

O menino subnático: a (in)capacidade de estar só*

ELISA CARDOSO AZEVEDO**

RESUMO: O objetivo deste trabalho é apresentar o funcionamento psíquico de um paciente adolescente em psicoterapia através do jogo eletrônico chamado Subnática. Para a compreensão psicanalítica do caso foi utilizado como embasamento teórico os conceitos: capacidade de estar só de Winnicott e refúgios psíquicos de Steiner, além de algumas ideias contemporâneas sobre adicção.

PALAVRAS-CHAVE: Jogos eletrônicos. Adicção. Capacidade de estar só. Refúgios psíquicos.

The subnautical-boy: the (in) capacity to be alone

ABSTRACT: The aim of this paper is to present the psychic functioning of a teenage patient in psychotherapy through the electronic game called Subnática. For the psychoanalytic understanding of the case, Winnicott's concept, the capacity to be alone and Steiner's psychic refuges, as well as some contemporary ideas about addiction, were used as theoretical basis.

KEYWORDS: Electronic games. Addiction. Capacity to be alone. Psychic refuges.

Rafael é um menino de 13 anos dependente de jogos eletrônicos. Embora tenha a idade de um adolescente, tem um funcionamento psíquico regressivo e uma aparência física ainda infantil. Mais especificamente, se parece com um bebê: tem um aspecto roliço, bochechas redondas e excesso de peso, com destaque para uma saliente barriga. Embora more com os pais e uma irmã mais velha, ele passa bastante tempo sozinho. Quando não está na escola, pratica remo 5 vezes por semana. No restante do tempo fica em casa dormindo, comendo e jogando. Troca o dia pela noite, passa horas jogando vídeo game sozinho em seu quarto. Tem baixo rendimento escolar, reprovou, trocou de escola, fez dependência, reprovou de novo e provavelmente vai reprovar neste ano também. Na nova escola não se relaciona com quase ninguém, os poucos amigos que restam ficaram na primeira escola e raramente eles se reencontram para fazer alguns

* Trabalho de conclusão do terceiro ano do curso de Psicoterapia de Orientação Psicanalítica da Infância e Adolescência do CEAPIA.

** Psicóloga, Psicoterapeuta de Orientação Psicanalítica da Infância e Adolescência (CEAPIA), Doutoranda em Psicologia (UFRGS), Mestre em Psicologia (UFRGS), Especialista em Saúde da Criança (RIMS-HCPA), Especialista em Psicologia Hospitalar (HCPA), Graduada em Psicologia (PUCRS).

programas juntos. Essa é sua vida real. Já no mundo virtual, conhece pessoas de todo o mundo ao interagir com elas através dos jogos. Tem um diagnóstico de Transtorno de Déficit de Atenção e Hiperatividade desde os oito anos de idade, dado por um neurologista, e faz uso da medicação Ritalina. No entanto, não apresenta nem agitação, nem hiperatividade. Pelo contrário, ele mostra-se deprimido e com dificuldades para investir em suas atividades diárias. É apático e desvitalizado. A mãe o descreve como “alguém que não tem evolução na vida”.

Subnática: tentando sobreviver embaixo d’água

Inicialmente, as sessões com Rafael eram monótonas, vazias, preenchidas por silêncios. Eu sempre o encontrava dormindo na sala de espera e essa sonolência invadia a sessão. Em muitos momentos achei que nós dois íamos pegar no sono. Havia uma desconexão entre nós e nossa relação não evoluía. Eu me sentia só na presença do meu paciente e me questionava: como acessar esse menino? Até que um dia os jogos passaram a ser tema das sessões de terapia e eu passei a me interessar pelo o que ele jogava. Em especial, me chamou atenção um determinado jogo, conforme o relato dele a seguir.

“O jogo se chama Subnática. Um carinha tá numa nave que explode e ele cai num planeta só de água. Só tem água ao redor dele”, Rafael me explicou. No mar, pode contar apenas com alguns instrumentos estreitos e pequenos para se equilibrar e deve ter cuidado para não cair na água. A tarefa é buscar meios para escapar desse planeta de água com vida. Depois ele deve mergulhar e desbravar o mundo submarino. Só que ele não sabe nadar. Quanto mais fundo vai, maior é a pressão e mais ameaças encontra. A todo momento vão surgindo bichos e monstros. Em terra, deve ir em busca de alguns mantimentos para permanecer vivo. Trata-se, portanto, de um jogo de sobrevivência em que é preciso se defender constantemente. Sobre isso Rafael disse: “Agora eu já tô craque, de tanto eu treinei”.

Planeta terra X Planeta água

Assim, eu fui entendendo que Rafael vive em um mundo subnático. Eu não conseguia acessá-lo porque estávamos em territórios diferentes. Percebi que meu paciente vive em outro habitat, ele está submerso. Para compreendê-lo, eu deveria mergulhar no mesmo oceano que ele. E foi o que eu fiz. Rafael percebeu meu genuíno interesse e isso nos aproximou. Agora ambos estávamos conectados em seu universo subnático. “Espontaneamente puxou a sua cadeira e se sentou ao meu lado para me mostrar alguns vídeos em seu celular. Notei que ele estava mais à vontade com a minha presença. Eu também estava. O jogo Subnática é como eu imaginava, ele descreveu muito bem. Me chamou

atenção que não era possível ver o personagem do jogo, somente a perspectiva dele. Falei para Rafael sobre a invisibilidade do personagem e ele me disse que, de fato, são poucos os momentos em que dá pra vê-lo”. Esse trecho de uma sessão me fez lembrar as primeiras impressões que tive quando o conheci. Eu procurava por ele na sala de espera e ele sempre estava “escondido”, portanto invisível aos meus olhos. Isso evidencia o quanto estávamos em planetas diferentes inicialmente.

Comecei a observar uma atitude diferente em Rafael quando me falava sobre os jogos eletrônicos. Se antes se mostrava apático, entediado e sonolento, agora sua postura era outra: ficava agitado, frenético e compulsivo. Essa descrição poderia remeter ao diagnóstico dado pelo neurologista de TDAH. No entanto, tendo a pensar que esses sintomas falam mais dos efeitos de quem perdeu o fio da subjetividade e embrenhou-se no vazio e no desamparo (Gutfreind, 2014).

Mas voltando ao Subnática, Rafael está sempre submerso? Na verdade, não. Quando está na superfície ele pratica remo 5 vezes por semana. Um esporte escolhido e imposto pelos pais que não gera nenhum interesse ou gratificação no menino. Rema por horas a fio. Ele tem que fazer um grande esforço físico e psíquico para seguir remando. Mas não sustenta, não dá conta. Na superfície, quando não está remando, ele fica sozinho em casa. Fica à deriva. Então ocupa seu tempo jogando, comendo e dormindo. Está obeso e seu sono é descrito como profundo e pesado. Quando dorme, ele se desliga do mundo, se desconecta da realidade. Isso me remete aos bebês que dormem para se desligarem de um ambiente ameaçador, como barulhos intensos, por exemplo. Parece que quando não está submerso, Rafael encontrou um jeito próprio de se afastar do planeta terra.

O desamparo é tão grande que ele refugia-se do mundo real acessando o mundo virtual. Os jogos eletrônicos parecem cumprir a função de refúgio contra o mundo externo. Steiner (1993) descreveu o conceito de refúgios psíquicos, que são espaços ou modos de funcionamento mental idealizados onde a onipotência oferece uma ilusão de proteção e bem-estar. Na tentativa de proteger-se de ansiedades depressivas, paranóides ou confusionais, o paciente apresenta-se retraído, ausente e fora de contato. Afasta-se da realidade, ficando isolado, estagnado e aprisionado. Há um aprisionamento na medida em que para se proteger exige submissão e renúncia de importantes funções do ego. Trata-se de um poderoso sistema de defesa, que cumpre um aspecto “protetor” da organização patológica. O refúgio é sentido como um lugar idealizado e representado como ideal, apesar de também haver um clima de dor e sofrimento.

Pensando nas longas horas que Rafael passa em frente ao computador jogando, me parece que ele necessita refugiar-se e até fundir-se com a tela em busca da fusão inicial que não teve. Penso que ele almeja se conectar com aquilo que deveria ter tido no começo da vida, uma relação de dependência com um cuidador. Assim, os jogos eletrônicos projetados na tela do computador parecem ocupar uma função substituta de estar só na presença de alguém, cumprindo a falsa função de acompanhá-lo.

Winnicott (1958/1983) descreve que a capacidade de estar só se baseia na experiência de estar só na presença de alguém. Ele refere-se à experiência do bebê de estar só na presença da mãe. Trata-se, portanto, de um paradoxo. É a capacidade de estar só quando mais alguém está presente. É um fenômeno altamente sofisticado, um dos sinais mais importantes de amadurecimento do desenvolvimento emocional, sendo considerado quase um sinônimo de maturidade emocional. Sem a experiência precoce de estar só na presença de alguém, a capacidade de estar só não se desenvolve.

Sendo assim, a capacidade de estar só depende da existência de um objeto bom na realidade psíquica do indivíduo, num momento inicial do desenvolvimento quando a imaturidade do ego foi compensada pelo apoio do ego materno. É importante que haja alguém disponível, presente e não exigente para que a criança possa ter uma experiência sentida como real. Quando suficientemente estabelecida, o indivíduo pode sentir-se seguro e confiante quanto ao presente e ao futuro. É somente quando só (na presença de alguém) que a criança pode descobrir sua própria vida pessoal e que pode ter uma experiência sentida como real. No entanto, a forma patológica, seria uma criança que não usufruiu da experiência de estar só na presença de alguém, que se sentiu só por causa de um apoio de ego inconsistente. E isto, pode culminar em uma vida falsa fundamentada em reações à estímulos externos (Winnicott, 1958/1983).

Santi (2009) explica que no âmago das adicções estaria a incapacidade de estar só. Adicção pode ser compreendida como uma forma de buscar prazer em objetos externos pela impossibilidade de encontrá-lo internamente. No caso do meu paciente, trata-se da dependência tecnológica, atualmente também conhecida como dependência de internet, uma recente classificação diagnóstica (APA, 2013). Estes termos indicam a dificuldade em controlar o uso, que acarreta prejuízos funcionais e desconforto emocional (Abreu, Karam, Góes, & Spritzer, 2008; Spritzer & Picon, 2012). É caracterizada por ansiedade, "fissura", agitação psicomotora e um padrão constante e prolongado de horas conectado (Zhang, Amos, & McDowell, 2008), tal como aparece no meu paciente.

A dependência de um objeto aditivo seria uma procura desesperada por não depender mais do outro humano, cuja presença é insuportável. O que torna a estratégia adictiva paradoxal é que, na ânsia por não depender do outro, corre-se o risco de se passar a depender de forma primária de um objeto externo, no caso dos jogos eletrônicos. Esta dependência do objeto externo seria então uma resposta ou reação à primeira dependência. A busca é por uma dependência fusional primária (Santi, 2009).

Sendo assim, pode-se pensar que, no caso de Rafael, houve uma falha na capacidade de estar só. Quando ele deveria ter tido uma relação de dependência com um cuidador, isso não ocorreu. Agora o comportamento adictivo denuncia uma dependência de objeto. Ao trocar o dia pela noite e passar horas jogando, ele busca através, dos jogos eletrônicos, estar só na presença de alguém, na medida em que está conectado com as pessoas com quem joga. Mas na verdade,

ele está só, na presença de ninguém, tal como o personagem do jogo Subnática que cai sozinho num planeta de água, o que revela o desamparo vivenciado por Rafael.

A adicção nos jogos eletrônicos aponta para uma busca desesperada para preencher o vazio deixado pela ausência de uma figura primitiva, cuidadora e saudável. Seria uma forma de buscar aquela solidão serena, um resguardo com relação ao objeto, a construção de um espaço de proteção que não pode ser desfrutado. Há uma escassez de relações verdadeiras e um excesso de estímulos (Santi, 2009). Entendo que, se o espaço da ilusão não foi criado na relação mãe-bebê, então o indivíduo estará entregue ao desamparo do vazio ou do excesso de presença do outro.

Houve momentos em que os pais retiraram todos os eletrônicos de Rafael na tentativa de aplacar a dependência tecnológica do filho. Mas nos deparamos com uma situação de conflito: se estamos compreendendo a busca e imersão no mundo virtual como um refúgio, um espaço usado para se defender e se proteger, pode-se pensar que quando Rafael fica sem os aparelhos eletrônicos, então não sobra nada, literalmente nada, pois ele ainda não tem uma capacidade de estar só consolidada internamente. Na ocasião, Rafael me descreveu: “Eu fico sem nada, absolutamente nada. Fico sozinho em casa e não tem nada para eu fazer”. Assim, quando fica sem o seu refúgio “protetor” ele fica só, desamparado e a sensação é de morte psíquica (Steiner, 1993).

As organizações patológicas narcisistas são caracterizadas por refúgios psicóticos. Surgem na adolescência, pois este é um momento crucial do desenvolvimento onde se criam as modalidades defensivas básicas que moldarão o caráter do indivíduo. Um sujeito dentro da normalidade pode circular de forma flexível, entrando e saindo desses refúgios quando houver necessidade. Mas quando o sujeito fixa-se em um modo predominante de funcionamento isso indica uma psicopatologia (Meltzer, 1978), como no caso deste paciente, que fica aprisionado no mundo virtual.

Rafael busca no mundo virtual um alívio para suas angústias e encontra nos jogos um objeto que quase nunca falha. Tornou-se um assíduo, competente e competitivo jogador. Está acostumado a sempre ganhar. Dessa forma, ele vive numa bolha subnática de princípio do prazer, obtendo gratificação nos jogos que tendem a reforçar uma ilusão de onipotência. “Eu sou Deus, eu sou o melhor”, estas são frases ditas por Rafael ao me contar sobre suas conquistas nos jogos. No entanto, quando ele é obrigado a sair desse refúgio narcísico de prazer, que para ele é o mundo virtual, ele acaba se frustrando. Na escola ele não encontra prazer nas atividades, pois elas não o gratificam instantaneamente, tal como os jogos. Então, como ele tem um mal desempenho escolar, ele se frustra, perde o interesse e desinveste da escola. Seguindo a analogia, podemos pensar que quando ele está na superfície, fora da bolha subnática, ele sente-se remando contra a maré.

Mas de onde vem tamanho desinvestimento? A resposta remonta ao começo de tudo, no começo da vida. Sobre o seu nascimento, a mãe de Rafael me

contou a seguinte história: “A irmã dele nasceu com apgar 9 e evoluiu para 10. Já o Rafael nasceu com apgar 9 e manteve 9. Acredito que diz muito de como ele é na vida: alguém que até hoje não teve evolução”. Intenso, não? Entendo que este exemplo deixou uma marca na vida dele. Rafael está fadado ao fracasso desde que nasceu, pois não atingiu a exigência de tirar a nota dez. Ele não foi valorizado com a boa nota que inicialmente tirou ao nascer. A expectativa foi alta e ele não deu conta. Nasceu, frustrou e assim segue acontecendo. Rema, rema, rema, mas nunca o suficiente. Fica como um naufrago à deriva. Até hoje ele não atinge as expectativas dos pais quando eles dizem: “O Rafael não tem jeito. Não tem o que fazer com ele”. São pais que investem externamente, disponibilizando financeiramente tudo o que alguém pode querer, mas não investem psicologicamente. Fica um empobrecimento psíquico. Na escola, Rafael desiste antes mesmo de tentar, pois tem na sua história a marca do fracasso.

Espero que não seja tarde para mencionar que a família tem um aquário marinho em casa. Só que neste aquário não tem peixes. Tem bichos das mais variadas espécies marinhas, como cobras, moreias e caranguejos. Em especial, me lembrei que o caranguejo é um bicho que só anda para o lado e para trás. Tal como a descrição da mãe sobre Rafael: ele não anda pra frente.

Mundo atual: fazendo a transição entre o planeta subnático e o planeta terra

Atualmente, o tratamento psicoterápico de Rafael tem funcionado como um objeto transicional, onde vamos construindo juntos uma ponte entre a vida virtual e a vida real, ou seja, a vida de dentro e a vida de fora. Foi necessário ter acesso ao rico mundo virtual dele para acessar seu mundo real que está empobrecido. Então, tenho acompanhando Rafael numa transição rumo ao seu desenvolvimento psíquico. Os relatos sobre os jogos eletrônicos agora são secundários nas nossas sessões, pois começamos a brincar juntos com jogos de tabuleiro. Aquele menino que era só princípio de prazer e que só queria e sabia ganhar, agora pode experimentar junto comigo, em um ambiente continente e seguro, que é possível perder e se frustrar, sem sentir-se tão ameaçado. Ao compartilharmos juntos um brincar, Rafael pode experimentar a sensação de estar só na presença de sua terapeuta.

Chegamos agora aos nove meses de tratamento e começo a vislumbrar o nascimento psicológico de Rafael. O *setting* terapêutico configurou-se como um espaço para que a constituição psíquica dele pudesse emergir e neste contexto sinto como se estivesse gestando a vida psíquica do meu paciente. Vou lhe ajudando a desbravar o mar, que é tão cheio de ameaças e perigos, a mergulhar no mundo subnático, mas também a se manter na superfície. Agora ele não precisa ficar sozinho à deriva, pois estou à espera dele como um porto seguro. Para finalizar, cito aqui um trecho de um poema que diz o seguinte:

“Olha, eu sei que o barco tá furado e sei que você também sabe, mas queria te dizer pra não parar de remar, porque te ver remando me dá vontade de não querer parar também... Eu entro nesse barco, é só me pedir. Faz tempo que quero ingressar nessa viagem, mas pra isso preciso saber se você vai também. Porque sozinho, não vou. Não tem como remar sozinho, eu ficaria girando em torno de mim mesmo. Mas olha, eu só entro nesse barco se você prometer remar também... Eu desisto fácil, você sabe... Mesmo se esse barco estiver furado eu vou, basta me pedir. Mas a gente tem que afundar junto e descobrir que é possível nadar junto. Eu te ensino a nadar, juro! Mas você tem que me prometer que vai tentar, que vai se esforçar, que vai remar enquanto for preciso, enquanto tiver forças! Você tem que me prometer que essa viagem não vai ser a toa... Que por nós vale a pena. Remar. Re-amar. Amar” (Abreu, 2002).

E assim, essa terapeuta segue ingressando na viagem do seu paciente, aprendendo a remar e a nadar com ele, por vezes afundando junto, mas amando a travessia.

Referências

- Abreu, C.F. (2002). Remar. Re-amar. Amar. In *Cartas*. Rio de Janeiro: Aeroplano.
- Abreu, C. N., Karam, R. G., Góes, D. S., & Spritzer, D. T. (2008). Dependência de Internet e de jogos eletrônicos: uma revisão. *Revista Brasileira de Psiquiatria*, 30, 156-167. doi: 10.1590/S1516-44462008000200014
- APA. (2013). *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders – DSM 5*. American Psychiatric Publishing.
- Gutfreind, C. (2018). Nhaque, games e cu-de-galinha. *Publicação Ceapia Revista de Psicoterapia da Infância e da Adolescência*, 27(27), 61-67.
- Meltzer, D. (1978). Seminários de Novara. *Quaderni di Psicoterapia Infantile*. Roma: Bokla.
- Santi, P.L.R (2009). Sobre as adicções: a incapacidade de estar só. *Ide*, 32(48), 215-219.
- Spritzer, D. T. & Picon, F.A. (2012). *Dependência de jogos eletrônicos*. Porto Alegre: Artmed.
- Steiner, R. (1993). *PsychicRetreats: Psychological organizations in psychotic, neurotic and borderline patients*. London: Routledge.
- Zhang, L., Amos, C. & McDowell, W. C. (2008). A comparative study of internet addiction between the United States and China. *Cyber Psychology & Behavior*, 11, 727-729. doi: 10.1089/cpb.2008.0026
- Winnicott, D. W. (1983). A capacidade de estar só. In *O ambiente e os processos de maturação* (p.31-37). Porto Alegre: Artmed. (Obra original publicada em 1958).