



Centro Universitário Octávio Bastos

Graduação em Psicologia – Projeto Integrado I

Eric Alves Neubauer

Gabriel Pimentel Vigo

Gustavo Barbosa de Abreu Viana

Isabella Venceslau Barbosa

João Ricardo M. De Almeida

Julia de Costa Fradique

Renan Nicolini Sachetto

PROJETO INTEGRADO MÓDULO I – ESTUDO DE CASO

Trabalho apresentado integrando todas as unidades de estudo do módulo 1 do Curso de Graduação em Psicologia, do Centro Universitário da Fundação de Ensino Octávio Bastos.

São João da Boa Vista

Junho/2020

Ficha Anamnese Psicológica

Identificação do Paciente.

Nome: Pedro

Idade: 28 anos.

Estatura: 1,67 m

Peso: 87 kg

Estado Civil: Solteiro

Profissão: Gerente de uma Instituição Financeira

Fumante: Sim.

Uso de drogas/Álcool: Consumo de álcool

Quanto tempo? Consome há 12 anos.

Histórico de Saúde.

Consumo de bebida alcoólica por 12 anos;

Fumante (1,5 maço por dia);

Trabalha de 10 a 12 horas por dia;

Má alimentação e qualidade de sono;

Indisposição;

Ataques de tosse com escarro hialino e dispneia;

Episódios de taquicardia;

Dores na nuca;

Sangramento nasal;

Tonturas;

Turvação visual;

Sudorese;

Fadiga Excessiva;

Aumento de peso;

Episódio de desmaio.

Descrição da Queixa.

Após episódios de choro e medo da morte constantes, Pedro procurou ajuda psicológica.

Dados Relevantes da História de Vida.

Jornada de trabalho é de 10 a 12 horas diárias devido ao seu perfil perfeccionista e de auto cobrança excessiva, não obedece aos intervalos de descanso e alimentação devido a carga de trabalho. Usa o tempo livre de lazer para acessar redes sociais e jogos virtuais, e consome fast food e latinhas de cerveja.

Na infância praticava futebol e andava de bicicleta, entretanto atualmente não tem disposição para nenhuma atividade física. Nos últimos cinco anos ganhou peso e realizou algumas dietas da moda, tentou parar de fumar e beber, porém sem sucesso. Mantém um relacionamento, há dois anos, que nos últimos meses vem se desgastando devido às queixas frequentes da namorada sobre a falta de tempo e de interesse em estar com ela.

Compreensão do caso:

Antropologicamente, somos influenciados culturalmente por coisas vindas de valores aprendidos em casa, escolas ou coisas ligadas a uma cultura de um país inteiro (cultura popular), assim como pelas indústrias e mídias que criam produtos que diversas pessoas consomem diariamente (cultura de massas).

O indivíduo em nosso tempo está preso a condutas sociais e se vê cativo a situações que se tornam um ciclo durante a vida. Porém, certos comportamentos conforme os anos vão passando podem acabar afetando o indivíduo de forma negativa ao ponto de aparecer diversos problemas, inclusive de saúde em geral.

No tempo linear, Pedro coloca uma grande expectativa no seu trabalho, em sua busca de fazer tudo o mais perfeito possível. Já no tempo cíclico, sempre repete a mesma situação dia após dia, começando com o trabalho e seu perfeccionismo e terminando com suas noites em claro nas redes sociais e jogos, agindo de forma individualista, e afetando também suas metas durante o trabalho.

Pedro, possivelmente está dentro da síndrome de FOMO (*Fear Of Missing Out*), já que durante essas noites em que ele passa conectado, em conjunto com a FOBO (*Fear of Better Option*). Pedro acaba sendo influenciado de acordo com o que visualiza na internet fazendo com que utilize de algumas práticas como “dietas da moda” para tentar se sentir mais aceito em seu meio. Essas práticas se estendem para seu trabalho, atingindo suas metas extremamente altas, o que ocasiona uma frustração consigo mesmo. A falta de tempo juntamente com a necessidade de sempre estar conectado online, temos esse exemplo quando Pedro ficou sem acesso a internet e se esqueceu de pagar contas e todo esse episódio acarretou em um nível de estresse muito alto.

Existem diversas maneiras de se buscar a felicidade, e na maioria das vezes se acredita encontra-la em coisas supérfluas que levam a uma busca incessantemente. Para o Pedro não é diferente, visto que sua busca se baseia simplesmente na motivação extrínseca, já que busca sua felicidade no trabalho, no consumo de produtos industriais e conexão com a internet.

Podemos observar o Pedro a partir da ótica de um tema muito recorrente nos campos de estudo da filosofia, sociologia e antropologia: o construto da sociedade atual. O paciente, obviamente, encontra-se sem supra sentido de vida, tendendo fortemente às suas - supracitadas - atitudes exageradas, tudo isso influenciado por um trabalho alienado - Pedro sabe que trabalha, mas não se questiona para que ou para quem. Logo, encontra-se com a mentalidade ideal para a plantação da ideia do consumo; uma vez que não encontra satisfação em seus objetivos de vida, procura supri-la com outros meio mais fáceis, todos previstos pela ideia de uma sociedade capitalista: o

consumismo, a alimentação baseada em fast food e outros meios satisfação ou outra palavra melhor e temporânea, que obviamente tende a criar certo grau de dependência, pois continua super estimulando o indivíduo a realizar novamente o consumo, vez após vez, uma indução ao consumo. Pedro, como muitos dos cidadãos da sociedade que vive, num ciclo vicioso onde vive para trabalhar e trabalha para sobreviver, tal postura certamente carrega diversos riscos à saúde e mentalidade de outros indivíduos à longo prazo, gerando diversos sintomas psicossomáticos.

Para Sócrates e Platão a felicidade estava ligada ao conceito de *Eudemonia*, uma felicidade estável ligada ao desapego do mundo material. Diziam que se deveria alcançar o mundo das ideias, a perfeição, através do conhecimento mais pleno, o bem. Vê-se que está distante da vida levada por Pedro, que passa sua vida consumindo e correndo atrás de produtos da vida material, se devotando pouco a buscar uma felicidade verdadeira. Está preso em uma caverna de uma rotina que já não o satisfaz.

Para Aristóteles, a felicidade não poderia ser alcançada por bens materiais, mas sim por meio da Virtude, e a aplicação da mesma ser sua forma de atingir o prazer. Através da Virtude, o homem é capaz de ouvir a Razão e trilhar o caminho para a verdadeira felicidade, que consiste em aplicar essa razão em prática. Pedro não exerce essas virtudes (dedicação ao trabalho, noção de responsabilidade) que adquiriu, vivendo uma vida estagnada, centrada apenas em seus bens materiais.

Em uma visão Epicurista, a felicidade seria atingida pela obtenção de prazer. A matéria e a sensação trariam a felicidade para o ser humano. Vai mais a fundo, entretanto, e propõe estados de Apatia, onde as paixões são eliminadas para evitar sofrimento, e Ataraxia, onde as influências externas não mais abalam o indivíduo, minimizando a necessidade de prazer. Embora em seu tempo livre Pedro se dedique a um prazer, não é algo marcante em seu ser, e ainda precisa enfrentar horas desgastantes no trabalho.

Para o Estoicismo, a Felicidade vem da aceitação do destino e viver de acordo com a Ordem cósmica, acreditando na providência de um Deus. Nela, o dever substitui o prazer. Novamente não é o caso de Pedro, apesar das várias horas seguindo um suposto dever, Pedro se entrega ao prazer. Este tal dever, o trabalho, também parece

não o satisfazer, o que leva a crer que só o faz para perseguir mais prazer. Está fora do caminho da felicidade Estoica.

Para o Pirronismo, a felicidade é o isolamento em si mesmo e a suspensão do juízo. Embora próximo do comportamento de Pedro, este ainda não consegue se entregar para uma vida sem opiniões, por seu forte espírito determinado.

Pensando em uma vertente mais da personalidade, pode-se recorrer à psicanálise, que, partindo de uma visão compreensiva dos fenômenos psíquicos, buscava uma forma de tratamento para a histeria que incomodava as sociedades civilizadas e industriais do século XIX e XX.

A formação médica a que Freud foi submetido, reforçou sua visão inicial de que a única maneira de se fazer ciência era por meio da metodologia das ciências da natureza, sendo que o primeiro elemento a ser considerado no desenvolvimento das ideias da Psicanálise Freudiana, foi o contato que teve com o caso “Anna O”.

Para Freud, a psicanálise é ciência da natureza e seu objetivo é explicar os fatos psíquicos; seu modelo de conhecimento científico é a anatomia e a fisiologia apoiadas no método físico-químico e, assim sendo, sua concepção do estatuto epistemológico da ciência do psiquismo pode ser considerada reducionista. Entretanto, há nesse argumento uma contradição de viés epistemológico, pois o objeto da psicanálise - o inconsciente - pode ser assimilado ao conceito da “coisa em si” (noumenon) da filosofia de Kant, aquilo que não pode ser qualificável. Isso gera o paradoxo da epistemologia freudiana: a psicanálise é ciência da natureza e tem por objeto o inconsciente; discorrer sobre o inconsciente é discorrer sobre a coisa-em-si, isto é, sobre o incognoscível. Portanto, a psicanálise seria a ciência do incognoscível, daquilo que, como nota Freud em O Inconsciente (Das Unbewusste), excede os limites da percepção (interna) da consciência sobre a realidade psíquica. (Freud, 1915/1987, p.197).

Desse modo, a psicanálise contribuiria para fortalecer o "elo" entre a psiquiatria e os demais ramos das ciências mentais (Freud, 1926/1987, p.307), mas sempre mantendo seu status de ciência independente – “ciência especializada, um ramo da psicologia, não se reduzindo, portanto, a uma mera concepção de mundo (Freud, 1933/1987, p.194).

A teoria psicanalítica desenvolveu uma hermenêutica do pensamento inconsciente que pode ser considerada a mais relevante contribuição para a psicologia e para as ciências humanas em geral. E foi por essa senda que algumas das escolas psicanalíticas posteriores se orientaram, em busca da construção de sua própria concepção de subjetividade.

Pedro tem um histórico de solidão desde a sua infância, que é marcada pela falta de reconhecimento. Preenche então esse espaço vazio pela busca desses mesmos sentimentos com o trabalho, o que o leva a tornar-se um indivíduo *workaholic* - quadro que pode ser uma das causas dos sintomas descritos.

Ancorando-se na psicanálise, podemos entender o caso a partir da teoria dos princípios do prazer e da realidade. Pedro vive um momento de dualidade marcado por uma dinâmica própria. Durante o dia, tenta satisfazer seus desejos e fantasias dentro do padrão aceito pelo seu superego e suas tendências narcisistas; vive em um contínuo estado de busca pelo sentimento de satisfação em sua rotina diária - em parte devido a seu perfeccionismo extremo e parte por seu - supracitado - quadro de narcisismo. Neste momento, está sendo regido pelo princípio da realidade, cuja função é atrasar e regradar quando e onde o indivíduo poderá concretizar o prazer.

Esse momento de liberação ocorre em casa, quando, finalmente regido pelo princípio do prazer, Pedro se desprende de suas pressões sociais, podendo ceder aos pedidos do Id - maximizar o prazer e diminuir as dores -, o que resulta em suas ações autodepreciativas como a má alimentação e insônia.

É observável também a influência por parte das pulsões de vida e de morte - descritas no livro *Freud e o Inconsciente* (Roza, 1984 p. 114-126). Sendo pulsões definidas como a representação de toda energia psíquica que percorre dentro do inconsciente do indivíduo, seria então papel do mesmo procurar maneiras de descarregar essa energia acumulada, enquanto equilibrando suas três estruturas mentais (Id, Ego e Superego). A pulsão de vida seria aquela que busca novidades e alcançar o melhor de si, já a pulsão de morte serviria como uma âncora que prende o indivíduo em sua zona de conforto, paradoxalmente tentando manter sua segurança e conforto.

A pulsão de vida é encontrada em seu trabalho, quando realizando seus planejamentos e buscando seu melhor eu, essa pulsão representa o desejo de

satisfazer sua necessidade de reconhecimento e engrandecimento de imagem. Já quando em seu ambiente domiciliar, a pulsão de morte torna-se a principal força motriz de seus comportamentos, tornando-o escravo de seu Id, que sempre deseja o prazer imediato e inconsequente. Esse mecanismo causa os comportamentos já citados, que o levam a procrastinar e se isolar em sua zona de conforto.

Em 1912, Max Wertheimer abriu um grande leque de possibilidades para análise dos processos mentais na publicação de seu artigo: “Estudos experimentais da percepção do movimento”, dando origem a ideia de Gestalt, a qual em português se aproxima da compreensão da “configuração das partes”.

Apesar de vislumbrar princípios unificadores, como a perspectiva de totalidade do fenômeno psíquico ou a concepção dinâmica do funcionamento humano, a ação gestáltica se diversifica pela variada compreensão da dinâmica funcional do ser humano, caracterizada por particularidades individuais, ocasionando a multiplicidade em sua aplicação. Suas principais abordagens no âmbito terapêutico são:

- Analítica: está associada a um entendimento relativo a um pensar metafísico, derivadas do pensamento psicanalítico.
- Pragmática: influenciada por um modelo de pensamento positivista que escoa uma compreensão dualista do sujeito, sendo comprometida com o modelo tradicional de ciência da modernidade.
- Fenomenológica: tem ênfase dada a criatividade, representada pelo trabalho com experimentos e com a perspectiva de se lidar com a consciência como produtora de sentido e delimitadora de resignificação de vivências (Holanda, 2005, p.35)
- Existencial: é produto de evolução do existencialismo com influências da psicologia humanista americana. (Holanda, 2005, p. 36).

A Gestalt-terapia é um modo terapêutico em que o acolhimento é focado no ouvir, se propõe a ser um abrigo para o paciente, investiga a singularidade do ser, empenhando-se em completar aquilo que está incompleto em sua vida, provocando a sensação de não-eu ao buscar uma identidade e não encontrá-la. A Gestalt procura encontrar situações inacabadas que seriam os núcleos dos problemas.

Em seu ambiente de trabalho, Pedro diz se cobrar excessivamente, devido ao seu perfil perfeccionista, gerente de uma instituição financeira, profissão que exige grandes esforços para cumprir as várias metas estabelecidas diariamente. No entanto, ele não sente satisfação nenhuma em alcançar estas metas, relatando ao psicólogo que não sentia mais prazer naquilo que fazia.

Todas estas características são sintomas associados à Síndrome de *Burnout*, um estresse ocupacional que ocorre quando um indivíduo perde o sentido de seu trabalho e o desvincula do conceito de autotranscendência, ou seja, trabalhar a serviço de algo. Pedro possui outros sintomas da Síndrome de *Burnout*, como distanciamento afetivo (tanto de seus colegas quanto de sua namorada), indiferença perante os desafios no ambiente de trabalho, sentimento de ineficiência, exaustão emocional e mental e até mesmo um risco maior de problemas cardiovasculares, que foi o motivo pelo qual Pedro foi internado.

Este estresse, quando na forma de Tensão Espiritual, não é ruim, pois é parte importante do desenvolvimento da resiliência. Porém, quando o estresse vem na forma de Tensão Psicofísica (como no caso de Pedro), seu excesso pode culminar em um quadro de *Burnout*.

No que se diz quanto à sua vida pessoal, o paciente também parece se encaixar em um quadro de angústia, devido ao seu desinteresse em sua relação deteriorante com a namorada, em quem Pedro diz não se interessar mais. Outro traço de angústia aparente em Pedro é a solidão, que ele diz ter desde a infância, mantendo-a até a vida adulta, onde o paciente diz que procura satisfazer apenas suas próprias necessidades, sem muita empatia por outros. Por fim, a causa mais recente de angústia no paciente é o medo da morte, algo que Pedro expressa pouco antes de receber alta hospitalar.

Pedro parece sentir um vazio existencial, uma busca por sentido para sua vida. Isso se torna evidente quando o próprio paciente se diz insatisfeito com seu trabalho e não aparenta interesse em nenhuma de suas relações sociais. Embora o vazio existencial não seja uma doença, é possível que tenha entrado em estado de neurose noogênica, pois ele apresenta frustração da vontade de sentido, busca insatisfeita do sentido da vida e problemas existenciais.

A Logoterapia se baseia no sentido e sua busca, além de, pela Noodinâmica, utilizar o estresse para obter um crescimento espiritual. Pedro, porém, apresenta-se insatisfeito com a sua busca de sentido, angustiado pelo seu medo da morte, aparente solidão e falta de empatia, além de demonstrar somente a tensão psicofísica, que pode ser considerada uma patologia.

A Gestalt entende que o Pedro passa por um impasse em sua vida, que ele acaba caindo no Status Quo, que é a zona de conforto dele, onde ele permanece para evitar as dores (seria o trabalho ou as noites que ele vira jogando).

Conclusão do caso:

De acordo com as teorias de Sócrates e Platão, apresentadas acima, a busca pela bondade traria Pedro mais próximo da felicidade. De acordo com a teoria de Aristóteles, pode-se dizer que falta a Compreensão Intelectual em Pedro, uma reflexão sobre si mesmo e os próprios deveres.

De acordo com a visão Epicurista, falta a Pedro, para esta visão, prazer duradouro, como uma satisfação nas horas de trabalho, e uma desconexão da noção de prazer, gerando um estado de Ataraxia.

Por fim, no Cinismo, a Felicidade viria de se abdicar de todos os bens materiais e viver a vida da forma mais simples possível. Muito distante da realidade de Pedro, que busca valor material sobre seu trabalho e dilemas econômicos contribuindo com seu stress. Essa ideia se encaixa no termo antropológico JOMO (*Joy of Missing Out*), que seria encontrar o prazer da solitude, onde não precisa de prazeres externos.

Freud (1912) em suas recomendações aos médicos psicanalistas destacou que as regras que fazem a técnica não são universais. Muitas são boas para trabalhar com os pacientes, mas não é o cumprimento dessas que garantem a análise. O psicanalista pode oferecer sua presença e sua escuta. Onde for possível falar e escutar, ali está o inconsciente, com seu movimento à mostra, pronto para ser capturado em seu discurso.

A escuta passa a ser a única ferramenta pelo qual pode emergir a verdade do sujeito a partir da transferência permeada pelo princípio da neutralidade e da abstinência. O psicólogo se posiciona no lugar de um saber ético que dirige o tratamento à medida que encaminha o sujeito até seu próprio saber sobre si e seu desejo, ao convidá-lo a produzi-lo através de associações.

Através do diálogo Pedro compreenderia que muitos dos processos psíquicos são inconscientes e que emoções e atitudes são o resultado de conflitos entre os impulsos e a sua moral. Tornar tais impulsos conscientes, viabiliza o enfrentamento e controle dos mesmos, procurando também o equilíbrio entre esses impulsos.

Pedro precisa começar a se entender como ser humano. Primeiramente, para encontrar sua felicidade, Pedro precisa de autoconhecimento. Como é dito na maior das máximas délficas: Conhece-te a ti mesmo. A partir de tal conhecimento, Pedro pode finalmente perceber o que deseja em sua vida. Se lhe apetece correr atrás da felicidade, dos conhecimentos, de um sentido único e individual. Sua necessidade no momento é se conhecer e encontrar qual caminho gostaria de seguir para trilhar sua jornada na existência. A partir de tal encontro, Pedro conseguirá dar seus primeiros passos.

Em um segundo momento, o paciente deverá se manter em sua busca e entender as repercussões de tal escolha: uma vida estóica o levará a abrir mão de seus desejos materiais e ambições de grandeza, mas fará com que se aceite melhor. Numa filosofia Aristotélica Pedro deveria desenvolver suas virtudes e aplicá-las no mundo exterior, interagir e contribuir com a sociedade.

Para mitigar os efeitos do *Burnout*, Pedro precisaria ressignificar o sentido de seu trabalho, assim como atribuí-lo à autotranscendência, para que possa adquirir uma maior resiliência perante a sua situação. Assim, poderá melhor superar outras crises internas de estresse semelhantes a esta. Mitigar os efeitos desta angústia, recobrando sua empatia por outros e buscando um novo sentido para sua vida.

Portanto, através da Logoterapia, que visa amenizar o sofrimento psíquico de seus pacientes, é possível se deduzir que a principal prioridade no Caso Pedro é sugerir

que o paciente encontre um sentido para sua vida, tanto pessoal quanto profissional, para a partir daí ir tratando sua angústia.

Através processo de aceitação Pedro teria acesso a consciência dos seus problemas - do seu agora, o que acontece na sua vida hoje - e dentro dele encontraria a resposta para seus problemas por meio do processo de *Awareness*, mostrando que ele está passando por esse momento de frustração. Assim, entenderia que as adversidades são necessárias para seu desenvolvimento psicológico e espiritual.

Referências:

AQUINO, Thiago, VERAS, Alan, BRAGA, Daniel, VASCONCELOS, Sarah, SILVA, Lorena; “Logoterapia no Contexto da Psicologia: Reflexões acerca da Análise Existencial de Viktor Frankl como uma Modalidade de Psicoterapia” em Revista Da Associação Brasileira De Logoterapia E Análise Existencial 4”, p.45-65, 2015.

GOMES, Andreza, “Angústia Existencial: condição irrevogável do Ser? Notas sobre a angústia em Kierkegaard, Viktor Frankl, Comte-Sponville”, p. 8-9, 2011.

Estudos sobre a histeria. (V. Ribeiro, Rev.Trad.), Edição Standard Brasileira das Obras Psicológicas Completas/Vol.XIV. Rio de Janeiro: Imago. (Originalmente publicado em 1914). FREUD, S. (1987).

Freud: Uma vida para o nosso tempo. (D. Bottmann, Trad.). São Paulo: Companhia das Letras. GRÜNBAUM, A. (1979).

ROZA, Luiz Alfredo Garcia, Freud e o Inconsciente (1984), p. 114-126. Edição Zahar, 1987.

HOLANDA, Gestalt terapia e contemporaneidade: contribuições para construção da teoria da prática gestáltica. Editora Livro Pleno, Campinas, 2005

https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0004-282X1945000400009

(acessado 30/05/2020 - 13hrs)