

Análise virtual e o trauma compartilhado¹

Marina Kon Bilenky², São Paulo

O isolamento social imposto pela pandemia da Covid-19 provocou uma migração em massa dos atendimentos psicanalíticos para a modalidade virtual. Essa virada, que caracteriza uma oportunidade ímpar de pesquisa ampla sobre os alcances e limites deste formato, deve ser estudada com o cuidado de separar as consequências que são próprias ao atendimento remoto daquelas que são fruto da experiência de psicanalisar nesse momento em que vivemos, tanto analistas quanto analisandos, uma mudança brusca no modo de viver, uma experiência traumática compartilhada.

Palavras-chaves: Análise virtual; Trauma compartilhado; Pandemia

¹ Comentário ao artigo *Experiências de analistas didatas com o atendimento psicanalítico on-line em tempos de pandemia*, de Livia Fração Sanchez (2021).

² Psicanalista. Membro efetivo da Sociedade Brasileira de Psicanálise de São Paulo (SBPSP). Diretora do Departamento de Publicações e Divulgação da Federação Brasileira de Psicanálise (FEBRAPSI). Editora do jornal eletrônico *Internacional Psychoanalysis Today*.

Marina Kon Bilenky

O convite à escrita desse comentário e a leitura da pesquisa e do artigo de Livia Fração Sanchez conduziram-me a um processo de rememoração e também de elaboração parcial de vivências intensas do período que compreende quase um ano e meio de pandemia. Digo parcial porque ainda estamos na pandemia, vivendo seus efeitos, mas já temos uma experiência acumulada que permite fazer algumas considerações. Nesse breve escrito, pretendo levantar mais perguntas do que respostas, oferecendo reflexões para um desenvolvimento teórico posterior. Abordarei a questão dos atendimentos virtuais inserida dentro do contexto da crise sanitária, tendo como pano de fundo os desdobramentos a que fomos expostos e que se evidenciaram nos âmbitos político, social e econômico no Brasil, ainda que não trate diretamente de tais aspectos neste trabalho.³

Nesse sentido, minha primeira percepção é a questão de que a passagem da modalidade presencial para a remota foi um aspecto particular dentro da imensidão dos fenômenos com os quais tivemos que lidar a partir da ruptura que a pandemia e a necessidade de isolamento social representaram para o modo de vida, rotina, costumes e certezas que constituíam a vida pré-pandêmica. A ameaça do vírus e o profundo desconhecimento em relação ao contágio e possível cura, aliados à rapidez de sua disseminação, descortinaram a fragilidade de nosso conhecimento e a vulnerabilidade a qual estamos sempre expostos, ainda que procuremos dissimular ou negar sua existência. Ao rever a experiência com a clínica virtual nas condições descritas acima, percebo que a angústia e a alegria do primeiro atendimento *online* com uma criança, alguns momentos dramáticos vividos com determinados analisandos, lembranças fortes e dúvidas sobre a possibilidade da manutenção das análises em andamento, tudo adquiria a tonalidade da ameaça de ruptura que a pandemia representava em relação a todos os aspectos da vida. O esforço e a necessidade de adaptação respondiam não somente às questões da clínica remota em si, mas eram dirigidos à possibilidade de manter todos os vínculos, refazer a rotina, reaprender a viver diante das novas condições e, muito importante, dar continuidade ao exercício da atividade profissional, fundamental e significativa, em situação tão adversa e inusual.

Nós, humanos, somos dependentes uns dos outros em todos os sentidos, e fomos obrigados a ficar em isolamento. Nós, analistas, perdemos não somente a presença do corpo dos analisandos, mas também a dos amigos, dos familiares, dos transeuntes anônimos e de todos aqueles que sempre estiveram presentes ao nosso redor.

Fizemos parte do grupo privilegiado que pôde permanecer em quarentena

³ O assunto também abordado no artigo *O vírus e sua face bidimensional* (Bilenky, 2020).

e continuar a exercer a atividade profissional. Em última instância, a presença concreta do corpo não é fundamental para a manutenção das análises, como acontece de ser para outras atividades não essenciais e que precisaram ser bruscamente interrompidas.

Naqueles primeiros momentos, vivíamos uma situação de crise e muita angústia. Estávamos diante de uma realidade desconhecida, que nos obrigou a mudar radicalmente o modo de viver. Entre psicanalistas, muitos espaços de troca foram criados. Pude participar de alguns que fervilharam em virtude da ânsia de dar conta do que acontecia. O Observatório Psicanalítico da FEBRAPSI, do qual eu era uma das coordenadoras à época, explodia: textos e mais textos, trocas calorosas entre os psicanalistas brasileiros e uma necessidade pungente de conversar, entender e compartilhar tomava conta de todos, a tal ponto que o número de publicações e comentários praticamente triplicou. Na mesma época, a IPA organizou um grupo por e-mail, no qual analistas do mundo inteiro contavam suas experiências e trocavam impressões. Eu lia aqueles relatos com sofreguidão, tentando sorver qualquer informação nova que psicanalistas de outras latitudes, e que já estavam há mais tempo imersos nos efeitos da pandemia, pudessem trazer para iluminar um pouco a escuridão dos primeiros tempos. A necessidade de ler, encontrar sentido, pensar junto... o mundo virtual garantiu a expansão da comunicação e funcionou como veículo para a expressão da força imensa de conjunção, que surgiu por causa da necessidade de ligação e de troca de informação (e às vezes desinformação), no esforço de contenção do transbordamento traumático que a situação inusitada produzia em todos nós.

O cansaço

Foi tudo muito rápido. Em pouquíssimos dias estávamos, todos os que puderam, atendendo *on-line* em casa. A internet caía, ao passo que aconteciam interferências de todos os tipos, interrompendo a escuta do fluxo associativo durante as sessões. Angústia, frustração. Precisávamos aprender a lidar com a tecnologia, alguns com mais facilidade que outros. Analistas e analisandos procuravam a conexão possível. Havia uma grande dúvida em relação à possibilidade de manter as análises nessa modalidade. Grande esforço era dispendido para manter a atenção e o foco nos atendimentos enquanto o mundo poderia ruir à nossa volta.

Somado a isso, o dispêndio de energia para lidar com a mudança de *setting* e a perda de controle sobre o espaço analítico consumia os psicanalistas que lutavam para manter minimamente as condições necessárias para a condução das

Marina Kon Bilenky

análises. Passamos a depender mais dos analisandos, de seus esforços e desejo de análise, para então dar continuidade aos processos analíticos em curso diante dessa nova realidade.

Podemos dizer que o cansaço que tomou conta dos psicanalistas sobreveio do fato dos atendimentos serem virtuais? Atribuímos muito peso a isso. A mudança foi mais ampla. Para ficarmos aptos a atender exclusivamente nessa modalidade, foi preciso flexibilidade e disposição para adaptação. Porém, esse não foi o fator exclusivo que produziu tamanho dispêndio de energia. Entre a luta com a tecnologia, a adaptação ao novo modo de viver, o desejo de manter o vínculo com os analisandos, as incertezas em relação ao futuro e à sobrevivência, a privação representada pela quarentena e a insegurança sanitária e política a que nos vimos submetidos, navegávamos todos em mares revoltos dentro e fora dos novos consultórios virtuais, ao mesmo tempo em que precisávamos nos adaptar a uma vida em moldes até então impensáveis.

O *setting*

A mudança do *setting*, de modo geral, perturba o analista. Uma simples troca de consultório, com suas novas configurações, barulhos, mudança na circulação entre sala de espera e sala de análise exige uma adaptação e desacomoda. O analista precisa ter uma situação constante e conhecida para poder entregar-se à escuta analítica e ter tranquilidade para manter a atenção flutuante. Na migração para o atendimento *on-line*, surgiu uma série de novos elementos aos quais tivemos que nos adaptar. Muitos precisaram criar um espaço em casa, aprender a usar a tecnologia, escolher as plataformas mais eficientes, garantir um mínimo de estrutura para permitir o estabelecimento de uma boa conexão. Deixamos de ser os donos do espaço, responsáveis pela preservação do *setting* e pela privacidade da dupla. Passamos a depender mais da colaboração dos pacientes para garantir um espaço com condições mínimas necessárias para a análise transcorrer. Perdemos o controle de certas interferências e nos vimos colocados no centro da intimidade dos analisandos, em seus quartos, casas, trabalhos, dependentes deles para a construção de uma linha mais ou menos nítida entre público e privado, além de precisarmos lidar com o constrangimento que situações inusitadas provocavam em cada integrante do par.

Alguns dos aspectos mencionados são frutos da mudança brusca de *setting*, e podem ter diminuído a partir do momento em que aprendemos a navegar dentro dessas condições. Outros são próprios do atendimento à distância. No atendimento

presencial, a assimetria mostra-se evidente na manutenção do *setting* e no consequente controle da privacidade e das condições mínimas para a análise ocorrer. Nos atendimentos remotos, dependemos mais das condições criadas pelos nossos analisandos. Saímos de uma situação confortável (na medida do possível) para outra nova, ainda desconhecida de muitos e nunca antes praticada exclusivamente nessa modalidade. Além do *setting* propriamente dito, a assimetria também se mostrou ameaçada no sentido de que estávamos todos igualmente sujeitos à grave crise provocada pela pandemia, jogados dentro de uma realidade desconhecida e assustadora, cuja força produzia emoções que denunciavam a igualdade de condições em que nos encontrávamos.

Pensar nessa condição de um *setting* construído em conjunto e no qual perdemos o controle sobre aspectos essenciais, ou em uma situação na qual somos expostos a uma intimidade anteriormente inacessível, abre possibilidades de pesquisa e exploração dos efeitos que esses fatores imprimem ao desenvolvimento do processo analítico. Quais são os efeitos em termos de resultados analíticos e de trajetos possíveis dentro de cada processo? O que pode atuar como facilitação ou resistência ao desenvolvimento de uma análise? Ou o que essa configuração pode possibilitar e que não é acessível nos encontros presenciais?

A atenção

Logo no início da pandemia, o texto de Janine Puget, *Analista e paciente em mundos superpostos* (1982), foi colocado em circulação, e suas ideias deram um primeiro contorno às dificuldades que vivíamos durante a condução das análises. Neste artigo, a autora discorre sobre a dificuldade encontrada pelo analista para manter a atenção flutuante e a escuta psicanalítica quando a realidade vivida pelo paciente e veiculada em suas associações se justapõe às vivências próprias do analista. Em tais condições, a escuta fica facilmente contaminada pelas próprias associações do analista, que desvia a sua atenção do fluxo associativo do analisando. Esse fenômeno, que ficou evidente durante os atendimentos na pandemia, quando nos dispomos a prestar atenção e a perceber os seus efeitos, distrai e tira o foco do analista do aqui e agora da sessão, o que gera maior necessidade de esforço para a manutenção da postura de abstinência e de liberdade suficientes para garantir uma escuta que dê sustentação à situação analítica. Diante desses fatores, que considero essenciais, vejo a necessidade de discriminar o que é próprio do atendimento virtual e o que surge como efeito das condições de vida impostas pela situação pandêmica e pelo trauma compartilhado.

Marina Kon Bilenky

O luto

Enquadre

Para podermos teorizar a respeito dos alcances e limites da psicanálise realizada de modo remoto, precisamos, em primeiro lugar, fazer o luto pelas condições que perdemos de modo tão brusco: o divã, a presença física dos corpos, a poltrona do consultório, o ambiente tão intensamente habitado pelos afetos, histórias e objetos significativos. Estávamos habituados a compartilhar este espaço com os analisandos, que sempre foram recebidos e acolhidos com a hospitalidade própria a cada um de nós, dentro de nosso território.

Ao perder esse protagonismo, e diante dos desafios impostos pela análise à distância, fomos bastante exigidos no esforço para a manutenção e utilização de nosso *setting* interno, em uma situação na qual os psicanalistas de modo geral não estavam confortáveis na condução de suas próprias vidas. Foi preciso lançar mão de recursos de toda natureza e de experiências anteriores com atendimentos *on-line* e com a psicanálise realizada extramuros, além de situações que exigem flexibilidade e uso criativo do *setting* interno, para assim possibilitar o desenvolvimento do processo analítico. Neste sentido, analistas mais experientes e que também tenham tido experiências de rompimento de enquadre e de atendimentos em situações adversas podem ter se adaptado e superado os impasses iniciais com um pouco mais de facilidade.

Presença do corpo

Em relação à ausência física dos corpos, perdemos os sinais captados por nossos sentidos, quando podemos vivenciar e observar o outro sem intermediação. Estes indícios, percebidos quase automaticamente no momento em que adquirimos o treino e a experiência adequados, entram no campo de observação intuitiva sem muito esforço consciente, fazendo parte da experiência emocional sobre a qual construímos nossas hipóteses de trabalho. A perda repentina desse contato produz um vazio e estranhamento, que precisa ser elaborado para abrir a possibilidade de ampliação das capacidades perceptivas. Quando uma pessoa perde um sentido, como a visão, por exemplo, ela levará um tempo para desenvolver os outros sentidos capazes de orientá-la dentro do espaço. Nas sessões analíticas, com o passar do tempo, o que era vivido como mero ruído pôde ganhar novos sentidos. A postura dos analisandos nas sessões virtuais, seus esforços para manter ou não a privacidade, a maneira de se posicionar na tela, as reações às interrupções, às falhas de conexão e ao uso do novo *setting*, tudo é passível de ser explorado como material expressivo, como linguagem não verbal, que abre caminho para

acessar comunicações inconscientes. A atmosfera dos encontros vem carregada de conteúdos que são transmitidos na virtualidade, por meio de movimentos por vezes sutis e, em outras ocasiões, nem tanto, e que impactam tanto transferencial quanto contratransferencialmente. Para além da linguagem verbal, que não é afetada de modo significativo quando a análise remota é realizada em boas condições tecnológicas, colecionamos uma enorme quantidade de experiências que podem e devem ser exploradas, as quais vêm sendo objeto de estudo e de análise no mundo psicanalítico.

É evidente que um tipo de experiência não substitui o outro, assim como cada tipo produz efeitos particulares que deverão ser objeto de pesquisas rigorosas para a avaliação de sua eficácia no campo psicanalítico. Não podemos deixar de mencionar que a falta da presença do corpo traz maiores limitações principalmente para alguns tipos de análise, como o caso de crianças pequenas ou de determinados tipos de pacientes, o que demanda mais criatividade e desenvolvimento de recursos para garantir a expressão e a conexão dentro do par analítico, quando isso é possível.

Por outro lado, além da comodidade de não depender de deslocamentos, algo que ampliou a população que pudemos atingir, tivemos experiências analíticas muito ricas durante esse período. Vários processos seguiram intensos e alguns inclusive puderam se beneficiar das novas condições, como, por exemplo, aqueles em que há grande intensidade pulsional e riscos de transbordamento diante do corpo do analista. A distância pode aumentar a possibilidade de tradução das emoções em palavras e diminuir o constrangimento de abordar questões muito difíceis. Acompanho um grupo de pacientes politraumatizados, que surpreendentemente puderam trazer grande material traumático que nunca havia sido colocado em palavras durante as suas vidas.

Ao elaborar os lutos do período, e não ficar melancolicamente lamentando as perdas, torna-se possível aprender a olhar para outros estímulos, encontrando outras formas de expressão de mecanismos inconscientes e constitutivos dos analisandos. Esse é um campo fecundo a ser explorado e teorizado pela psicanálise. Na minha experiência, também notei que os analisandos podem ser muito criativos quando se trata de expressar o seu mundo interno e produzem cenas intensas, que veiculam moções e desejos inconscientes, utilizando os recursos disponíveis dentro do novo dispositivo analítico.

Agora que vivenciamos a falta da presença do corpo físico de modo tão sistemático, temos a possibilidade de ressignificar sua importância e efeitos na teoria e prática psicanalíticas. De modo geral, não consideramos o corpo em si como objeto de observação psicanalítico por excelência. Incentivamos os analisandos a se deitarem de costas no divã, enquanto permanecemos nós mesmos quase que

Marina Kon Bilenky

imobilizados em nossas poltronas, para dar condições à expressão de fantasias e permitir que a imaginação se solte. Captamos a presença do corpo nas passagens, entradas e saídas do consultório. Sentimos cheiros, ruídos, respiração. Usamos percepções físicas que nos informam sobre a vida subjetiva, afetos que circulam para além das palavras. Há uma forma efetiva de comunicação corporal. Com a volta gradual aos atendimentos presenciais, temos a oportunidade de fazer observações sob nova perspectiva, construir mais teorias, colher dados e ampliar a percepção a respeito da corporeidade, além de avaliar as diferenças entre as modalidades de atendimento.

Conclusão

De um momento para o outro, em um movimento de adesão global, a psicanálise passou a ser praticada quase exclusivamente na modalidade virtual. O desejo de dar continuidade às análises, da parte de analistas e de analisandos, obrigou todos a realizarem esforços no sentido de superar preconceitos e resistências, o que está se constituindo como a maior pesquisa já realizada em relação às vicissitudes da psicanálise remota, uma possibilidade ímpar de construir teorias e aprofundar conhecimentos.

O mundo muda, e novas condições de vida obrigam-nos a sair da zona de conforto para encontrar outras maneiras de exercer a nossa prática sem perder o rigor. Provamos que somos capazes de grande flexibilidade e adaptação quando mudanças se fazem necessárias. A tecnologia tem propiciado formas alternativas de relacionamento e de comunicação, e a humanidade constrói maneiras novas de transmitir suas emoções para além do tom de voz, gestos e olhares. O mundo digital tem ganhado espaço nas trocas entre sujeitos. O avanço das redes de comunicação digital e das tecnologias da informação funciona também como veículo de transformações profundas da dinâmica das relações humanas, com efeitos sobre a vida subjetiva e sobre a experiência corporal. Este é um vasto campo que começa a ser explorado no campo psicanalítico e que pode nos trazer maior compreensão a respeito do funcionamento intrapsíquico e das relações interpessoais (incluindo a relação analítica) e grupais, quando não somos limitados exclusivamente a relações e contatos com pessoas que convivem no mesmo ambiente físico ou quando forças inibidoras, como a vergonha, por exemplo, encontram-se atenuadas, para citar somente algumas possibilidades. Penso também nas crianças que escolhem modelos identificatórios nas plataformas virtuais, entre outros casos.

São novos tempos, e a psicanálise precisa se adaptar para garantir a

continuidade de sua presença no mundo contemporâneo, permitindo que uma população mais ampla possa ter acesso e se beneficiar de seu corpo de conhecimento e tratamento. Entre a transformação exigida pela situação excepcional causada pela pandemia e a mudança para a atividade remota, a psicanálise foi colocada em situação de desafio e necessitou sair do espaço confortável do *setting* clássico tradicional, mostrando a enorme potência do método proposto por Freud. A psicanálise só pode permanecer viva se for capaz de acompanhar os novos tempos e as mudanças deles decorrentes.

Vida longa à psicanálise! □

Abstract

Virtual analysis and the shared trauma

The social isolation imposed by the Covid-19 pandemic has led to a mass migration of psychoanalytical sessions into the virtual modality. Such upturn, which characterizes a singular opportunity of broad research on the reach and limits of such format, must be studied with care, so that we tell apart consequences that are inherent to remote treatment from those that stem from the experience of providing psychoanalytical care in this moment, when both analysts and analysands go through a sudden change in the way we all live, a shared traumatic experience

Keywords: Virtual analysis; Shared trauma; Pandemic

Resumen

Análisis virtual y trauma compartido

El aislamiento social impuesto por la pandemia Covid-19 provocó una migración masiva de la atención psicoanalítica a la modalidad virtual. Este giro, que caracteriza una oportunidad única para una investigación extensa sobre los alcances y límites de este formato, debe ser estudiado con cuidado para separar las consecuencias propias del cuidado remoto de las que son el resultado de la experiencia de psicoanalizar en este momento en que vivimos, tanto analistas cuanto analizandos, un cambio brusco en la forma de vivir, una experiencia traumática compartida.

Palabras clave: Análisis virtual; Trauma compartido; Pandemia

Marina Kon Bilenky

Referências

Bilenky, M.K. (2020). O vírus e sua face bidimensional. *Ide*, 42(69), 69-75.

Puget, J. & Wender, L. (1982). Analista y paciente en mundos superpuestos. *Psicoanálisis*, 4(3), 502-532.

Sanchez, L.F. (2021). Experiências de analistas didatas com o atendimento psicanalítico on-line em tempos de pandemia. *Revista de Psicanálise da SPPA*, 28(2).

Recebido em 02/09/2021

Aceito em 08/10/2021

Revisão gramatical de **Gustavo Czekster**

Revisão técnica de **Karem Cainelli**

Marina Kon Bilenky

Rua Capote Valente, 432/46

05409-001 – São Paulo, SP – Brasil

marinabilenky@gmail.com

© Revista de Psicanálise da SPPA