Mary e o marido moravam nos Estados Unidos e ela trabalhava em uma instituição financeira da área de educação. Uma das atribuições laborais de Mary era planejar e executar eventos de desenvolvimento pessoal e, muitas vezes, ela participava das dinâmicas propostas para os profissionais contratados. Uma dessas atividades iniciou com uma meditação de regressão, em que os participantes foram orientados a lembrar de suas experiências como crianças e a partir dessa memória, escrever uma carta para um dos pais, que seria queimada depois. No momento da meditação, Mary lembrou-se de uma passagem de sua infância na qual cortou a mão, que sangrou bastante, sendo que chorou muito, gritou pedindo ajuda, e ninguém veio ajudá-la, fazendo com que ela se experimentasse, pela primeira vez, sozinha e desamparada. Voltaram outras recordações de desamparo vividos por Mary, principalmente relacionadas à sua mãe. Essas memórias colocaram Mary em afetação psicofísica, com choro intenso, falta de ar, aperto no peito e tremores pelo corpo.

No local havia uma psicóloga brasileira que tentou acalmá-la, e pautada na narrativa de Mary sobre sua história de vida, a mesma sugeriu que o comportamento da mãe poderia ser explicado pelo narcisismo, e que os comportamentos narrados de extremo controle, violência, inflexibilidade condizem com as características de pessoas narcisistas. A partir de então, Mary começou a estudar sobre as condições de pessoas narcisistas, apropriando-se do *saber-de-ser* 'filha de uma mãe narcisista'. O que antes era um pensamento de que a mãe tinha algo errado, passou a ser interpretado através do olhar patológico, relacionado ao narcisismo. No decorrer de suas pesquisas informais, Mary encontra diversas informações sobre narcisismo, bem como uma comunidade significativa de pessoas que atribuíam sofrimentos semelhantes ao dela por relacionarem à convivência com pessoas narcisistas aumentando a sua certeza de ser 'filha de mãe narcisista' e suas consequências emocionais.

O narcisismo representa, culturalmente, o amor a si. Teóricos que estudam o narcisismo discutem que pessoas com estas características estão mais preocupadas com o modo como se apresentam frente aos outros e à sociedade do que com aquilo que sentem. Acabam por agir sem sentimentos, sem considerar os outros e suas necessidades, levando a uma falta de empatia, concentrando-se em seus próprios interesses, almejando obter o controle das situações e manter-se no poder do contexto onde se insere (Lowen, 2017). Estudo de revisão sobre o narcisismo materno discute sobre os efeitos do abuso psicológico narcisista que trazem várias consequências de sofrimento psicológico e físico de longo prazo para os filhos, podendo resultar em traumas emocionais tanto para a mãe quanto para o filho. Lança luz sobre a condição complexa do narcisismo materno, destacando aspectos individuais e socioculturais em sua constituição, bem como destacando que mudanças na sociedade, como as redes sociais, têm tido um papel crucial no aumento desta condição (Lima & Araújo, 2024). Mary buscou diversas fontes de informações para se aprofundar nos prejuízos de ser filha de mãe narcisista, e encontrou o livro intitulado "Prisioneiras do espelho" de Engelke (2016), com o qual estabeleceu uma identidade por apresentar muitos exemplos de situações em que Mary se reconheceu, como destacado a seguir: "Por ser dona da sua aparência, ela está sempre dando opinião a respeito de como você deve usar o seu cabelo, ou sobre o estilo de corte que fica melhor em você. Você é proibida de desenvolver um estilo próprio". (Engelke, 2016, p. 33)

Em sessão, Mary descreveu episódios vivenciados com sua mãe, como um em meados de seus 20 anos, quando já morava sozinha, trabalhava e era autônoma financeiramente, tendo cortado o cabelo de maneira assimétrica, que considerava moderna, sentindo-se muito bem com a nova estética. A mãe foi visitá-la e ao ver o cabelo da filha, disse que o cabelo era "ridículo e horroroso, coisa do demônio e que a filha dela não podia usar o cabelo daquele jeito". Pediu para que o irmão mais velho segurasse Mary e cortou o cabelo da filha. Mary ficou profundamente abalada com a violência perpetrada pela mãe e se experimentou novamente desamparada, pois reviveu várias outras experiências de violação moral que a mãe causava, chegando à conclusão que só poderia viver e ser ela mesma se fosse longe

da mãe. Esta apropriação reflexiva transforma-se em certeza de ser para Mary e esteve na base da sua escolha por uma vida nômade.

Outras características trazidas como sendo de pessoas narcisistas pelo livro são a falta de empatia, senso de direito, e acima de tudo a impossibilidade de errar, conforme Engelke (2016, p. 106) aponta que "você, filha de mãe narcisista, aprendeu a julgar a si mesma através do comportamento das palavras duras dela. A voz crítica narcisista se tornou sua e você internalizou a mensagem de que não é boa o suficiente. Por acreditar na sua 'incompetência' sente-se insegura e relutante em acreditar no seu próprio potencial. Mary identificava essas características em seu dia a dia, e reafirmava frequentemente em sessão que se experimentava questionando tudo o que faz, não sendo boa o suficiente. Ao trazer para o concreto, ela exemplificou com situações de manutenção da Kombi, que tinha opiniões diferentes do marido, mas não falava por não confiar que suas ideias poderiam ser boas e ajudar a melhorar a viagem do casal.

> Este desconforto tende a desaparecer, assim que você dá as costas a sua mãe narcisista. Longe dela você é quem deseja ser. Quando em conversas animadas com suas amigas e sim a presença ou interferência dela, você se torna a dona da sua própria história, descrevendo eventos da sua vida com autoridade e confiança. Seus relatos são baseados exclusivamente na sua percepção sem serem contestados ou retificados por ninguém. Por ser identificar com que comunica, você se conecta com o momento e com as outras pessoas de forma genuína (Engelke, 2016, p. 33).

Contrapondo o que o livro aponta, nem sempre é possível escolher seus caminhos só por estar longe da mãe, na medida em que situações atuais revivem experiências passadas, por estabelecerem correlações noemáticas, ou seja, objetos - concretos ou abstratos - recolocam o sujeito na mesma experimentação de ser emocionalmente forte já vivida (Schneider, 2011). O exemplo que Mary incute é de um dilema que estava passando no casamento, em que o marido constantemente pedia que ela colocasse suas opiniões em relação à viagem e ao veículo em que eles moravam, mas ela sentia um receio muito grande, experimentando-se julgada pela mãe, em uma relação em que nada que Mary manifestava era acolhido ou validado.

Ao comparar o conceito de transtorno de personalidade narcisista do Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtorno Mentais, é possível identificar os elementos em comum com os comportamentos trazidos no livro de Engelke (2016), como "um padrão difuso de grandiosidade, necessidade de admiração e falta de empatia" (American Psychiatric Association, 2014. p. 763). Entretanto, o papel da psicologia existencialista não é de fomentar uma postura patologizante, principalmente em terceiros, mas compreender dentro da história desses sujeitos condições de existência que o levaram a ser como é, e como isso afeta a constituição do sujeito em psicoterapia, assim como a relação com os outros e com o seu próprio sofrimento.

O narcisismo pode ser compreendido como o olhar do outro na constituição do sujeito, não de maneira patológica, mas como uma forma de manifestação das relações interpessoais. Como parte da constituição do sujeito, Sartre apresenta a dimensão do *ser-para-outro*, em que explora como a consciência de si é mediada pela percepção do outro. Por ter essa necessidade de admiração, as pessoas com traços narcisistas colocam no outro a responsabilidade pelo seu valor, se eximindo da responsabilidade de se auto valorizar (Sartre, 1987).

A luz dessas situações trazidas pela paciente, foram elaboradas em supervisão clínica diversas propostas de intervenção, identificando que o sofrimento provém de um esvaziamento de ser. Por perceber que suas escolhas são feitas a partir da figura materna, Mary não sabia mais o que era genuinamente dela, e o que ela escolhia de maneira alienada. Portanto, foram apresentadas o planejamento terapêutico com o objetivo de recuperar a autonomia de Mary através da apropriação de suas escolhas. Mas antes vamos discutir a compreensão existencialista sobre as relações familiares e maternas.

4 REFLEXÕES EXISTENCIALISTAS SOBRE RELAÇÕES FAMILIARES E MATERNAS

A família é bastante estudada por Sartre em sua teoria de grupos, por realizar o papel fundamental de mediação entre os indivíduos e a sociedade. Como se dá este processo mediador é fundamental, porque pode viabilizar o projeto de ser das pessoas ou ainda a depender das exigências e relações estabelecidas, se colocar como inviabilizador. Muitas vezes uma família pode ser corroída por uma serialidade interna, ou seja, seus membros não conseguem tecer seus projetos individuais em torno de um projeto coletivo, permanecendo uma pluralidade de solidões, forjando estruturas familiares serializadas. Portanto, boa parte das famílias acabam não conseguindo se constituir como grupos, mas como uma série (Schneider, 2011).

No livro “O Idiota da Família”, Sartre (1971) vai trabalhar a partir da biografia de Flaubert, utilizando do método progressivo-regressivo, para analisar a constituição do projeto de ser de Gustave. Em termos metodológicos Sartre inicia a análise progressiva, ao resgatar a sociogênese da história de vida de Gustave. Explicitar os fatores sócio-históricos que engendraram a constituição da célula Flaubert de forma integrada, na qual Gustave é o segundo filho do casal Archille-Cléophas e Caroline. O existencialista considera que para compreender a dinâmica do ser de Flaubert e seus sofrimentos psicológicos será preciso recolocar na objetividade histórica as estruturas da família Flaubert.

Descreve as condições socioantropológicas dos pais. O pai é filho de uma tradicional família rural, ligada ao Antigo Regime, imbuída dos valores feudais, inclusive mantenedora dos direitos de primogenitura. Mas ele encontra-se inserido no contexto do final do século XVIII, tendo ido estudar medicina em Paris, tornando-se grande médico e cirurgião, um homem liberal e contemporâneo, que se contrapões aos valores aristocráticos, sendo um típico representante da pequena burguesia francesa.

Por outro lado, a mãe de Gustave era herdeira de uma família aristocrática e trazia seus valores em seu modo de viver e em sua afetividade.

> A pequena família Flaubert será minada por essa contradição: instituíra em seu seio uma rigidez de costumes, típica da mentalidade aristocrática, estilo "pater familias", mas com uma exigência de adaptação aos valores modernos, burgueses. Todos, porém, deverão preservar a "honra Flaubert", o "orgulho" de pertencer a essa família. Essa célula terá uma estrutura muito consolidada, muito integrada, tendo como máxima a exigência de adaptação às normas instituídas, enquanto um absoluto inquestionável, não oferecendo espaço para as expressões individuais (Schneider, 2011, p. 261).

Sartre (1971) passa, então, a descrever a relação de Gustave com sua mãe, estabelecendo uma possibilidade de paralelo para as reflexões sobre a situação da paciente Mary. Os dados biográficos demonstram a fragilidade das relações familiares de Caroline, descrita como uma criança mal-amada, pois sua mãe morreu no parto e seu pai teve dificuldade de criá-la, sem ter se dedicado a cuidar da filha com carinho, tendo morrido quando a menina tinha dez anos. Criada dai em diante pelos tios, viveu sempre como uma pessoa solitária, trazendo uma amargura em seu modo de ser no mundo. Sonhava com a origem da sua família materna, que era da nobreza francesa, sendo que vivia de idílios passados e em contradição com valores trazidos pelo seu próprio marido. Por isso, em seu casamento, dedicou-se mais ao seu papel de mãe do que o de esposa. Seu primeiro filho, recebe a função oficial de sucessor do pai e futuro chefe da família, fazendo valer o direito de primogenitura, valor ainda de origem feudal. Depois acabou perdendo dois filhos homens, e passou a desejar uma filha mulher. Porém, nasce Gustave, em uma situação vivencial de medo da perda do filho e de não aceitação de não ter sido uma menina. Três anos mais tarde, nasce finalmente uma filha mulher, que também se chamará como a mãe, Caroline.

Esta é a atmosfera sociológica que gestou o nascimento existencial de Gustave em seus primeiros anos. Ele será criado pelas mãos da mãe, que lhe oferecia todo o cuidado necessário, com a alimentação, banhos, educação inicial, mas era uma pessoa fria, autocentrada e não conseguia ser afetiva em seu amor. O existencialista vai, detalhadamente, discutir como a história pessoal de Caroline atravessa as experiências de constituição de Gustave, construindo sua sensibilidade, pois "ao tratá-lo de forma pouco terna, fria, sem carinho, vai constituindo Gustave como agente passivo, fazendo-o intuir-se em uma 'incapacidade de viver'" (Schneider, 2011, p. 262), experiência muito semelhante à da paciente Mary aqui estudada. Sartre vai, contudo, aprofundar a discussão da mediação essencial dos cuidados maternos nos primeiros anos de vida de uma criança, considerando-os a base para a constituição da sensibilidade futura de uma pessoa:

> Quando uma mãe aleita ou cuida do recém-nascido, ela o faz com toda a inteireza do seu ser que, naturalmente, resume em sua pessoa toda a sua vida desde o nascimento. Ao mesmo tempo, ela realiza uma relação variável segundo as circunstâncias e os indivíduos – na qual ela é o sujeito – e que muitos chamam de 'amor maternal'. Eu

> afirmo, que esta é uma relação e não um sentimento. (...) Por este amor e através dele, pela pessoa mesma, habilidosa ou desajeitada, bruta ou delicada, tal enfim como sua história a fez, a criança é manifestada a ela mesma. Quer dizer, que ela se descobre não somente por sua exploração de si própria (...), mas que ela apreende sua carne pelas pressões, contatos, toques, maus-tratos, ou pelos carinhos. Ele passa a identificar seu corpo como violento, afável, contraído ou leve pela violência ou afabilidade das mãos que o revelaram. (...) Para começar, ele interioriza os ritmos e os trabalhos maternos como qualidades vividas em seu próprio corpo (Sartre, 1971: p. 435).

Refletir sobre a relação mãe/bebê serve de fundamento para a compreensão do desenvolvimento psicológico de uma criança, colocando-se na base para compreender a dinâmica de ser de Flaubert, indicando que a falta de amor de sua mãe o lançou na passividade de ser, gênese de futuros impasses psicológicos e base da futura neurose vivida pelo escritor. Esta criança torna-se insegura e fruto da tirania doméstica, debatendo-se em seu veredicto de ser "o idiota da família", por não corresponder às exigências e desejos maternos e paternos. Acaba por construir um ressentimento contra o pai, que lhe colocava na exigência de ser um verdadeiro Flaubert, sem que o desejasse e conseguisse. Acaba culpabilizando o pai de ser o responsável por sua infelicidade, assim como Mary o fez com sua mãe, como se pudessem fugir das suas responsabilidades de sua liberdade e escolha de ser (Sartre, 1971; Schneider, 2011).

Sartre (1971) passa, então, a realizar uma análise regressiva, descendo às experiências singulares, pois para além dos condicionamentos sociais de Gustave, que se concretizou como uma "espontaneidade alienada", é preciso verificar o que Flaubert fez do que fizeram dele. Sartre passa a discutir um segundo momento desta trama existencial, chegando ao processo que o existencialista de personalização, ao passar de sua proto-história e adentrar, definitivamente, em sua história. A estrutura de sua família foi interiorizada em atitudes e exteriorizada em práticas pelas quais a criança se fez ser aquilo que fizeram dele. A totalização constante, que implica aquilo que o sujeito deseja ser (vir-a-ser) surge como uma resposta à ameaça de destotalização, no sentido daquilo que os outros fizeram dele e que exige, assim, um movimento de retotalização, no sentido de fazer algo do que os outros fizeram de nós (Schneider, 2011). Mas, como chama atenção o existencialista, "sem dúvida, nenhuma determinação é impressa em um existente sem que ele a supere por sua maneira de viver" (Sartre, 1971, p. 653).

5 PROPOSTA DE INTERVENÇÃO PSICOTERAPÊUTICA

Dentre diversos métodos clínicos aplicados no existencialismo, destaca-se o método progressivo-regressivo, que Sartre (2002) discorre no livro "Questão de método", iniciando por uma reflexão sobre a lógica marxista, e uma crítica acerca da passividade do sujeito perante a sua história. Para o autor, o sujeito é produto e produtor da própria história, pois enquanto se constitui como ser, dentro de uma cultura pré existente, também modifica essa cultura, a partir de suas escolhas, constrói

uma imagem de si e do outro. E são esses outros - e esse sujeito - responsáveis pelo mundo em que vivem.

De acordo com Bocca (2021), pode-se destacar dois momentos do método progressivo-regressivo: o primeiro momento é o *analítico e regressivo*, e tem como objetivo conhecer um pouco a história desse sujeito, sua infância, condições antropológicas e sociológicas em que estava inserido. O segundo momento é o *sintético e progressivo*, e é nele que se faz um resgate do projeto-de-ser desse sujeito e a totalização em curso em que ele se encontra. Esses momentos ocorrem em um constante movimento, analisando o passado para então auxiliar na compreensão do que causa o sofrimento, pois é através do projeto que o ser humano se define, e na ameaça ou inviabilização do mesmo, que o mal estar pode ser observado.

Portanto, um dos principais objetivos do método psicoterapêutico existencialista é elucidar para o sujeito seu projeto e o impacto disso em suas escolhas, bem como as circunstâncias materiais que delimitam a liberdade do sujeito perante tais escolhas. Além disso, compreender a origem do sofrimento e a construção de condições de existência que viabilizem seu ser, colocando o sujeito como responsável pela construção e a implementação de seu projeto, abarcando as mudanças presentes no movimento do que é vivido. É a partir da ação que cada sujeito constrói a sua realidade, e apenas se apropriando das ideia do seu cogito e do seu projeto que essas ações tornam-se efetivas (Schneider, 2011).

Sendo assim, o manejo clínico inicial foi idealizado pautado nesse movimento de analisar situações do passado de Mary que a colocaram nesse saber e resgatar seu projeto, visando a apropriação de suas escolhas frente às necessidades que a vivência impele. Mas além das escolhas diárias e apropriação de seu ser, outra importante intervenção foi a de humanizar essa mãe, tirando ela de um papel abstrato narcisista, colocando-a em situação concreta, resgatando um pouco sua história e as condições sociais e culturais que a levaram a ser quem ela é. Nascida em um contexto patriarcal do interior de Minas Gerais, a mãe teve uma vida muito difícil e Mary pode observar como a mãe ser alguém “egoísta” e controladora pode ter sido uma saída inventada à situações de vulnerabilidade e sofridas de suas experiências de vida. A psicoterapia buscou, assim, construir inicialmente uma atitude de alteridade, para ela reconher sua mãe como um outro, com sua história singular, sua qualidades e defeitos, diferenciando-se dela própria, para em um segundo momento, construir uma reciprocidade, que é a capacidade de se colocar no lugar do outro e compreender o olhar do outro.

Assim como Roquentin (Sartre, 1983), Mary percebe seu esvaziamento de ser através das escolhas alienadas, que visavam fugir do seu contexto originário e limitavam a apropriação crítica de seu projeto de ser. A intervenção psicoterapêutica partiu dessa conclusão que a própria paciente alcançou para auxiliar na identificação e no desenvolvimento de práticas e saberes pautados naquilo que é dela. Compreender que sujeitos são feitos também da negação do que gera desconforto nem

sempre é o suficiente para que se entenda a necessidade de confrontar as contradições das escolhas de Mary. Diante disso, a intervenção clínica subsequente foi pautada no resgate dos elementos que, a princípio, foram escolhidos de maneira autêntica e que poderiam ser o ponto de partida para a elaboração de futuras potencialidades.

Dois elementos significativos surgiram em sua vida, como alternativa existencial: a música e a gastronomia, herança da avó materna, e que foi a referência de amor e afeto que ela recebeu durante a vida. Transformar esse elemento em atividade laboral virou uma possibilidade quando conheceu o marido, quatro anos antes de iniciar o processo terapêutico, por ele ser músico e trabalhar na área por muitos anos. Ela diz que quando está cantando esquece que é aquela menina abandonada e consegue se conectar com a música, sem pensar em mais nada naquele momento. Partindo dessa fala, incentivamos o desenvolvimento de mais atividades em que ela se experimente mergulhada em experiências viabilizadoras, visando um futuro com mais possibilidades de ser.

6 DISCUSSÃO

Durante o percurso do atendimento psicoterápico, diversos desafios foram surgindo, ora pela especificidade do caso, ora pela condição de nômade em que Mary se encontrava. A necessidade de atendimento on-line encontrou obstáculos como a qualidade de conexão da estrada e privacidade, por exemplo. Esses fatores foram superados por meio da compreensão tanto da paciente quanto da psicóloga, através do investimento no vínculo terapêutico, fundamental para que o processo psicoterápico obtivesse sucesso.

O papel da psicoterapia também é de questionar certezas e convicções trazidas pelos pacientes, pois conforme Sartre (1987) provoca, é necessário encontrar aquilo que o sujeito não suporta, mas considera inalterável. Ao considerar algo inalterável, o sujeito nega sua liberdade frente às situações, entrando em um processo de aceitação do sofrimento. Quando Mary chega no processo, afirmando que é “filha de uma mãe narcisista”, ela aos poucos vai compreendendo que esta definição é reducionista e que sua história de vida traz muito mais complexidade do que somente este perfil de filha.

O existencialismo rejeita qualquer determinismo, compreendendo que o sujeito é uma constante totalização em curso e nunca se encerra em uma tendência, patologia ou vocação *à priori*. É através da ação que cada pessoa se escolhe sendo, não existindo essa essência fixa e enraizada. Sendo assim, compreender que ela não está condenada a ser uma filha de mãe narcisista foi o primeiro passo para ampliar seu campo de possibilidades de ser e para a apropriação crítica de suas escolhas. Por trazer uma condição pautada no narcisismo, não havia uma validação de outras dimensões dinâmicas psíquicas dessa mãe, impedindo que houvesse a possibilidade de mudança na relação estabelecida com a mesma.

O objetivo de humanizar a mãe foi desconstruir o determinismo de seus comportamentos, como sendo seu único modo de existência. Esse movimento abriu a possibilidade para que a relação entre mãe e filha fosse reelaborada, mas sempre pontuando que esse movimento é dialético, ou seja, cada ação de Mary em relação a sua mãe é capaz de resultar em pequenas mudanças no comportamento da mãe também. Apesar dessa desconstrução, o intuito nunca foi de romantizar o relacionamento entre mãe e filha, reconsiderar esse rótulo do narcisismo não tinha como objetivo aceitar as violências e imposições perpetradas pela mãe, mas colocar a filha em um lugar de sujeito livre, que deveria escolher dentro da estrutura de escolha que esta relação materna lhe oportunizava ou limitava.

A literatura mostrou-se uma importante aliada para que Mary percebesse que não é a única a passar por isso, ajudou a trocar experiências com outras pessoas e, principalmente, motivou a buscar ajuda e se apropriar de suas possibilidades de escolha frente a essa relação. Entretanto, esse modelo de leitura limitou a capacidade de Mary de ver a si mesma e sua mãe como seres em constante processo de mudança, enquanto a psicoterapia existencialista, por outro lado, enfatizou a importância das escolhas diárias e a responsabilidade pessoal na construção do próprio ser e na dialetização das relações interpessoais.

No decorrer do processo terapêutico observou-se uma maior abertura à manutenção dessa relação com a mãe, para que fosse possível verificar as mudanças em situação. O primeiro contexto em que pode ser observado uma mudança positiva nesse sentido foi na receptividade de retorno à Minas Gerais, em que ela se veria novamente na presença da mãe e da família. O que foi o principal gatilho para a crise que a levou à psicoterapia, nesse momento transformou-se em possibilidade de colocar em prática o que foi elaborado no processo terapêutico e de reencontrar os entes queridos, ressignificando vivencias passadas e reconstruindo seus vínculos, principalmente com o irmão mais novo.

7 CONSIDERAÇÕES FINAIS

O caso Mary ilustra a complexidade das relações familiares e como a identificação com rótulos pode tanto ajudar quanto limitar o processo psicoterapêutico. A abordagem existencialista proporcionou um espaço que foi possível questionar essas identidades fixas e explorar novas possibilidades de ser, levando em conta suas escolhas e responsabilidades. Ao concluirmos o processo terapêutico, Mary se percebeu saindo desse papel de vítima, conseguiu ter conversas profundas com a mãe e se percebeu mais consciente em suas escolhas.

Popularizar temas acadêmicos por meio de diferentes mídias, tornando acessível para o público geral, pode ter um efeito benéfico de expansão de conhecimento. No entanto, se essa leitura não é feita de forma crítica, corre-se o risco de interpretações superficiais e incorretas de determinados temas, levando a práticas inadequadas e simplistas. Por entender a complexidade humana, a psicoterapia

existencialista contrapõe respostas prontas e soluções impessoais, investigando na construção de cada sujeito elementos que podem ser usados como ferramentas de apropriação de seu próprio ser, de maneira autêntica.

O movimento existencialista vem investindo na contribuição científica para a compreensão contextualizada de diferentes fenômenos, através de análises de caso e publicação de estudos pautados no método científico. Sartre (1987) enfatiza a importância de compreender o sujeito como uma totalização em curso, se constituindo através de suas escolhas e responsabilidades diárias. Para isso, estudos de caso são fundamentais para identificar, na prática clínica, conceitos teóricos aplicados na práxis e como a metodologia apresenta mudanças positivas no processo terapêutico de cada paciente.

No entanto, os entraves de um serviço de clínica-escola nem sempre permitem que seja possível aprofundar no processo terapêutico, tendo em vista a limitação de tempo e de recursos. Contudo, a psicoterapia existencialista trouxe mudanças significativas não só na relação que estabelecia com a mãe, mas principalmente com ela mesma, como ela se via no mundo e como ela se escolhia rumo ao seu projeto de ser. Um processo focado em questionar a visão determinista e se apropriar de suas responsabilidades, permitiu que Mary se afastasse do papel de vítima e entendesse quais as possibilidades dentro dessa relação.

A humanização da mãe, a valorização das atividades que trazem bem estar e a reflexão crítica sobre as literaturas consultadas foram elementos-chave no manejo clínico, proporcionando a Mary a possibilidade de se construir além dos rótulos e determinismos iniciais, e encontrar um caminho privado e libertador. O papel da psicoterapia não é de adaptação em meios arbitrários, mas sim de colocar nas mãos de Mary o poder de suas escolhas, e fazer com que ela se experimentasse cada vez mais de maneira engajada e autêntica.

Com isto, o modo de vida nômade deixa de ser vivido como uma fuga, ela reencontra os laços com suas raízes familiares, com o seu território existencial, ainda que viajar por diferentes paragens continue sendo um projeto para viver sua vida.

REFERÊNCIAS

Alvim, M., & Castro, F. G. (2015). Clínica de Situações Contemporâneas: Fenomenologia e Interdisciplinaridade. Juruá.

American Psychiatric Association. (2014). *DSM-5: Manual diagnóstico e estatístico de transtornos mentais*. Artmed Editora.

Bocca, M. C. (2021). *Psicanálise existencial e o método progressivo-regressivo: experiência psicopatológica em Jean-Paul Sartre*. Editora Appris.

Castro, F. G., & Ehrlich, I. F. (2016). *Introdução à Psicanálise Existencial: Existencialismo, Fenomenologia e Projeto de Ser.* Juruá Editora.

Engelke, M (2016). *Prisioneiras do Espelho*: Um guia de liberdade pessoal para filhas de mães narcisistas 181 p. [E-book]

Gil, A. C. (2008). *Como elaborar projetos de pesquisa.* 4. ed. São Paulo: Atlas.

Lima, B. I. M., & Araujo, M. R. (2024). Narcisismo materno e os impactos negativos para os filhos.

Revista Eletrônica Acervo Saúde, 24(2), e13448. https://doi.org/10.25248/reas.e13448.2024

Lowen, A. (2017). *Narcismo: a negação do verdadeiro self.* São Paulo: Summus.

Pretto, Z., Schneider, D. R., Strelow, M., & Grigolo, T. M. *Psicoterapia Existencialista: Princípios Metodológicos.* Juruá Editora.

Sartre, J. P. (1983). *A Náusea.* Nova Fronteira.

Sartre, J. P. (1987) *O Ser e o Nada*. Editora Vozes.

Sartre, J. P. (1988). O existencialismo é um humanismo". In: *Os Pensadores – Sartre*. São Paulo: Nova Cultural.

Sartre, J. P. (1971). L'Idiot de la Famille: Gustave Flaubert, de 1821 a 1857. Paris: Gallimard.

Sartre, J. P. (2002) *Crítica da Razão Dialética*. DP&A.

Schneider, D. R. (2011). *Sartre e a Psicologia Clínica*. Editora UFSC.

Schneider, D. R., Sousa, A. L., Thurow, C. F., & Strelow, M. (2022). Os Componentes Centrais da Psicoterapia Existencialista. In: Angerami, V. A. (org.). *A Psicoterapia sob Sartre.* Artesã.