A Grupanálise na era do capitalismo do século XXI

Francisco Salgado

Resumo

Neste artigo o autor começa por destacar três aspetos que podem ajudar a caracterizar a "compulsão" consumista do capitalismo nos tempos de hoje: a aceleração do tempo; a importância da sedução e o paradigma da felicidade, chamando a atenção para o impacto que estes aspetos podem ter em termos da saúde mental do ser humano.

Com base nesse cenário e tendo em linha de conta a multiplicidade de propostas terapêuticas que têm vindo a surgir, reflete-se sobre a pertinência e o lugar que a grupanálise ocupa como modelo de intervenção psicoterapêutico na atualidade.

Questionando se a Grupanálise, enquanto modelo de intervenção psicoterapêutico desenvolvido na segunda metade do século XX, dá resposta à dinâmica e necessidades que a sociedade coloca nos dias de hoje, o autor responde, argumentando que a sua pertinência e atualidade está na forma como se oferece enquanto contraponto a uma sociedade desumanizada e narcisada.

Palavras-chave: Capitalismo; Consumismo; Saúde Mental; Grupanálise

Abstract

In the beginning of this paper the author highlights three aspects which may help describe the consumerist "compulsion" of present-day capitalism: time running ever faster, the importance of seduction and the paradigm of happiness, focussing the reader's view upon the impact these aspects can have upon human mental health.

With this backdrop in mind and considering the multiplicity of recent therapeutic proposals, the author addresses both the relevance and the place of Group analysis as a model of modern psychotherapeutic intervention.

Questioning whether Groupanalysis, as a model of psychotherapeutic intervention developed during the second half of the twentieth century, provides an answer to the dynamics and needs of contemporary society, the author defends that Group analysis is both relevant and up to date, precisely because it provides a counterpoint to a society grown dehumanized and more and more narcissistic.

[1] Psicólogo, Grupanalista, Membro titular didacta da Sociedade Portuguesa de Grupanálise e de Psicoterapia Analítica de Grupo (SPGPAG). franciscosalgado@sapo.pt
Artigo adaptado a partir da sua comunicação oral apresentada no XXIII Congresso Nacional da Sociedade Portuguesa de Grupanálise e Psicoterapia Analítica de Grupo (SPGPAG), Lisboa 22-23 Outubro 2024.

Keywords: capitalism; consumerism; mental health; Groupanalysis

I – Nota Introdutória

O capitalismo nos tempos atuais tem vindo a ampliar exponencialmente a ideia obsessiva de produção e consumo de bens; as economias "saudáveis" estão sempre em crescimento criando, novas e constantes necessidades, introduzindo no ser humano uma ideia de incompletude, de permanente instabilidade e insatisfação, com consequências nefastas para a sua saúde mental.

Tendo por base este cenário, o autor inicia o seu artigo colocando a seguinte questão: será que a Grupanálise, enquanto modelo de intervenção psicoterapêutico desenvolvido na segunda metade do século XX, responde à dinâmica e necessidades que a sociedade coloca nos dias de hoje?

Como ponto de partida para esta reflexão caracteriza-se e problematiza-se a sociedade capitalista atual com base numa trilogia: a aceleração do tempo; a importância da sedução e o paradigma da felicidade.

Seguidamente reflete-se sobre o impacto desta realidade na dinâmica da Grupanálise, questionando por fim, o sentido, a pertinência e a importância desta prática clínica nos tempos atuais.

II – O Capitalismo do séc. XXI

Comecemos então pela aceleração do tempo.

Em junho/2018, a Philosophie Magazine com o título: "*À quelle vitesse voulons-nous vivre?"*, apresentava-nos a aceleração como um novo paradigma da sociedade atual, em que o ritmo de vida poderia ser uma escolha pessoal.

Mas será que hoje podemos escolher o nosso ritmo de vida sem que não nos sintamos excluídos deste novo paradigma?

Segundo o sociólogo Hartmut Rosa (2018), vivemos presentemente uma tripla aceleração: a aceleração da velocidade nos transportes e nas comunicações; a aceleração social através das mudanças de vida e a aceleração existencial no ritmo de vida.

À medida que fazemos as coisas mais rápidas, queremos sempre mais, numa perspetiva de um crescimento contínuo sem limites.

Vivemos subjugados ao paradigma do homem "intenso", que não se satisfaz com uma tarefa completa, um ato ou obra grandiosa à qual o seu nome fique ligado à eternidade. Como destaca o filósofo Tristan Garcia (2018): "*a sociedade moderna não promete aos indivíduos uma outra vida, a glória do além, mas somente o que somos já – mais e melhor".*

Mas a submissão a esta dupla exigência de intensidade e continuidade tem um risco bem conhecido: a ansiedade, a depressão ou o *burnout*, tão comum nos dias de hoje.

Torna-se assim necessário aprender a coabitar com esta realidade (intensidade/continuidade), procurando um ritmo no qual nos possamos instalar com serenidade. Mas será isso possível?

A este propósito, o filósofo Byung-Chul Han (2016) diz-nos que a crise temporal da sociedade contemporânea só poderá ser ultrapassada quando a *vida ativa* acolher de novo a *vida contemplativa.*[2]

No seu entender, a crise atual está ligada à absolutização da *vida ativa* em que "*A hipercinesia quotidiana despoja a vida humana de qualquer elemento contemplativo, de qualquer capacidade de demora*" (Byung-Chul Han, 2016, p.10).

Hoje em dia os acontecimentos tornam-se rapidamente em passado deixando de captar a nossa atenção. O presente reduz-se a picos de atualidade.

Para este autor, as práticas sociais como a promessa, a fidelidade ou o compromisso, são muito importantes. já que são práticas que criam um laço com o futuro e limitam um horizonte, criando assim uma duração. Hannah Arendt (in: Byung-Chul Han, 2016) acrescenta-lhe o perdão, que permite dar um novo começo ao tempo.

O tempo é assim composto por um encadeamento de acontecimentos singulares.

Por oposição, a aceleração tem uma meta, um objetivo, tendendo a fazer desaparecer o intervalo de tempo necessário à sua superação, desvitalizando assim o caminho.

Se o homem perde toda a capacidade contemplativa de que nos fala Byung-Chul Han (2016), a sua vida degrada-se e fica equiparada ao processo de trabalho das máquinas.

Na sociedade de consumo os bens não duram. O ciclo de aparecimento e desaparecimento das coisas é cada vez mais breve. O imperativo capitalista do crescimento implica que as coisas se produzam e se consumam num tempo cada vez menor.

É uma sociedade compulsiva que não confere ao trabalho liberdade. Nesse sentido, não está a inteligência artificial (IA) ao serviço sobretudo da *vida ativa*, distanciando cada vez mais o homem da *vida contemplativa*?

Como refere H. Arendt em A Condição Humana (1958), o tempo para se poder pensar foi sempre um privilégio reservado a poucos, privilégio que hoje é cada vez mais escasso e precioso.

Abordemos agora a importância da sedução.

A sedução está tradicionalmente associada ao campo amoroso sendo representada como um meio de manipulação do outro, um instrumento perigoso ao serviço do poder e da conquista. Freud entre 1895 e 1897,

[2] No seu livro "Vida Contemplativa: Elogio de la inactividad" (2023) Byung-Chul Han argumenta que a sociedade moderna perdeu a capacidade para a inatividade, encarando esta como uma habilidade valiosa e independente. Nesta sua perspetiva, enfatiza o potencial e a beleza da ociosidade, propondo um novo estilo de vida que valorize a contemplação e a paz interior.

chegou a elaborar uma teoria da sedução, que mais tarde abandonou e na qual atribuía à recordação de cenas reais de sedução, o papel determinante na etiologia das neuroses (Laplanche & Pontalis, 1976). Mas, antes de ser uma atividade produtora de falsidades, de artimanhas manipulativas e de suborno, a sedução é uma força motriz que está na origem do desejo, constituindo-se como fonte positiva de vida, necessária à vida psíquica.

No seu livro "Agradar e Tocar" – Ensaio sobre a sociedade da sedução (2019) Lipovetsky assegura-nos que com a hipermodernidade, a sedução ganhou uma dimensão que se estende muito além da visão tradicional das manobras amorosas.

Hoje, facilmente percebemos que, o nosso quotidiano está tomado por ofertas comerciais extremamente atrativas, anúncios tentadores, convites apelativos ao consumo, aos lazeres, às viagens, etc., o que faz do capitalismo consumista um capitalismo de sedução.

A sedução, assumiu-se assim como um princípio organizador do coletivo.

Estamos perante uma mudança de paradigma que, como nos destaca Lipovetsky (2019), apresenta a sedução, não apenas como uma técnica ao serviço do desejo, mas como um estado afetivo, estruturante e fundador do sujeito psíquico, produtor de desejos e fantasias, como antes foi referido.

A sedução neste seu novo modelo, é um processo em rutura com os modelos tradicionais. Assim, em oposição ao mundo disciplinado, cujo poder se afirmava através de regras austeras, de processos de punição e de vigilância, este novo modelo introduziu o mundo da sedução generalizada, dirigida aos desejos, às emoções, ao prazer. Propõe "*Mais a desejabilidade, do que a sanção, mais a atração do que a obrigação, mais a compreensão e a livre expressão, do que a coerção*". (Lipovetsky, 2019, p.227).

Segundo o mesmo autor, "*o capitalismo de sedução criou um novo mundo*", dando "*prioridade aos valores de felicidade e bem-estar privados*". (Lipovetsky, 2019 p.242).

A realização pessoal está assim acima dos interesses coletivos. As regras e valores sociais não desapareceram, mas a relação com estes alterou-se: assistimos à individualização ou à subjectivização da relação com o coletivo. "*Cada indivíduo afirma-se como o legislador da sua vida, que reporta apenas a si próprio*" (Lipovetsky, 2019 p.393).

Ao subestimar a influência dos enquadramentos coletivos e ao valorizar modos educativos permissivos, "*a sociedade de sedução enfraqueceu as defesas internas dos indivíduos e, assim, acentuou-lhes a insegurança psíquica, as crises subjetivas e interpessoais, as frustrações e os mal-estares existenciais*" (Lipovetsky, 2019 p.394). Privado do apoio fornecido pela integração e pela socialização "à antiga", o indivíduo está cada vez menos preparado para superar as frustrações inerentes à sua existência.

Alheio a este quadro, as ofertas atrativas não param de aumentar, as incitações à felicidade e os convites ao prazer propagam-se mas, paradoxalmente, o nosso quotidiano parece estar cada vez mais difícil de tolerar, mais hostil, menos acolhedor e cheio de grandes incertezas face ao futuro.

Finalmente temos o paradigma da felicidade.

Para Freud "*A felicidade é um problema de economia libidinal individual. Não há aqui conselho válido para todos, cada um tem de procurar por si próprio o modo como poderá vir a ser feliz*" (O Mal-Estar na Civilização, 1930).

Mas como é que cada um de nós procura a felicidade?

Hoje a felicidade é percecionada como uma forma de estar na vida que pode ser moldada pela força da vontade. Está associada, segundo especialistas em psicologia positiva (Cabanas, E.; Illouz, E. 2019), a um determinado tipo de pessoa: autónoma, com amor-próprio, autêntica, resiliente, motivada, otimista e com uma elevada inteligência emocional.

No capitalismo do século XXI, a felicidade tornou-se um bem transacionável, uma indústria global onde prolifera uma imensa literatura de autoajuda, serviços de *coaching,* aconselhamento profissional, dicas de auto aperfeiçoamento, nomeadamente nas aplicações para *smartphone*, etc.

Com o capitalismo do século XXI surge uma enorme e poderosa economia da felicidade. Esta economia da felicidade, tornou-se assim uma nova área de investigação académica, que tem por objetivo analisar o bem-estar subjetivo, comparando variáveis que fazem as pessoas sentirem-se mais ou menos felizes com a sua vida. Em sintonia com Gabriel Leite Mota, primeiro doutorado em Economia da Felicidade em Portugal e segundo dados colhidos por Clara Teixeira num artigo da Revista Visão de 11/07/24, as Nações Unidas publicam todos os anos um Relatório Mundial da Felicidade que permite elaborar um ranking dos países mais felizes do mundo. Esse ranking é liderado, sem surpresas, pelos países do norte da Europa (Finlândia, Dinamarca, Islândia e Suécia), surgindo Portugal classificado em 55º lugar.

O apuramento destes resultados é obtido através de variáveis objetivas e subjetivas como o PIB *per capita*, apoios sociais, esperança de vida saudável, liberdade e corrupção, entre outros.

Alguns países como Emirados Árabes Unidos, o Butão e Ilhas Maurício têm já um Ministério da Felicidade ou entidades governamentais com o objetivo de promover o bem-estar e a felicidade de seus cidadãos; outros como a Nova Zelândia, a Finlândia, a Escócia ou o Canadá, mesmo sem terem criado um Ministério da Felicidade, atuam diretamente no Ministério das Finanças, fazendo com que os orçamentos do Estado tenham em linha de conta os impactos no bem-estar subjetivo dos cidadãos.

Do ponto de vista do indivíduo, e segundo Cabanas, E.; Illouz, E. (2019) podemos dizer que a felicidade assenta numa dupla narrativa. Numa narrativa que procura a melhor versão de si mesmo e numa narrativa de incompletude, de constante insatisfação em que sente sempre a falta de alguma coisa (mais competências de autogestão, um conhecimento mais aprofundado de si mesmo, mais empenho, resiliência e atitudes positivas nas suas vidas).

Assim, a procura da felicidade, parece ter um efeito paradoxal: promove a felicidade e o autoaperfeiçoamento, mas desencadeia simultaneamente sofrimento e um sentimento de constante incompletude.

Esta procura incessante de avanço e aperfeiçoamento pessoal, parece estar em sintonia com o ideário capitalista de mais e melhor, empreendimento que facilmente se poderá converter num itinerário obsessivo, com consequências comprometedoras em termos de saúde mental.

Em síntese: através da apresentação desta trilogia do capitalismo do século XXI podemos resumidamente constatar que o imperativo capitalista impõe um crescimento económico contínuo, onde a aceleração do tempo, a sedução e a felicidade estão ao serviço exponencial do consumo e onde esta última, a felicidade, é assumida como um movimento narcísico de responsabilidade individual.

Para Lipovestsky, numa entrevista ao Expresso em 8/setembro de 2023, "*o narcisismo não para de se desenvolver. … as pessoas colocam-se num palco… digital como se fossem estrelas e falam e partilham o que fazem e o que acontece na vida delas de modo permanente … O interesse pelo bem-estar individual, a vida privada, sobrepõe-se à vida pública, social*".

III – A Grupanálise

Qual então o lugar da terapêutica grupanalítica numa sociedade como esta?

De facto, a terapêutica grupanalítica parece divergir em tudo desta sociedade dominada por um capitalismo consumista: aposta no tempo como espaço de reflexão, elaboração e reconstrução psíquica; a sedução é entendida sobretudo como uma manipulação e resistência ao processo terapêutico, não sendo por isso estimulada e a felicidade de cada um, está na maior consciência de si próprio e na sua capacidade de gestão emocional/afetiva.

Contrariamente à postura individualista da sociedade atual, o grupo é o seu *setting* de trabalho, e neste, valoriza o respeito pelo outro, promovendo a função empática, num exercício de identificação/individualização. Considera o outro como uma parte de si e como uma parte diferente de si. Nesse sentido, o outro é um recurso para um melhor conhecimento de si próprio. A terapêutica grupanalítica afirma-se como um exercício de relação democrática no respeito por regras e normas sociais, estabelecidas por uma cultura comum.

Longe vão de facto os tempos de uma cultura assente em causas sociais, ideológicas, com valores sólidos e menos preocupada com o consumo do tempo, cultura onde a grupanálise se expandiu e proliferou.

Saberes como os da filosofia, estão hoje secundarizados pelos da técnica. A função pensar, questionar, duvidar está a ser apropriada pela precisão das máquinas, pela IA que tudo resolve.

Nos dias de hoje, como já o dissemos, vivemos sobretudo no primado do narcisismo e com ele, na procura urgente de resultados terapêuticos imediatos. Não há lugar ao trabalho de luto, ao sofrimento psíquico próprio dos processos de mudança longos e estruturantes.

Nesse sentido, esta sociedade capitalista trouxe uma panóplia de terapêuticas psicológicas, um largo conjunto de técnicas e procedimentos de autoajuda, de inflacionamento do ego, numa concorrência sem precedentes e com

propostas mais de curto prazo, em sintonia com o ideário consumista, que de alguma forma tornaram a terapêutica grupanalítica menos apelativa.

O que é extraordinário é que numa sociedade cada vez mais produtiva e consumista, com processos de comunicação mais acessíveis e sofisticados, apresenta simultaneamente um sentimento de solidão, uma insatisfação permanente, traduzidos num aumento exponencial de patologia ansiogénica e depressiva.

A prática de comportamentos de ajuda face a outros dá-nos a felicidade e o bem-estar que o mercado e o consumo não nos podem dar. Da mesma forma que práticas sociais como a promessa, a fidelidade ou o compromisso, referidos por Byung-Chul Han (2016), o perdão destacado por Hannah Arendt ou ainda a gratidão, acrescentaríamos nós, criam laços com os outros, que estão para além de qualquer projeto narcísico.

Parece-nos então que a grupanálise, como terapêutica e simultaneamente prática social faz hoje ainda mais sentido, oferecendo-se como contraponto a uma sociedade desumanizada e narcisada, em que ouvir e ser ouvido parece ser um bem cada vez mais escasso e onde o tempo para se poder pensar com o outro, é um privilégio reservado a poucos.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Arendt H (1958). A Condição Humana. Relógio D´Água Editores, Lisboa.

Byung-Chul H (2016). O Aroma do Tempo – Um Ensaio Filosófico sobre a Arte da Demora. Relógio D´Água Editores, Lisboa.

Byung-Chul H (2023). Vida contemplativa. Elogio de la inactividad. Taurus Editores Madrid.

Cabanas E e Illouz E (2019). A Ditadura da Felicidade – Como a ciência da Felicidade controla as nossas vidas. Editora Temas e Debates- Círculo de Leitores, Lisboa.

Laplanche J e Pontalis JB (1976). Vocabulário da Psicanálise. Morais Editores, 3ª Edição, Lisboa Portugal.

Lipovetsky G (2019). Agradar e Tocar - Ensaio Sobre A Sociedade de Sedução. Edições 70 Lisboa, Portugal.

Lipovetsky G (2023) entrevista à Revista do Jornal Expresso edição (8 de setembro) nº 2654. pp. 41-44.

Teixeira C (2024). “Não é só o PIB que conta” Visão news magazine de 11 de julho 2024, nº 1636 pp. 64-65.

Tristan G (2018). Un nouvel Achille est né. *Philosophie magazine,* nº 120 pp.44-45.

Neves da Silva P (2012). Citações e pensamentos de Sigmund Freud. Editora Casa das Letras, Alfragide.

Rosa H (2018). Un nouvel Achille est né. *Philosophie magazine,* nº 120, pp.44-45.