

GESTOS, MEMÓRIAS E
NARRATIVAS DA ESCUTA
CLÍNICA PERMEADA PELA
TECNOLOGIA DA
INFORMAÇÃO E DA
COMUNICAÇÃO



© 2021 Conselho Regional de Psicologia do Rio Grande do Sul

Esta publicação não pode ser vendida ou comercializada. É uma publicação de livre acesso e distribuição gratuita. É permitida a reprodução, para fins de pesquisa e educacionais, não lucrativos, desde que citada a fonte.

Referências bibliográficas conforme
American Psychological Association. (2012). Publication manual of the American Psychological Association (6th ed.). Washington, DC: Author.

Direitos para esta edição
Conselho Regional de Psicologia do Rio Grande do
Sul: Av. Protásio Alves, 2854/301, CEP: 90410-006,
Porto Alegre/RS - (51) 3334-6799
E-mail: crprs@crprs.org.br / <http://www.crprs.org.br>
Documento digital no Brasil

CIP - Dados Internacionais de Catalogação na Publicação

CIP - Dados Internacionais de Catalogação na Publicação

Gestos, memórias e narrativas da escuta clínica permeada pela tecnologia da informação e da comunicação (recurso eletrônico) / Conselho Regional de Psicologia do Rio Grande do Sul, organização. - Porto Alegre : CRPRS, 2021.

+Inclui bibliografia.

ISBN 978-65-87089-06-5

1. Psicologia clínica. 2. Psicoterapia. 3. Escuta (Psicologia).

4. Tecnologia da informação. 5. Comunicação e tecnologia.

I. Conselho Regional de Psicologia do Rio Grande do Sul, org.

CDU: 159.9

Bibliotecário responsável Luís Diego Dias de S. da Silva - CRB 10/2241

Índice para catálogo sistemático:

1ª Edição - 2021

Projeto Gráfico e Diagramação

Engenho de Ideias

Revisão e normalização

Daniele Brito

Descomplica a Vida Acadêmica

Elaboração

Comissão de Processos Clínicos e Psicossociais

-Conselheiras-

Alice Ubatuba de Faria (CRP 07/17.843)

Míriam Cristiane Alves (CRP 07/24.471)

-Colaboradoras/es-

Cristina Maranzana da Silva (CRP 07/11.166)

Diego Gonçalo Moraes Gomes (CRP 07/21.842)

Maria Luísa Pereira de Oliveira (CRP 07/04.234)

Maria Dornelles de Araujo Ribeiro (CRP 07/15.878)

Marina Medeiros Pombo (CRP 07/20.844)

Thaise Mendes Farias (CRP 07/28.216)

Comissão de Orientação e Fiscalização

-Conselheira-

Janete Nunes Soares (CRP 07/06.351)

-Área Técnica-

Adriana Dal Orsoletta Gastal (CRP 07/06.952)

Flávia Cardozo de Mattos (CRP 07/15.863)

Geovana da Silva Ferreira (CRP 07/26.815)

Lucio Fernando Garcia (CRP 07/08.011)

André Sommer Bertão - Assistente Administrativo

Assessora de Comissões

Rafaela Demétrio Hilgert

Comunicação

Cintia da Silva Carvalho (CONRERP/4 - 1456) - Coordenadora

Aline Victorino (Mtb. 11602) - Jornalista

Coordenação Geral

Evelise Arispe de Campos (CRA-RS 1528)



Conselho Regional de Psicologia do Rio Grande do Sul
Gestão Frente em Defesa da Psicologia RS (2019-2022)

Diretoria

Conselheira Presidenta: Ana Luiza de Souza Castro

Conselheira Vice-Presidenta: Maynar Patricia Vorga Leite

Conselheira Tesoureira: Fabiane Konowaluk Santos Machado

Conselheira Secretária: Eliana Sardi Bortolon

Conselheiras/os efetivos

Ana Luiza de Souza Castro

Angelista dos Santos Granja

Carla Mariela Carriconde Tomasi

Cristina Schwarz

Daniela Duarte Dias

Eliana Sardi Bortolon

Fabiane Konowaluk Santos Machado

Janete Nunes Soares

Leandro Inácio Walter

Marianna Rodrigues Vitorio

Maynar Patricia Vorga Leite

Míriam Cristiane Alves

Pedro José Pacheco

Roberta da Silva Gomes

Vinícius Cardoso Pasqualin

Conselheiras/os suplentes

Alice Ubatuba de Faria

Analice de Lima Palombini

Cristiane Bens Pegoraro

Dalmara Fabro de Oliveira

Gabriel Marcelo Moresco

José Ricardo Kreutz

Luciana Barcellos Fossi

Mariana de Medeiros e Albuquerque Barcinski

Mateus Sturmer Daitx

Pablo Potrich Corazza

Thiago dos Santos Alves

Robert Filipe dos Passos

Sumário

**CARTA DE APRESENTAÇÃO: SOBRE(VIVER),
EXISTIR, GINGAR, SUBVERTER NA PANDEMIA..... 11**

Miriam Cristiane Alves

Maria Ribeiro

Marina Medeiros Pombo

Alice Ubatuba de Faria

Diego Gonçalo Moraes Gomes

Maria Luísa Pereira de Oliveira

Thaíse Mendes Farias

Cristina Maranzana da Silva

UMA HOMENAGEM.....20

Ana Luiza Castro

CAPÍTULO 1 - GESTOS EM PSICOTERAPIA..... 23

**ENTRE A CONEXÃO E O VÍNCULO: A INVENÇÃO DE UMA
ESCUA..... 24**

Adams Henrique Friedemann Tavares

CARTA AOS PSICOTERAPEUTAS PRESENTES.....28

Alice Zanrosso Baptista

**CARTA PARA DOMINIQUE, QUE EM ALGUMA OCASIÃO
EXPRESSOU O DESEJO DE SER PSICÓLOGA..... 36**

Amélia Bernadete dos Santos Granja

**SOBRE FRONTEIRAS E COLETIVIDADE:
O QUE APRENDI E REFLETI SOBRE ESCREVER,
ATENDER E HABITAR EM UMA PANDEMIA..... 42**

Amanda Corrêa Rocha

CARTA PARA MINHA QUERIDA AIMÉE..... 47

Ana Paula Fernandes de Lima

CARTA 16/06/2021 AO FREUD..... 51

Angela Borba Jung

Sumário

UMA CARTA DE AGRADECIMENTO	55
<i>Bruna de Almada Ghiorzi</i>	
CARTA PARA ESPERANÇA	58
<i>Caroline Daronco Campos</i>	
NOTÍCIAS AOS COLEGAS, SOBRE A PRÁTICA CLÍNICA ON-LINE	64
<i>Chaveli Dockorn B. Kinn</i>	
CARTA PARA O GRANDE OUTRO PARA FALAR DA ESCUTA CLÍNICA PERMEADA PELA TECNOLOGIA	71
<i>Daniel Costa da Rocha</i>	
CARTA A UM AMIGO SEPARADOS PELO TEMPO E O ESPAÇO	76
<i>Ederson Juliano Sezimbra</i>	
CARTA ABERTA SOBRE AS (RE)INVENÇÕES DA CLÍNICA	81
<i>Gabriela Lemos de Pinho Zanardo</i>	
SOBRE DISTÂNCIAS E DESCONHECIDOS	89
<i>Helena da Silveira Riter</i>	
DE VOLTA AO COMEÇO... SÓ QUE NÃO!	93
<i>Karen Eidelwein</i>	
VIS A VIS COM O SETTING ON-LINE	100
<i>Laiane de Oliveira Nogueira</i>	
UM NOVO SETTING, UMA MESMA ESCUTA	107
<i>Letícia Machado Moreira</i>	
CARTA AO NOVO EU PS: NÃO SE ESQUEÇA DO PASSADO	111
<i>Lucas Vijande Valladares</i>	
DESTINATÁRIA/O: SEM DESTINO	115
<i>Luciane Rombaldi David</i>	

Sumário

CARTA A UMA PARTICIPANTE DO GRUPO COM-POR PRETAS: REFORMULAÇÕES NECESSÁRIAS EM TEMPO DE PANDEMIA.....	120
---	-----

Mariana de Souza Carvalho

DO REAL AO DIGITAL: NOVOS FORMATOS DO SETTING.....	127
---	-----

Natália Garcia da Rocha

DO PRESENCIAL AO VIRTUAL: COMPARTILHANDO UMA EXPERIÊNCIA.....	130
--	-----

Olga Nancy Peña Cortés

PSICOTERAPIA ON-LINE E A PANDEMIA: SENSIBILIDADE PARA ESTAR JUNTO ENQUANTO ESTAMOS DISTANTES.....	138
---	-----

Vaneila Buaszik

CAPÍTULO 2 - REFLEXÕES

ÉTICO-POLÍTICAS EM TEMPOS PANDÊMICOS.....	142
---	-----

LÉLIA GONZALEZ, CUMÉ QUE A GENTE FICA?.....	143
---	-----

Ademiel de Sant'Anna Junior

CARTA A UM(A) COLEGA NO FUTURO.....	150
-------------------------------------	-----

Caio Cesar Piffero Gomes

O QUE SERÁ DA TERÇA-FEIRA?.....	157
---------------------------------	-----

Chrystian da Rosa Kroeff

MANIFESTO POR UMA PSICOLOGIA PIRATA.....	162
--	-----

Euge Helyantus Stumm

CONVERSAS MATERNAS: UMA EXPERIÊNCIA DE PARTILHA COLETIVA SOBRE O GESTAR NA PANDEMIA.....	169
--	-----

Jessika Oliveira da Silva

QUERIDOS COLEGAS DE PROFISSÃO.....	177
------------------------------------	-----

Luciara Gervasio Itaquí

Sumário

CARTA COMPLETA AO AMIGO DR. FREUD.....184
Marcia Bernadete Moraes de Campos

AO MEU AMIGO PSICÓLOGO E À MINHA AMIGA
PSICÓLOGA ON-LINE OU CARINHOSAMENTE,
MEU PSICO.ON-LINE189
Marcos Raul de Oliveira

CARTA À CAROLINA MARIA DE JESUS.....197
Miriam Cristiane Alves

O FUTURO MANDOU LEMBRANÇAS204
Paula Cristiele Steinhaus

DE UMA CARTÓGRAFA AOS FUTUROS TERAPEUTAS ...208
Thalia Vielmo Bianchini

CARTA À MINHA AMIGA PSICÓLOGA214
Thaíse Mendes Farias

CAPÍTULO 3 - NARRATIVAS E DEVIRES
EM INSTITUIÇÕES PÚBLICAS220

CARTA AO DESCONHECIDO221
Charles da Rosa Vieira

A REINVENÇÃO DO SERVIÇO DE PSICOLOGIA NA
ASSISTÊNCIA ESTUDANTIL DE UMA
UNIVERSIDADE PÚBLICA227
Giordana Rodrigues Chaves

AFROCONTO NA TESSITURA DAS TELINHAS.....234
Raquel da Silva Silveira

AS (IM)POSSIBILIDADES DA PSICOLOGIA
NA ATENÇÃO BÁSICA DE PORTO ALEGRE EM 2020.....242
Sabrina Dummer Vaz

Sumário

REFLEXÕES SOBRE A PRISÃO EM TEMPOS DE PANDEMIA: CARTA PARA OUTRA PSICÓLOGA.....	250
<i>Sandra Correia</i>	
CAPÍTULO 4 - SENTIRES E SENTIDOS NO PROCESSO DE FORMAÇÃO.....	256
PSICOLOGIA E TECNOLOGIA EM TEMPOS DE PANDEMIA.....	257
<i>Andiara Pereira Castagna</i>	
COMPARTILHANDO PESOS: A ESCUTA EM TEMPOS REMOTOS.....	261
<i>Bruna Leticia da Silva Bueno</i>	
ESCUA ON-LINE: INTERVIR E INVENTAR DESDE O UNIVERSO DIGITAL.....	265
<i>Camila Pereira Alves</i>	
POR QUEM AS CARTAS DOBRAM?.....	272
<i>Carlos Gassen Nascimento</i>	
NOTÍCIAS E REFLEXÕES DO DIZ AÍ 2021.....	276
<i>Diego Portella Viana</i>	
VIVENDO ENQUANTO LUTO.....	282
<i>Diônvera Coelho da Silva</i>	
REMINISCÊNCIAS DE UM ESTÁGIO DE PSICOLOGIA.....	290
<i>Elisabete Frigeri Domingo</i> <i>Marina Pante</i>	
PELA GRANDEZA DOS ENCONTROS E A POTÊNCIA DO AFETO.....	295
<i>Helen Carvalho Gomes Soares</i>	
A PANDEMIA DAS REINVENÇÕES.....	301
<i>Luciana Patricia Ruff</i>	

COTIDIANO EM IMAGENS: POSSIBILIDADES
DE PRODUÇÃO DE CUIDADO DURANTE
O ISOLAMENTO SOCIAL.....308

Paula Monmany Jobim

RENASCER: NÃO COMO A FÊNIX, MAS COMO
MULHERES QUE HABITAM ESTE MUNDO.....315

Ramoni Graff

TECENDO REDES E CONEXÃO: GRUPO VIRTUAL
DE APOIO À ENLUTADOS POR VÍTIMAS
DE COVID-19.....322

Thaís Caroline Guedes Lucini

ATENDIMENTOS PSICOLÓGICOS ON-LINE
DURANTE O ESTÁGIO FINAL DA GRADUAÇÃO,
EM MEIO À PANDEMIA.....326

Walério Flores da Silva

**CAPÍTULO 5 - FRONTEIRAS ENTRE O
DOMÉSTICO E O PROFISSIONAL.....331**

A ESCUTA CLÍNICA RESSIGNIFICADA PELO
PAN-TEMPO.....332

Caren Schultes Borges

FAZER DOS OUVIDOS A BOCA OU PARA MINHA
AVÓ CELINA.....340

Clara Faes Schönardie

A MAMÃE ESTÁ EM HOME OFFICE.....344

Marlei Carla Martini Melani

A PANDEMIA COMO UM DIVISOR DE ÁGUAS
NA VIDA PROFISSIONAL.....352

Rosane Massena de Azeredo

CARTA A UMA CRIANÇA AMANHÃ.....356

Veronica da Silva Ezequiel

CARTA DE APRESENTAÇÃO: SOBRE(VIVER), EXISTIR, GINGAR, SUBVERTER NA PANDEMIA

Míriam Cristiane Alves¹

Maria Ribeiro²

Marina Medeiros Pombo³

Alice Ubatuba de Faria⁴

Diego Gonçalo Moraes Gomes⁵

Maria Luísa Pereira de Oliveira⁶

Thaíse Mendes Farias⁷

Cristina Maranzana da Silva⁸

Prezada leitora ou leitor, como você está?

Desejamos que estejas bem, na medida do possível, com saúde para a manutenção de sua existência!

É com muita alegria que nos dirigimos a você para compartilharmos, por meio da palavra

1 Psicóloga, CRP 07/24471. Professora do curso de Psicologia da UFPel e do Programa de Pós-Graduação em Psicologia Social e Institucional da UFRGS. Coordenadora do Núcleo de Estudos e Pesquisas E'léékò UFPel/UFRGS. Conselheira do CRPRS, presidenta da Comissão de Processos Clínicos e Psicossociais e da Comissão Gestora da Subsele Sul.

2 Psicóloga, CRP 07/15878. Mestre em Psicanálise: Clínica e Cultura (UFRGS). Especialista em Atendimento Clínico - ênfase Psicanálise (UFRGS). Colaboradora da Comissão de Processos Clínicos e Psicossociais do CRPRS.

3 Psicóloga, CRP 07/20844. Psicanalista. Pós-Graduação em Saúde da Criança - Violência e Vulnerabilidade e Pós-Graduação em Análise Institucional. Coordenadora do projeto A Outra Clínica. Colaboradora da Comissão de Direitos Humanos e da Comissão de Processos Clínicos e Psicossociais do CRPRS.

4 Psicóloga, CRP 07/17843. Conselheira integrante da Comissão de Processos Clínicos e Psicossociais do CRPRS.

5 Psicólogo, CRP 07/21842. Psicólogo Clínico. Terapeuta de Famílias e Casais. Colaborador da Comissão de Processos Clínicos e Psicossociais do CRPRS.

6 Psicóloga, CRP 07/04234. Colaboradora da Comissão de Processos Clínicos e Psicossociais do CRPRS.

7 Psicóloga, CRP 07/28216. Colaboradora da Comissão de Processos Clínicos e Psicossociais do CRPRS.

8 Psicóloga, CRP 07/11166. Colaboradora da Comissão de Processos Clínicos e Psicossociais do CRPRS.

escrita, alguns dos questionamentos, afetos e sentimentos vividos por integrantes da Comissão de Processos Clínicos e Psicossociais (CPCP) sobre o viver, o existir, o gingar e o subverter na pandemia da Covid-19. E, especialmente, sobre os deslocamentos vividos no que tange a "Escuta Clínica Permeada pelas Tecnologias da Informação e da Comunicação". É impossível esquecer da narrativa de uma das colaboradoras da Comissão. Em meio a conversações, ela enunciou uma experiência vivida, sentida, que não era só dela: "Me vi no quartinho extra da casa trabalhando o dia todo, as paredes e os vizinhos se atravessaram em muitos atendimentos, demorei a compreender e estabelecer certo conforto e proteção para meus pacientes e para minha práxis". Quem não experimentou algo similar?

Você lembra como a pandemia da Covid-19 chegou ao Brasil e invadiu nossas casas, nossos trabalhos, nossas vidas? Foi como uma avalanche, não? De uma hora para outra, passamos a vivenciar a imposição do distanciamento físico e tivemos que aderir a medidas sanitárias de prevenção e cuidados para evitar a disseminação e contaminação do novo coronavírus. Uma coisa é certa: não imaginávamos o quanto, nem por quanto tempo nossas vidas seriam afetadas por um novo modo de sentir, de estar e de ser em sociedade em face ao vírus. Um cenário imposto pelo infortúnio. Nesse período de doenças e da presença constante da morte, o sofrimento reafirmou seu lugar de protagonismo na escuta do pessoal, do singular, do particular, do outro que suplica por colo, por acolhimento, por cuidado. Período que, além disso, evidenciou o caráter inseparável das dimensões social e política nos

processos de subjetivação dos sujeitos. A pandemia pôs a nu as desigualdades sociais e raciais que estruturam nosso país, de modo que subjetivar-se em meio a tantas faltas, em meio o vazio, ao nada no que tange ao acesso ao mínimo necessário para continuar existindo, é de um exercício psíquico descomunal. A narrativa de outra colaboradora da Comissão performa elementos dessa experiência:

"No início da pandemia, eu estava atuando no CAPS AD de um município da região metropolitana de Porto Alegre, em um território de grande vulnerabilidade, no qual a maior parte das/os usuárias/os não tinham condições de manter o mínimo de estrutura necessária para a realização de um atendimento remoto - tanto em termos de condições materiais/tecnológicas, de acesso à internet, como em relação a um local com privacidade para preservar o sigilo, já que em geral residiam em espaços restritos e coabitados por mais de uma família. Isso tudo, somado à fome que passou a espreitar com uma frequência inimaginada".

Foi diante de tudo isso que o Conselho Regional de Psicologia do Rio Grande do Sul (CRPRS) foi convocado a dar respostas rápidas sobre a técnica e a prática psicológica em condições pandêmicas. Respostas que pudessem orientar e delimitar as condições éticas sobre o fazer psicológico diante do, até então, desconhecido - a Covid-19. Sabe aquela ideia de estar de ponta cabeça? Inicialmente, foi essa a sensação - no trabalho, em casa, na escola, na universidade, na CPCP, no CRPRS. E a resposta? Vem à tona a reflexão de um colaborador da Comissão que dizia: "Penso que o impedimento maior de um trabalho on-line adequado é algo que paira sobre a prática profissional e não sobre a tecnologia". E você, o que pensa sobre isso?

Uma das primeiras ações de orientação à nossa categoria foi a produção do "Guia de orientação

para profissionais de Psicologia: atendimento on-line no contexto da Covid-19". Que lindo processo de criação e construção coletiva! Mas o CRPRS não parou por aí, um grupo de conselheiras/os, coordenadoras/es e funcionárias/os produziram o "Protocolo de biossegurança para o trabalho presencial das/os psicólogas/os em processos clínicos e psicossociais no âmbito público e privado durante a pandemia da Covid-19".

Mesmo diante de tais produções, nós, integrantes da CPCP, continuávamos a nos questionar sobre os desafios éticos, as estratégias inventivas, o processo de formação e os atravessamentos entre o profissional e o doméstico experienciados por psicólogas e psicólogos quanto a escuta clínica permeada pelas tecnologias da informação e comunicação. É impossível não lembrar de um testemunho memorável de uma colaboradora da Comissão:

"Desde março, quando fechei as portas do consultório devido à Covid-19, meus gatos e gatas fazem parte dos atendimentos diários, isso foi quase uma imposição por parte deles para que eu pudesse trabalhar em casa (...). Lembro certa vez de estar escutando questões sobre afeto e distâncias físicas quando uma das minhas gatas pulou sob a mesa e se esfregou na tela do computador "ao ouvir" a necessidade de toque narrada por quem fala do outro lado da conexão - como se esfregasse no outro ali tão distante e tão próximo. Com certeza essa intervenção foi melhor do que qualquer outra que eu poderia ter feito, afinal, nada como processos de vida se atravessando para lembrar de nossos afetos".

Como você pode imaginar, em nossas reuniões circulavam todo tipo de experiências em torno da

prática profissional em Psicologia. No entanto, sentíamos que algo escapava, escorria por entre os dedos como água. Fomos insistentes. Continuamos nos escutando até emergir a necessidade de escutar outros colegas de profissão, ouvir, perceber, sentir os seus contextos de trabalho e vida em meio a pandemia. Uma pergunta ecoava em nossos ouvidos: será que nossos colegas também sentem a necessidade de compartilhar o que estão vivenciando? Será que desejam escutar o que quem está ao lado profissionalmente tem a dizer sobre a experiência pandêmica? Aos poucos, a ideia de acolhimento e partilha entre pares foi tomando forma e ganhando espaço.

Nossas reuniões foram tomadas pelo afeto, acolhimento e escuta do que nós, como expresso na narrativa de um colaborador da Comissão:

"Eu tenho experimentado um misto de emoções e até mesmo sintomas que de outra forma eu não conhecia. (...). No início do trabalho remoto, me percebi muito ansioso, tenso, com dores no corpo, preocupado com a qualidade da escuta a ponto de ter sintomas físicos e psíquicos como enxaqueca e falta de atenção".

Foram encontros fortes, intensos e, ao mesmo tempo, permeados pela calma de permitir-se falar e sentir. Vivenciamos reuniões maravilhosas, você precisava estar lá! Ao mesmo tempo em que falávamos de nós, compartilhamos experiência inéditas sobre o nosso fazer profissional: "Tenho percebido que pacientes que já estavam no divã têm preferência por falar por telefone". Perceba a riqueza desta descoberta.

Transitamos pelo público reinventando práticas sobre a escuta clínica na perspectiva de

garantir o cuidado do outro, como marca a narrativa de uma conselheira:

"Em um serviço público de saúde mental, optei por avaliar, juntamente com cada usuário/a, o custo/benefício de realizarmos atendimentos presenciais - a maioria optou por deslocar-se ao serviço, mesmo que numa frequência inferior à ideal, sempre seguindo os cuidados de biossegurança e mantendo como alternativa o contato telefônico caso necessário ou desejado".

Foram muitas travessias. E a cada enunciação de um fazer até então inimaginado, aumentava o desejo de escutar o que teriam para contar outros colegas, assim como estudantes em formação. Outra conselheira de nossa Comissão narrou sua experiência profissional com supervisora de estágios:

"Na universidade onde atuo supervisionando estágios de Psicologia, foi necessário criar novos campos e possibilidades de práticas profissionais; foi necessário desinstitucionalizar os estágios, "desinstitucionalizar as coisas", como dizem nossas "mentaleiras" do Fórum Gaúcho de Saúde Mental".

Querida leitora ou leitor, foi preciso muita ginga, muita capoeira, muita flexibilidade para invenção, reinvenção, criação do novo, do possível, do viável, do necessário e, assim, chegarmos aqui. E para você, como foi? Como você pôde observar, as nossas experiências expressas nas narrativas acima partem de lugares diferentes: do consultório particular, de serviços públicos de saúde e de saúde mental, de supervisão de estágios em Psicologia. Mas essas mesmas experiências têm um comum: a escuta clínica permeada pela tecnologia da informação e comunicação, no contexto da pandemia da Covid-19. Portanto, foi a partir de um lindo processo de

compartilhamento e escuta de nossas experiências no primeiro ano da pandemia que nós, da CPCP, passamos a desejar escutar colegas de profissão, assim como estudantes de Psicologia, no que tange ao singular e ao comum da vida e do trabalho na pandemia. Afinal, não tínhamos dúvidas de que o novo coronavírus estava e continua deslocando, afetando e mobilizando nossa categoria em seus espaços, tempos, vidas.

Passamos a nos perguntar: Que gestos têm sido produzidos? Que narrativas? Que memórias? Como tem sido esse processo de reinvenção? Que questionamentos, que inseguranças, que dúvidas foram mobilizadas para a criação do novo? Como cada um e cada uma se viu em meio ao infortúnio da pandemia? O que muda na escuta? Quais os desafios éticos? Quais os desafios técnicos? Quais os desafios teóricos?

A fim de buscarmos respostas ou novos questionamentos sobre o fazer psicológico na pandemia, apostamos no diálogo por meio de cartas. Apostamos na velha tecnologia comunicacional, na perspectiva de colocá-la em diálogo com os desafios contemporâneos. O debruçarmo-nos sobre o outro apenas por intermédio da tela de computadores e celulares, antes mesmo da pandemia, pode ter nos afastado de princípios éticos-existenciais que tem como pressuposto o toque, o olhar, o cheiro, o gosto, o gozo de receber de outrem palavras escritas viajadas por léguas até chegarem ao seu destino. E na pandemia, quando a presença física nos faltou, que grande abraço, que grande olhar foram produzidos pelas comunicações escritas?

Poderíamos e talvez tivéssemos desejado acolher relatórios, resultados, receitas do que e de como fazer a profissão e viver na pandemia. No entanto, apostamos nas cartas, essas sim trouxeram o que cada um de nós preservou de mais humano quando nossos encontros foram interrompidos. Não seriam nossas cartas - nosso diálogo - um resgate, um lembrete de nossa humanidade? Um lembrete de que ser psicólogo e psicóloga é algo que vai muito além da técnica?

Diante de tantos questionamentos e reflexões, escrevemos entre nós, circulamos a palavra e nos acolhemos coletivamente por meio desta coletânea. Nessas linhas, nessas folhas, nessas palavras escritas e inscritas no mundo e para o mundo, apresentamos a você, leitora ou leitor, o que já experienciamos e o que ainda estamos vivendo em meio ao tormento, mas ao mesmo tempo, em meio a potência de vida. Sabendo da importância e força do testemunho e da conversação para nomear e elaborar o vivido, apresentamos um conjunto de cartas escritas, sentidas, vividas por colegas de profissão e estudantes de Psicologia sobre a escuta clínica e o existir na pandemia.

E foi na costura entre piratas, felinos, falhas de conexão, angústias, receios, vivências, medos, perdas, encontros, desencontros, resistências, deslocamentos, aprendizagens, adaptações, alegrias e prazeres que as cartas aqui expressas convidam você, leitora ou leitor, a navegar, transitar e experimentar ser ora destinatária/o, ser ora remetente.

Desejamos bons encontros por aqui e ali! E que nossos colegas sintam-se acolhidos pelas palavras postas e transpostas nessa coletânea.

Boa viagem, boa travessia, boas encruzilhadas,
boas leituras!

Afetuosamente,
Comissão de Processos Clínicos e Psicossociais
- CRP 07



UMA HOMENAGEM...

Ana Luiza Castro⁹

Querido seu Jorge¹⁰.

Escrevo essa carta em setembro de 2021. Chegou a primavera, mas, a alegria não. Queria contar o quanto é difícil ir até o CRP e não encontrá-lo. Não escutar o seu cordial bom dia e suas perguntas sobre minhas idas ao Uruguai.

Queria também lhe dizer de nossa preocupação quando soubemos que o senhor não recebia Equipamento de Proteção Individual (EPI) para trabalhar e, muito menos, treinamento de biossegurança. Lembro que seus amigos, preocupados, conseguiram para o senhor. Contudo, a máscara adequada, as luvas, o álcool em gel e as orientações não o protegeram. O senhor nunca pode fazer isolamento social e dependia de dois ônibus para chegar ao trabalho.

Aqui, naquela época, não havia leitos disponíveis. E o senhor morreu de Covid em um hospital localizado em uma cidade distante. Sabe, depois de sua morte muitas outras pessoas faleceram. A maioria delas eram pessoas negras e pobres. Muitas morreram por falta de oxigênio.

A vida piorou muito. Nas marquises em baixo do CRP já tivemos pessoas em situação de rua. Em cada esquina da cidade há adultos e crianças tristes pedindo esmolas para sobreviver. O desemprego é assustador; a fome é desesperadora e cresceram a violência doméstica e os crimes de ódio.

9 Psicóloga, CRP 07/03718. Presidenta do Conselho Regional de Psicologia (2019-2022).

10 Jorge Daniel Rodrigues, nascido no Uruguai há cinquenta e sete anos. Porteiro terceirizado do prédio onde está localizado o CRP em Porto Alegre. Ele faleceu em 10 de março de 2021, na cidade de Taquari, 70 km distantes.

E o mundo tornou-se um pandemônio. A vida on-line trouxe alguma segurança sanitária, mas uma enorme insegurança de uma vida desconhecida, estranhamento, solidão, afastamento, angústia.

Agora, dor mesmo veio com as mortes reais de pessoas próximas.

E nessa angústia tamanha precisávamos agir com rapidez. Porque talvez, como nunca, a Psicologia foi chamada. E a nós cabia dar condições para o exercício profissional com menos perigo.

Sabe, seu Jorge, no CRP a vida tem sido difícil. Reinventar a Psicologia passou pela reorganização para a vida remota, pela complexa criação de resoluções, de normativas, de protocolos de segurança e até pela amarga discussão da vacinação prioritária de psis.

Tudo urgente. Tudo com cobranças. Muitas vezes rudes.

Seu Jorge, a tempestade é a mesma... E a maioria sequer tem boia.

Escrevo essa carta para uma publicação em que psis contam de suas vidas e de suas reinvenções da Psicologia e da clínica na pandemia. E decidi escrever para o senhor. O senhor que sempre recebia as psicólogas e os psicólogos de forma tão cortês e afetiva. E nunca pude agradecer.

Talvez como nunca antes a Psicologia tem sido tão chamada, tão exigida. E não poderia ser diferente, não é? Dor, luto, medo da morte, sofrimento. A Psicologia precisou ser reinventada.

Dizem, são 600 mil mortes. Na verdade, nunca saberemos o número verdadeiro. O certo é que muitas delas poderiam ser evitadas.

Eu desejo mesmo, seu Jorge, que a gente nunca esqueça o que passamos, que nunca naturalizemos. O que será o "novo normal"?

Que o futuro nos reserve alegria, igualdade, justiça social.

Com saudades,

Ana Luiza.



Alquam viverra orn
um di
istiq
e. Cur
isi he
grevi
t vari

erna
dig
tiqu
ura
av
ar

CAPÍTULO 1 - GESTOS EM PSICOTERAPIA

ENTRE A CONEXÃO E O VÍNCULO: A INVENÇÃO DE UMA ESCUTA

Adams Henrique Friedemann Tavares¹¹

Os inícios são sempre difíceis. O primeiro passo é o mais custoso, e segue sendo mesmo depois de dado, pois cada novo passo agrega seu peso àquele primeiro. Iniciar a escrever, iniciar a falar, iniciar a escutar... Cada uma dessas experiências exige uma força que às vezes pensamos não possuir. Mas a força está lá, raramente pronta para ser usada, ocasionalmente soterrada por escombros do passado ou pelo desmedido do presente.

Meu início na clínica coincidiu com o início de muitas/os psicólogas/os. Não me refiro às/aos minhas/meus colegas de formatura, mas todas/os que se depararam com a necessidade de se reinventar frente a um cenário inesperado, traumático e assombroso. A pandemia trouxe o distanciamento e o confinamento: o eu longe do outro e preso em si; e exacerbou o sofrimento que é parte integrante da humanidade. Diante disso, coube às/aos profissionais cujo ofício é justamente o tratamento da dor de existir a reinvenção de si, do seu trabalho, da sua escuta - sem deixar de ser humano. Ficamos responsáveis, independente do tempo de atuação, por dar início a uma clínica - uma nova forma de escuta, reinventada a partir da velha.

Winnicott (1982) evidencia a importância

11 Psicólogo, CRP 07/31976. Universidade Federal do Rio Grande do Sul. E-mail: adamsfmann@gmail.com.

da presença viva da figura materna para o desenvolvimento saudável do bebê: é através dos constantes cuidados que o pequeno humano se torna um sujeito psíquico. Transpondo o entendimento dessa relação à dinâmica psicoterápica, dizemos igualmente que a/o psicóloga/o precisa estar vivamente presente para escutar o paciente, para acolher sua dor, para compreender seu sofrimento e ajudá-lo a construir sentido em torno de seus conflitos. O cuidado da/o psicóloga/o se refere não a um trabalho de constituição subjetiva, mas de descoberta de fragmentos de si, sobre os quais o paciente constrói seu próprio modo de ser, tal qual o trabalho do arqueólogo, que dá vida à história de uma civilização a partir da escavação de seus restos (Freud, 1937).

Cabe aqui o questionamento a respeito de como se realiza essa presença. É possível estar presente remotamente? Faz sentido falar em uma presença à distância? Como empreender o trabalho de escavação através de uma tela de celular? Diversos contratempus se colocam para dificultar o tratamento e obstaculizar o vínculo: conexão intermitente do sinal de internet, baixa qualidade de som e imagem, pouco controle sobre os atravessamentos no ambiente de atendimento... E a invasão: os ruídos da rua que invadem a sessão, a família que invade o quarto e, por que não, a/o psicóloga/o que invade a privacidade da casa que comporta intimidades que talvez o paciente preferisse manter veladas, deixar que fossem somente suas. E, a convite do paciente, a/o psicóloga/o invade sua moradia, à qual o paciente está confinado - sem ser seu senhor.

Sem dúvida, o atendimento on-line abre espaço a novas experiências. Nunca antes eu imaginaria

atender um paciente que se encontrava em seu quarto, com um cão no colo; ou no jardim, em um dia ensolarado com garoa; ou em uma praça, sob a luz dos postes da rua. As combinações seguem as mesmas - a frequência, o horário, o sigilo -, mas é preciso dar lugar às reinvenções. Mais do que nunca, o inesperado se faz presente... e também um certo sentimento de ausência, trazido pela distância. E o olhar que retorna a si em uma pequena janela no canto da tela: passo a ser encarado também por mim mesmo, um autorretrato de pixels, como um espelho "que me faz encarar-me quando quase nunca quero" (Correia, 2018, p. 10). A tecnologia torna difusos os limites entre a vida pessoal e a profissional, o consultório invade a casa e vice-versa. Home e office que passam a se confundir, assim como as dinâmicas de presença-ausência, distância-proximidade, abstinência-intimidade.

E a chamada de vídeo trava, e a sessão cai... Reconecto com o paciente, tento revincular. Diante de falhas de conexão, as palavras se perdem em meio a ondas de rádio que desvanecem, e o paciente perde o fio da meada, interrompida sua fala. Acontecimento não sem importância, pois é a palavra que faz a cura, palavra falada, palavra sentida, palavra corporificada. "Existe algo tão real quanto as palavras?" (Wilde, 2012, p. 18), questiona o poeta, mergulhando a pena na tinta e a deslizando sobre o papel. São as palavras que tecem o vínculo, a partir do qual se faz o tratamento.

Mas as palavras são incapazes de expressar a inteireza da experiência do sofrimento: a palavra é deficitária, e nunca deixará de ser. É por essa razão que a cura é um dos ofícios impossíveis (Freud, 1925), por se mostrar sempre insuficiente frente à pretensão humana de plenitude. Há sempre algo que resta, uma frustração, uma angústia, uma falta. Contudo, mesmo

diante da impossibilidade - talvez em virtude dela - é possível fazer potência, se ao menos houver espaço para sua escuta, pois é a falta que engendra a criação. Atravessado pela falta de conexão, o vínculo se estabelece e se revigora mediante a reinvenção.

Esse foi meu aprendizado da experiência pandêmica, que reaprendo a cada dia de meu ofício. A presença independe de proximidade física, pois escutamos o que está além do material. Reinventada a clínica, a tela é poltrona e é divã. Tive que me reinventar mesmo sem invenção, tenho que escutar mesmo em meio ao ruído, terei que curar mesmo sendo impossível. Mais do que necessito, é o que escolho fazer.

REFERÊNCIAS

Correia, S. (2018). Face a face com o abismo. Santo Amaro da Imperatriz: edição do autor.

Freud, S. (1925). Prefácio a Juventude desorientada, de Aichhorn. In J. Strachey (Ed.) (2006). Edição standart brasileira das obras psicológicas completas de Sigmund Freud (J. Salomão, trad., vol. 19, pp. 311-316). Rio de Janeiro: Imago.

Freud, S. (1937). Construções em análise. In J. Strachey (Ed.) (1996). Edição standart brasileira das obras psicológicas completas de Sigmund Freud (J. Salmoão, trad., vol. 23, pp. 271-285). Rio de Janeiro: Imago.

Wilde, O. (2012). The picture of Dorian Gray. In O. Wilde. The picture of Dorian Gray and other works (pp. 1-174). New York: Barnes & Noble.

Winnicott, D. W. (1982). A criança e o seu mundo (6a. ed., Á. Cabral, trad.). Rio de Janeiro: LTC - Livros Técnicos e Científicos Editora.



CARTA AOS PSICOTERAPEUTAS PRESENTES

Alice Zanrosso Baptista¹²

Diante do susto e do medo tomados pelo surgimento de um vírus genocida, aquelas/es que ocupam a posição de cuidadoras/es foram colocadas/os em posições de heroísmo. Como psicóloga percebo que eu e meus semelhantes assumimos este papel por nos vermos, talvez pela primeira vez, úteis, e talvez até mesmo importantes no olhar da sociedade. À medida que os atos heroicos e a coesão grupal frente ao combate à pandemia deram lugar à ilusão de um mundo mais justo, unido e compassivo (isto é, comprometido a identificar, prevenir e aliviar o sofrimento), vi minha profissão sendo, como poucas vezes é, validada. Não só publicamente validada pela mídia ou pela internet, como validada pelos vínculos íntimos e próximos nas conversas do dia a dia. A saúde mental está sendo vista, com uma abrangência muito maior do que jamais foi, como saúde. Familiares e amigos começaram a me perguntar o que eles poderiam fazer em relação ao sofrimento que apresentavam, ou seja, o que a Psicologia diria sobre o que lhes acontecia. Eu fui vista, talvez pela primeira vez, como uma profissional da saúde.

Quando temos o reconhecimento do outro

12 Psicóloga, CRP 07/29923. Especialista em Terapias Cognitivo-Comportamentais. E-mail: alice.zanrosso@gmail.com.

como importantes, corremos atrás de sermos ainda mais habilidosos, éticos e técnicos para manter este reconhecimento e ser merecedor dele. Fazemos cursos. Aumentamos o currículo. À medida que somos validados e reforçados pelo cuidado que ofertamos, somos impelidos a oferecer ainda mais cuidado. Mas nem a oferta incessante de cuidado, nem o aumento incessante do currículo pareceram suficientes para dar conta de toda uma devastação cultural, social, econômica e política. Eu tinha que fazer MAIS.

Eu tinha que fazer mais não só porque sou psicóloga e preciso manter a coesão grupal e os atos heroicos fazendo a minha parte, mas porque minhas/meus colegas, aquelas/es que reconheço também como cuidadoras/es da saúde mental, estavam fazendo MAIS. E se um faz MAIS, e o outro faz MENOS, o que faz menos fica para trás, não é? O contexto pandêmico gerou a percepção de que a/o psicóloga/o precisou fazer mais porque surgiram ainda mais perguntas em torno da nossa profissão. Mais perguntas demandam mais respostas, e para mais respostas precisamos de mais estudos, certo? Um exemplo é de que muito se fala sobre a saúde mental ocupar-se de espaços elitizados. Escutei meus pares falando que, pela possibilidade do atendimento on-line, a escuta clínica se tornaria, finalmente, um pouco mais democrática ao se tornar virtual. As pessoas teriam mais disponibilidade, mais horários, mais recursos e mais acesso a um dos principais veículos de cuidado: a psicoterapia.

Frente à demanda crescente de cuidado, me vi preenchida pela visão de que então eu precisaria estar mais vigilante, mais disponível e mais

presente. Frente à necessidade do isolamento social para conter a disseminação do vírus, como psicoterapeuta percebi que me questionei o seguinte: como fazer MAIS e estar MAIS presente, se preciso estar isolada? Simples, minha mente respondeu ao observar as/os minhas/meus colegas: a internet virtualizou a presença.

Então podemos ser presentes na internet? Ao ver meus pares no Instagram, eles me responderam: sim, através de uma página. Faça uma página separada ou em conjunto à sua conta pessoal. Nesta página, utilize os recursos que o Instagram lhe proporciona: faça stories para assuntos rápidos, vídeos do IGTV para assuntos não tão rápidos, faça posts para reflexões mais profundas que ficam bonitas em forma de textos (mas que também não são lá muito cansativas: se não tem tempo para ouvir um áudio de alguns minutos, também não tem tempo para ficar lendo "textão", né?).

Eu comecei a usar o Instagram quando ainda era estudante de Psicologia, como uma conta pessoal. Em uma conta pessoal, imaginei que o jeito correto de usar a rede seria socializando características, gostos, preferências e também a ocupação profissional. Quando comecei a usar o Instagram não estávamos em pandemia. Assim, na pandemia, vi meu eu sendo confrontado e questionado o dia todo: não vai fazer uma conta profissional? Tu não és a favor da democratização da saúde mental? Se tu não podes atender presencialmente, tu tens que atender

on-line, e se tu vais atender on-line, as pessoas têm que te conhecer on-line. Senão, como elas vão te acessar? Tu não és uma psicoterapeuta acessível se tu não estás on-line: foi isso que eu escutei da pandemia, das/os minhas/meus colegas, dos que procuram o meu serviço (ou foi o que eu acho que escutei?). E estar on-line não é apenas o status "on-line": É fazer, como dito antes, stories, vídeos, posts e textos, com frequência e consistência.

Após divulgar aos meus pacientes que os atenderia on-line, pensei: bom, agora preciso me fazer presente e on-line também aos meus pares, para alcançar mais pessoas que precisem do meu serviço. Fiz alguns posts na minha conta pessoal. Pensei que se os meus amigos, colegas e familiares soubessem que estou atendendo on-line, seria o suficiente para cuidar mais dos outros e ser mais acessível. Mas o que é suficiente para cuidar dos outros e se tornar mais acessível perante uma pandemia? Não ter uma página profissional pareceu me colocar cada vez menos presente, menos acessível e mais isolada. E embora o isolamento na pandemia seja necessário, em um contexto profissional ele te torna invisível.

Não é o suficiente ser uma psicóloga em sua conta pessoal. Meus colegas pareciam mostrar isso. É preciso fazer frases impactantes, amparadas pela ciência e a favor do SUS, e se possível, não só no Instagram, mas também no Twitter. É preciso falar da implicação política da nossa escuta, é preciso democratizar a saúde mental via stories. É preciso fazer networking

com psicólogas/os de outras cidades, estados, planetas e universos, afinal, a internet alcança por lá também, e assim podemos estar mais disponíveis e mais acessíveis. Como millennial é preciso alcançar a Geração Z no TikTok, mesmo que seja cringe. É preciso trabalhar para disseminar o autocuidado e o cuidado com o outro, já que não alcançamos muitas vezes o contexto como um todo. Vamos fazer a nossa parte como psicólogas/os que, pela internet, se fazem presentes.

Sou uma psicoterapeuta que já faz psicoterapia há cinco anos. Nestes cinco anos de psicoterapia, trabalhei na escolha das minhas prioridades e no estabelecimento de limites para não sucumbir aos padrões inflexíveis e ao autossacrifício no trabalho e nas minhas relações. Mas o ser humano não age sozinho: ele se espelha no outro. E como eu vi os outros na pandemia? Sendo inflexíveis e autossacrificantes nos posts, nos stories, nos cursos, nas lives. E perder uma live, um post, um story, um curso, era quase perder o outro, e quando a gente perde o outro, é quase como se a gente perdesse a si mesmo. Não dá para perder: tem que acompanhar TUDO! Como sei que tipo de psicoterapeuta sou sem saber como são os psicoterapeutas?

Só que eu não quis, até então, ter uma página profissional. E isso deu lugar ao medo de me tornar invisível. Cheguei na psicoterapia e perguntei como posso estar visível e seguir existindo como psicoterapeuta sem fazer MAIS uma página, MAIS posts, sem estar MAIS vezes on-line e sem acompanhar MAIS os outros. Na psicoterapia,

o lembrete: a pandemia trouxe a necessidade de adaptação, e adaptar-se não é estar sempre on-line. Nisso, veio o alívio: eu podia estar presente e visível sem estar sempre on-line. Porém, eu abria o Instagram e o Instagram confrontava a minha terapia como um ciclo vicioso: mais colegas criavam páginas. E eu pensava: se eu não estiver on-line, aparentemente serei esquecida e estarei isolada.

Infelizmente não dei conta da enxurrada virtual. Meu corpo adoeceu. Ele adoeceu porque ver e escutar frases como CUIDE DE SUA SAÚDE, EXERÇA AUTOCUIDADO, ESTABELEÇA LIMITES em posts ilimitados é controverso. Acho que nenhum ser humano consegue internalizar o que é controverso, ele vai tentar achar uma direção porque a controvérsia é angustiante. Então, lá ia minha cabeça e pensava: mas... e o limite dos posts? Então, a/o psicóloga/o pode e deve dar limites e cuidar de si, mas deve ser inflexível nos posts, alcançar o padrão inalcançável de currículos e ser perfeccionista na apresentação das teorias e reflexões? É assim que vamos amparar todo mundo e atender às suas necessidades: dizendo SIM, toda hora, todos os dias, para todo o trabalho que surge em formato de demanda de cuidado?

Mas e a/o psicóloga/o? É disso que ela/ele precisa? De mais grupos de trabalho? De mais visibilidade? De mais pacientes (não param de surgir cursos: feche sua agenda, capte mais pacientes, tenha sucesso - como se isso fosse a medida de sucesso!)? Mais páginas?

Assim, a democracia em saúde mental será alcançada?

Ou será que a/o psicóloga/o precisa dizer: não?

Não, eu não atendo aos domingos ou feriados. Não, eu não faço atendimentos on-line em qualquer plataforma ou de qualquer jeito: isso dificulta meu serviço. Não, eu não faço posts todos os dias. Não, eu

não atendo toda e qualquer demanda. Existe um preparo atravessado pela ética, a ética do não: eu não sei tudo, logo, não atendo tudo. E se eu não sei tudo, eu não tenho como cuidar de tudo e nem de todos.

Eu entendi porque meu corpo adoeceu: eu tinha largado mão dos meus nãos, e deixado a porta escancaradamente aberta para o sim. Porém, este sim não era o sim do acolhimento, da empatia, do serviço. Era o sim do medo de tornar-me invisível, e, para não me tornar invisível, preciso fazer tudo o que meus pares estão fazendo.

Mas será que tem como fazer tudo, dizendo não a si mesmo?

Comecei a retomar meus nãos. Os pacientes viram os nãos e começaram a dar nãos, porque viram nisso um modelo de saúde: afinal, eles mesmos estavam também demandados e exigidos incessantemente em seus serviços e isso estava fazendo-os sofrerem além do que deveria ser permitido. E por que o trabalho on-line fez essa volta em mim entre o sim e o não?

Porque estar on-line parecia equivalente a estar presente, estar disponível, tornar-se visível, não estar isolado, ser pertencente, estar pronto para escutar, estudar e interagir a toda hora, a todo momento. Mas estar on-line não é isso, e estar presente não é estar on-line. Achava eu que o que me faltava era o atendimento presencial, reduzido na pandemia pela necessidade de isolamento, já que não

consegui estar sempre on-line. Mas o que me faltava era dizer: não.

Não tem como fazer tudo dizendo não a si mesmo.

Escrevo a todas/os as/os colegas psicoterapeutas que pararam de olhar para si a fim de seguirem presentes. Não é preciso dizer não a si mesmo para estar presente.



CARTA PARA DOMINIQUE, QUE EM ALGUMA OCASIÃO EXPRESSOU O DESEJO DE SER PSICÓLOGA

Amélia Bernadete dos Santos Granja¹³

Querida Dominique,

Como estão vocês? Espero que, no momento em que receberem esta missiva (escrevo rindo ao lembrar como o termo é retrô), esteja tudo tranquilo, que estejam todos bem. Mais ou menos adaptados/ajustados e felizes. O que achou do retorno às aulas presenciais? Sentiu saudades dos amigos e colegas?

Dou início registrando minha satisfação em escrever uma carta. Até iniciei a escrita no computador, mas decidi usar também papel e caneta, o que me fez recordar as tantas cartas enviadas e a ansiedade na espera das respostas. Lembro que às vezes levavam até uma semana para chegar ao destino. Sua mãe comentou dia desses que você nunca tinha recebido uma carta. Já lhe enviei um postal e um material do Museu de Anne Frank, mas carta é a primeira vez.

Estou vivendo um momento único. Um parêntese, uma vivência ímpar. Tenho reunido todas as forças para experienciar da melhor maneira este episódio histórico em nosso planeta. Pode crer que

¹³ Psicóloga, CRP 02/3842. Especialista em Psicologia no Âmbito da Saúde Mental. E-mail: ameliagranja@yahoo.com.br

não estou exagerando. Imagine que eu tinha uma vida estruturada, com horários e local de trabalho fixo, predefinidos, agenda organizada e liberdade para ir e vir. Eis que, no final de 2019, o novo Coronavírus foi detectado em humanos. O vírus era uma ameaça distante. Estava na China, na Europa... em São Paulo! A ameaça se aproximava do Nordeste. Lembro que eu havia passado as férias com vocês em Foz do Iguaçu e retornado a tempo para o carnaval em Olinda, já com planos de voltar para seu aniversário de 15 anos.

Até que, no dia 16 de março (uma segunda-feira que poderia ter sido apenas mais um início de semana), sentada no consultório, concentrada em questões relacionadas ao trabalho e alheia às notícias do dia, recebo o comunicado de uma mãe: o filho não iria à sessão de ludoterapia. A escola havia suspenso as aulas e a família se resguardaria. A partir desse alerta fiquei mais atenta aos noticiários e percebi que a ameaça já não estava tão distante.

No dia seguinte, fui ao trabalho no núcleo de equoterapia e lá também ocorreram muitas faltas. As pessoas estavam começando a se recolher em casa. Terça-feira determinante. É o que hoje chamo de data-limite, divisor de águas. A forma de ver e viver no mundo estava mudando. Foi assim que, literalmente de um dia para outro, mergulhei de cabeça - ou melhor, de corpo e alma/psique - no trabalho remoto. A quarta-feira costumava ser um dia cheio de atendimentos na clínica. Procurei comunicar aos clientes a mudança na forma de atendimento com a aparente tranquilidade e segurança que a ocasião exigia.

Minha familiaridade com a comunicação digital era a mínima necessária para a sobrevivência no século XXI - fui um dia usuária habitual do Orkut, evolui lentamente e cheguei ao WhatsApp para me

comunicar com os filhos quando viajavam, depois para o Instagram no intuito de "curtir" suas postagens, atendendo a seu pedido. Por aí foi traçada minha trajetória cibernética, basicamente estimulada por razões afetivas. Apesar da pouca intimidade com o mundo digital, o atendimento virtual já tinha ocorrido em situações pontuais. Nasci antes da televisão colorida, sabe? Telefones móveis e computadores eram apenas vistos em desenhos animados como Os Jetsons (animação criada na década de 60 por William Hanna e Joseph Barbera), ou ainda em livros e filmes de ficção científica. Estaria eu vivendo uma distopia? Há mais de quarenta anos, quando era estudante de Psicologia, li 1984, de George Orwell e Admirável Mundo Novo, de Aldous Huxley. Dois livros marcantes, que na ocasião desencadearam inúmeras discussões sobre futuro, ética, política e afetividade. Cito-os, pois, sei o quanto gosta de ler e me preocupo quando percebo que alguém acha que o "Big Brother" é apenas um reality da televisão.

Processar era preciso. Reinventar, reinstalar-me e ressignificar a situação. Estávamos numa pandemia. Digo "estávamos", embora ainda "estejamos" neste momento em que escrevo, meses depois. Continuamos. Pandemia, novas variantes do vírus, sindemia. Sindemia é um neologismo que tem origem nas palavras "pandemia" e "sinergia". Esse termo tornou nítida minha compreensão ao abranger condições tanto biológicas quanto socioeconômicas.

A despeito das dúvidas e inseguranças, uma certeza eu tinha: permaneceria ao lado dos clientes dando o suporte necessário e possível. Afastar-me estava fora de cogitação. A rotina seria reajustada.

As limitações diante dos meios de comunicação passaram a ser mero detalhe. Depois me dei conta de que não era bem assim. Mas segui. Um passo de cada vez.

Antes de dar início aos atendimentos da era pandêmica, listei minhas necessidades e receios:

- Atendimento à distância. Como estar e me sentir próxima do outro?

- Atenção com o sigilo e com o ambiente.

A partir daquele momento, as pessoas se comunicariam regularmente através de uma câmera. Dois clientes preferiram suspender temporariamente as sessões por não se sentirem à vontade com a nova modalidade. Não me senti capacitada para atender crianças no modo virtual e me disponibilizei para orientar os pais e responsáveis. Assim, refiz a agenda e iniciei uma nova rotina. Durante a formação acadêmica, os professores eram muito enfáticos e cuidadosos com a preservação da intimidade do indivíduo. Precisei, assim, criar um cenário neutro e acolhedor. Na sequência, até comprei umas plantinhas para humanizar o ambiente. No decorrer desse processo, foi curioso o comentário de uma pessoa, da área de ambientação, que achou o espaço muito parecido com o consultório em que fazíamos os atendimentos. Inicialmente estava em dúvida se iria se adaptar, mas se sentiu à vontade. A relação com cada pessoa é única.

Diferentemente das sessões do cenário pandêmico, quando atendia presencialmente fechava a porta ao final do dia, deixando as questões relativas ao trabalho na sala de meu consultório. Trabalhando em casa, fico protegida como numa bolha. Paradoxalmente, embora isolada, compartilho das ameaças comuns a todos. Quantos acompanham à

distância entes queridos hospitalizados, quantos não puderam ter uma rede afetiva ao enterrarem seus mortos? Ou ainda comemorar rituais de passagem como formaturas, aniversários e nascimentos? Conforme tenho ouvido, "estamos no mesmo mar, mas não no mesmo barco". A realidade mudou. Ao se aproximar, a ameaça nos une e nivela enquanto humanos. Os fantasmas são comuns, mas as condições adversas. Seriam as diferenças potencializadas enquanto a humanidade é nivelada? Eram questionamentos recorrentes que na condição de pandemia ficavam de certa forma mais esclarecidos à medida em que, com certa rapidez, passavam por minha tela mental as dificuldades inerentes a cada um. A estrutura e dinâmica familiar, os conflitos internos, os projetos. Medos e anseios.

Para algumas famílias, a comunicação virtual fluiu naturalmente. Alguns tinham privacidade em casa, ou até mesmo a possibilidade de migrar para uma casa de praia ou fazenda. Outros, tinham dificuldades relativas a espaço e privacidade. Os que trabalhavam na "linha de frente", receavam voltar para casa: os problemas de seus pacientes se confundiam com os deles próprios. Afinal, o desespero, o negacionismo e as dúvidas eram sentimentos que permeavam corações e mentes. Por fim, assim como eu, os clientes se adaptaram.

O atendimento presencial continua sendo importante, mas toda essa experiência mostrou que é possível um atendimento digital de qualidade.

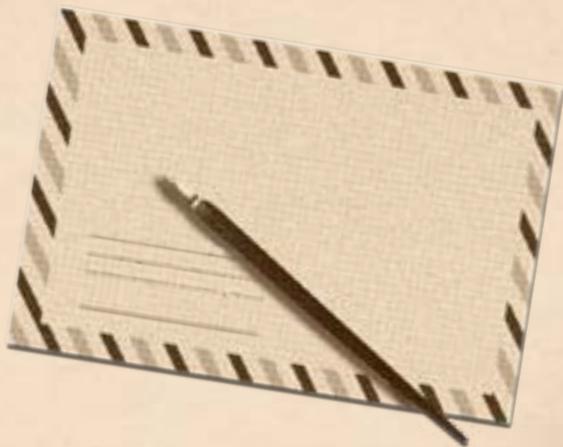
O sentimento ultrapassa e transpassa os limites da tela. Estou me organizando para retornar aos atendimentos presenciais, mas mantereí o modo híbrido devido à conveniência para algumas pessoas. Embora ciente de que haverá sequelas, acredito que esse período de tantas inquietações impulsionou não só a ciência, mas novos modos de vida.

Agora me despeço lembrando de Carl Rogers, ao dizer que o homem tem uma tendência ao crescimento, à atualização.

Um beijo da avó,

Amélia.

Olinda, 29 de junho de 2021.



SOBRE FRONTEIRAS E COLETIVIDADE: O QUE APRENDI E REFLETI SOBRE ESCREVER, ATENDER E HABITAR EM UMA PANDEMIA

Amanda Corrêa Rocha¹⁴

Querida leitora,

Você se lembra do dia em que a pandemia foi decretada? Aquele dia em que percebemos que realmente esse tal vírus que vinham falando era mais sério do que parecia e nos isolamos em casa na esperança de que em 15 dias tudo passasse? Aquele dia em que, por conta de uma certa ingenuidade e também escassez de informações, muitos saíram desesperados estocando papel higiênico e álcool gel? Acredito que sim, pois eu também lembro. Todos sabemos onde estávamos neste dia. É como aquelas histórias do 11 de setembro, cada um tem a sua memória e testemunho. Naquela metade de março de 2020, eu ainda não sabia, mas a partir dali eu precisaria me reinventar por completo ao perceber que teria que adaptar a clínica para a modalidade on-line, bem como, realizar boa parte de meu mestrado em casa. Além disso, minhas relações também viriam a se reinventar e entenderia como meu corpo reagiria a tantas mudanças.

Escrevo esta carta a ti, que assim como eu vem se questionando nesse último ano como habitar esses novos territórios virtuais. Acredito na potência da escrita e na narrativa de histórias como forma de criarmos redes de acolhimento e

14 Psicóloga, CRP 07/29922. Mestranda em Psicologia Social e Institucional (UFRGS). E-mail: psiamandacorrea@gmail.com.

fugirmos do perigo de uma história única, como bem aponta Chimamanda Ngozi Adichie (2009). Não por acaso, tenho realizado minha pesquisa de mestrado acerca dos processos de virtualização de escritas feministas em redes sociais e blogs na pandemia para assim encontrar algumas pistas de como habitar (ou criar novos hábitos?) neste que chamamos agora de 'novo normal'. Como ser pesquisadora, psicóloga clínica, mulher, amiga, filha à distância?

Conforme novos desafios surgiam e a pandemia tomava proporções enormes tirando a vida de milhares de pessoas (no momento em que escrevo esta carta chegamos à marca dos 500 mil mortos por Covid-19 no Brasil), mais percebia que a realidade do distanciamento e a virtualização das relações ainda perduraria. Me vi dentro de um apartamento vivendo o que parecia ser o mesmo dia repetidamente. Acordar, trabalhar, comer, acompanhar notícias, ficar extremamente desgastada e dormir. Nesse sentido queria escrever aqui sobre duas coisas: coletividade e fronteiras e o que elas têm a ver com a pandemia.

Sempre considerei a psicoterapia, a escrita e a pesquisa processos individuais, porém, hoje percebo o quanto necessitam também da coletividade enquanto presença física. Sinto falta de conversar com colegas frente a frente sobre os desafios da clínica, de sentir neles a paixão em discutir sobre Freud e Lacan, a tensão entre as linhas teóricas e todos esses momentos que podem sim acontecer por meio de webcams com bustos flutuantes, o ruído dos fones de ouvidos e o delay das conexões de wi-fi. Mas há algo que falta. É possível realizar uma escuta on-line? Certamente! Mas nesse processo de reinvenção e adaptação houveram também muitas

dificuldades. As queixas na clínica geralmente retornam à situação pandêmica e muitas delas, nós, psicólogas/os, visualizamos nitidamente. Afinal, também vivemos uma pandemia. Nesses momentos, percebemos que podemos oferecer essa escuta e acolhimento diante de um cenário tão triste, mas me parece tão difícil realizar isso à distância. A presença física no setting faz toda a diferença na relação transferencial: seja um movimento de pernas, uma hesitação, ou aquilo que estava prestes a ser dito mas é interrompido por uma falha de conexão (utilizando aqui o sentido amplo do termo). São encontros distantes, solitários. Eu te escuto daqui e você me fala daí, do outro lado de uma câmera.

Quando se trata de escrever e pesquisar é ainda mais complexo: como lidar com a angústia de desamparo da escrita em meio ao isolamento? Mesmo com a ajuda de grupo de pesquisa, orientadora e trocas entre colegas, a escrita e a pesquisa tornam-se solitárias. Enquanto mulher, tenho me ancorado em algumas escritoras para entender um pouco desta sensação, como Gloria Anzaldúa (2000), que me lembra que as vezes nós, escritoras do sul global, evitamos e adiamos a escrita, mas ela é necessária para (re)escrevermos nossas histórias mal escritas e apagadas por outros. Também me lembro de Conceição Evaristo (2005) que relata certa dor enquanto escreve, mas que ela se apazigua depois do texto escrito. Tem sido difícil escrever e pesquisar durante e sobre a pandemia. Mas percebo a urgência de tornar coletiva as muitas escritas e histórias

que venho lendo, para assim possibilitar a formação de redes e uma certa atenuação dessa sensação de 'será que só eu estou me sentindo assim? Só eu estou passando por isso?'.
tor vita
Nunc

Junto a isso, também venho reparando minha relação com fronteiras em tempos de distanciamento. Parece que, de certa forma, as fronteiras que existem em nosso cotidiano e permeiam nossos relacionamentos ficaram ainda mais evidentes. A fronteira entre corpos que devem permanecer distantes, a fronteira entre a casa e a rua, as fronteiras dos países que se fecham e todas essas linhas imaginárias que precisamos traçar para continuar vivendo e se relacionando por conta dos riscos e perigos que o rompimento dessas fronteiras pode causar. Fronteiras demarcam e separam, são constituídas por traços invisíveis que de alguma forma decidiu-se por dividir. Olho através da janela do meu apartamento e percebo as fronteiras que posso enxergar por meio de outras janelas: luzes amarelas, brancas, apagadas. Abro o computador e me deparo com as fronteiras entre eu e o outro que ali me escuta, sejam pacientes, amigos ou familiares. Linhas imaginárias e virtuais que nos lembram o momento em que vivemos.

A pandemia nos mostrou que é preciso nos distanciarmos ainda mais do que antes, criarmos ainda mais fronteiras para assim entendermos a importância do senso de coletividade. Não somos ilhas isoladas: precisamos uns dos outros.
Allig
rius
erat

Com muito carinho e pequenas pitadas de esperança, de uma psicóloga em constante reinvenção.
Portitor vitae. Carabatur

REFERÊNCIAS

Adichie, C. N. (2009). O perigo de uma história única. São Paulo: Companhia das Letras.

Anzaldúa, G. (2000). Falando em línguas: uma carta para as mulheres escritoras do terceiro mundo. Estudos Feministas, 8(1), p. 229-236.

Evaristo, C. (2005). Gênero e etnia: uma (escre)vivência de dupla face. In: Moreira, N. M. B. Schneider, L. (Orgs.). Mulheres no Mundo - Etnia, Marginalidade e Diáspora. João Pessoa: Ideia Ed. Universitária.



CARTA PARA MINHA QUERIDA AIMÉE

Ana Paula Fernandes de Lima¹⁵

Num momento tão conturbado, recorro escrever esta carta para poder, de algum modo, registrar de forma escrita tudo o que está acontecendo. São momentos de incerteza. Voltei das minhas férias, retomei os atendimentos no consultório, mas pelo que tudo indica, os atendimentos não poderão ser mais realizados de forma presencial. Passaram a utilizar a palavra pandemia para descrever o que está acontecendo no mundo através do vírus Corona. Cada dia tem sido de incerteza. Estou atenta a tudo o que tem acontecido e procurado me informar por meio de fontes confiáveis. Tenho acompanhado lives. São tantas! Mas tem me ajudado a me informar e poder passar dados corretos para meus clientes. Como vamos atender de forma on-line, tenho procurado me capacitar para isso. Até então, nunca atendi nesta modalidade. Preciso estar capacitada. Dúvidas surgem, modos de fazer nossas acolhidas serão diferentes. A interface com a tecnologia poderia trazer algum comprometimento? E os clientes já atendidos será que vão se adaptar?

.....

15 Psicóloga, CRP 07/24663. Especialista em Terapia Sistêmica. E-mail: lima74.anapaula@gmail.com.

Olá!

Tinha iniciado nossa conversa há alguns dias. Mas muitas coisas aconteceram. Deixei a primeira parte, para teres noção do que estava acontecendo. Agora vou te atualizar. Tudo mudou. Com a quarentena, o horário de funcionamento do comércio mudou. Somente serviços essenciais funcionam. Usamos máscaras e álcool gel de forma indiscriminada. Nossa equipe do consultório resolveu interromper os atendimentos presenciais. Como não temos nenhum caso grave, podemos realizar os atendimentos on-line. Fiz meu cadastro na plataforma e-Psi (uma espécie de cadastro para psicólogas/os que realizam atendimento on-line) e orientei a todos os clientes o modo novo que iniciariam. Meu coração estava inquieto, pois eu nunca antes havia pensando em realizar atendimentos assim. Tinha dúvidas quanto ao sigilo, se realmente meu cliente estaria se sentindo protegido em seu ambiente. Será que a interface tecnológica permitiria a troca, o vínculo terapêutico do mesmo modo?

Como Andolfi (1996, p. 37) cita em seu livro *A linguagem do Encontro Terapêutico*, que tanto amo, "os psicólogos de orientação sistêmica distinguem-se como grupo sobretudo na base de um propósito comum: para compreender o indivíduo é preciso compreender o contexto onde ele vive". Hoje, de forma literal tenho visto isso acontecer. Em suas casas, os clientes se colocam de forma muito espontânea. Através da tela, mostram um recorte e sua vida, e como administram seu espaço em suas casas. Nos

locais onde existem pets, eles costumam participar ativamente da sessão. Seja no colo, passando apenas para demarcar território e dividir a atenção que a mim é colocada, eles entram na sessão e a enriquecem. Sons acabam entrando às vezes também. E eles são tratados de forma natural. Outros, fazem questão de anunciar para toda a família que agora é a hora da terapia.

Outra coisa que a tecnologia possibilitou foi voltar a ver o rosto do outro. Não apenas os olhos e sua expressividade. À distância posso ver novamente o rosto completo. Que alegria! Ver o sorriso largo ou o choro sem a máscara limitadora. Lidar com a curiosidade e, talvez, as fantasias criadas sobre nós terapeutas e onde vivemos também fica mais concreto. Onde você está? Eram as primeiras perguntas quando viam que as paredes não correspondiam ao consultório tão familiar.

Algumas pessoas não se adaptaram, é verdade. Era difícil conseguir um espaço só seu, no momento em que todos estavam em casa. Outros acharam a mudança muito boa, já que não perderiam o tempo do deslocamento. Eles (as) e eu nos adaptando. A busca em meio a tanta agitação e confusão, por um espaço para a saúde mental. Um lugar digital onde podemos nos encontrar e fazer desse encontro algo terapêutico, onde a distância não impede que os fenômenos psicológicos existam. Pelo contrário, eles acontecem e não perdem a qualidade.

É bem verdade que essa forma de conexão acaba exigindo mais de mim. Me sinto mais cansada depois das sessões. A atenção sustentada, o foco no espaço reduzido da tela, parece que exige mais mentalmente. Mas aos poucos, vou me acostumando. No mesmo livro que

citei anteriormente, tem uma frase que acho ser bem pertinente ao momento: "Cada transformação (...) consiste em um equilíbrio criativo entre velho e novo que funciona como o principal fio condutor de cada encontro terapêutico..." (Sluzki, 1991). Procuro me equilibrar, sobre as teorias para utilizar as novas formas de atendimento, de acolhimento. Mesmo on-line, estar de forma inteira na sessão e, assim, realizar um trabalho de qualidade e com afeto.

À medida que as coisas forem ocorrendo minha querida, vou te deixando informada. Mas saibas que a troca tem sido enriquecedora. Tenho crescido muito como profissional. Um afetuoso abraço virtual da tua amiga Ana!

REFERÊNCIAS

Andolfi, Maurizio (1996). A linguagem do encontro terapêutico. Porto Alegre: Artes Médicas.



CARTA 16/06/2021 AO FREUD

Angela Borba Jung¹⁶

Caro Sigmund Freud,

Estive tão ocupada nesses últimos meses que não consegui me comunicar com o senhor. O caso é que estamos vivendo um momento muito distinto. Em nosso contexto familiar, político e profissional está tudo completamente diferente do que imaginávamos. Parece que o mundo virou as cadeiras com as patas para cima e tudo se paralisou.

A pandemia e a disseminação deste vírus nos impedem o contato físico com as pessoas. Estamos isolados em casa. No máximo, vamos ao ambiente de trabalho ou às compras.

Fui obrigada a pendurar uma plaquinha de "fechado" na porta do consultório, o que inicialmente imaginei que seria apenas um "volto logo". Porém, a situação do vírus tomou uma dimensão mundial; uma verdadeira loucura.

E os nossos pacientes?

Eles precisam de nós. Precisam falar, serem escutados, escutar a si mesmos.

Foi, então, nos oferecida a oportunidade de fazermos os atendimentos de forma virtual. O que antes era visto como uma prática incomum, agora chegou para ficar.

Eu, particularmente, já utilizava esse recurso, pois precisei dar seguimento ao atendimento de pacientes que foram morar em outros países. Nada comparado ao que foi migrar todos os pacientes, com

¹⁶ Psicóloga, CRP 07/21707. Especialista em Atendimento Clínico com Ênfase em Psicanálise. E-mail: angelaborbajung@gmail.com.

distintas estruturas. Não foi uma tarefa fácil, mas não houve alternativa.

Sinceramente, não percebi nenhum tipo de resistência. Houve, na verdade, um processo de adequação. Todos já estavam em trabalho analítico havia algum tempo, então tivemos que reconfigurar o setting, muito por parte dos pacientes do que da psicanalista.

Meu novo consultório, em casa, exigiu uma boa conexão de internet, bons fones de ouvido, e algumas características que o consultório antigo oferecia, como uma parede neutra e um espaço seguro, livre de ruídos externos. Meus pacientes precisaram de um tempo maior até perceberem que a televisão tinha que estar desligada; a porta fechada; e o ambiente modificado para que a sessão pudesse acontecer com a tranquilidade necessária. Nos adaptamos. Percebi que até mesmo o carro, para alguns, passou a oferecer esse setting, evitando as interferências do ambiente externo.

E o divã? Ah, pois é! O divã!

O divã sempre se apresentou como elemento facilitador da fala analítica, permitindo associações livres e possibilitando uma fluidez ao discurso do analisante. Sabemos que o olhar pode solicitar uma reciprocidade do outro, pois um gesto, um trejeito ou um suspiro podem fornecer interpretações que por muitas vezes dificultam o trabalho analítico. O divã, ao contrário, é um facilitador, e serve como uma espécie de chamado ao inconsciente.

Para reproduzir esse lugar de escuta e fala na forma virtual, iniciei as sessões com ambas as câmeras abertas, e logo a seguir a minha câmera era desligada, trazendo assim a suspensão do olhar para a virtualidade. Foi a maneira que encontrei para adaptar a sua técnica a essa nova conjuntura.

Até aqui, relato a experiência com meus pacientes antigos, que começaram comigo na forma presencial. Talvez o senhor também queira saber sobre os novos pacientes. Em duas oportunidades, pude oferecer uma primeira sessão presencial: achei que ela faria uma função importante, e fez. Mas essa não é uma condição imprescindível. Novas mudanças nas regras de distanciamento foram impostas, e as sessões presenciais se tornaram inviáveis. Os atendimentos passaram a ser, então, 100% virtuais.

Uma reinvenção se tornou necessária. Afinal, como proporcionar a transferência a um paciente que nos vê e ouve através de um computador, sem ao menos ter nos visto presencialmente? Da maneira como sempre foi: garantindo o sigilo, oferecendo escuta, aceitando os silêncios e permitindo que a fala aconteça naturalmente. Uma adaptação para ambas as partes do processo.

Dificuldades? Algumas. Resistências? Talvez, mas essas nós já conhecemos. Talvez ninguém esperasse, mas houve algumas facilidades também: a frequência aumentou, houve mais assiduidade, melhor aderência, e também posso dizer que, em alguns casos, uma melhor articulação no discurso.

As incertezas que permeiam o poder desse vírus aparecem diariamente na minha clínica.

Surgem fantasias sobre questões acerca da vida e da morte que atravessam fronteiras. Esse coletivo poderoso, cheio de mistérios e crenças, certamente provocará um impacto que ainda não podemos mensurar. Por ora, me parece que a pandemia permitiu em muitas falas a busca por interpretações, o anseio por respostas e o desejo de elaborar aquilo que antes era adiado.

Há, meu caro Freud, uma urgência nas questões de saúde mental.

Aprendamos, então, com o mundo, meu caro.

Aqui, me despeço.

Saudosamente,

Angela Jung.

Porto Alegre, 16 de junho de 2021.



UMA CARTA DE AGRADECIMENTO

Bruna de Almada Ghiorzi¹⁷

Querida,

Pensei muito em como me dirigiria a ti ao escrever esta carta. Por fim, escolhi uma forma de te nomear e nomear as demais mulheres que acolhi e escutei durante este período de pandemia, à distância. Queria começar dizendo que também não sabia como iríamos proceder para seguir nossos encontros sem aquele velho conhecido e confortável ambiente do consultório logo que soubemos da necessidade de distanciamento. Sobretudo, como faríamos sem aquele silêncio, já havíamos aceitado bem os eventuais ruídos e os raros motivos de interrupção.

Ao te oferecer que continuássemos nossos encontros de maneira remota, brinquei com a possibilidade de que seria por pouco tempo. Era mais do que uma brincadeira, era a minha esperança. Hoje, incrédula, já não lembro a quanto tempo não arrumo aquelas almofadas para te receber. Aprendemos em nossa formação sobre a presença discreta do analista e, inicialmente, eu achava que não poderia ser tão discreta assim ao invadir virtualmente a tua casa. Tu, no entanto, aceitaste prontamente e me convidaste às cenas do teu cotidiano muito mais do que apenas no simbólico das palavras, mas, irrompendo no real através das quedas do celular, um eventual barulho, uma câmera que se desloca ou mesmo propositalmente uma paisagem na tua janela que

17

Psicóloga, CRP 07/25594. E-mail: brunaghiorzi.psi@gmail.com.

me mostras e me conta do teu contemplar da mudança das estações as quais observa na rua.

Houveram momentos em que duvidei de que terias a privacidade necessária para o momento dos nossos encontros, mas tu, habilmente, encontraste possibilidades de construí-la. Seja na combinação com os familiares, seja no esconderijo do carro ou mesmo na casa de outras pessoas. Essas negociações aconteceram por aí e aconteceram por aqui também, e foram importantes para demarcar a singularidade dos nossos lugares.

Quando me dizias da tua angústia com a impossibilidade de fazer planos ou falava sobre o medo da morte e do adoecimento, eu escutava a ti e tua angústia também me calava fundo. Nós aprendemos a nos fazer calar, mas ainda não havíamos aprendido a atender situações que nos implicavam a todos em angústias semelhantes. Na faculdade ou na pós-graduação não havíamos conversado sobre o atendimento durante uma pandemia. Não soube antes como seria te ouvir falar das hospitalizações de teus familiares, do desemprego, da raiva de um governo irresponsável, do pavor que sentias ao pensar nas pessoas com fome ou da aflição em ver teus pacientes em sofrimento. Sem saber te escutei e acolhi, mas no fundo, eu também me angustiava. Juntas, nomeamos sentimentos, apontamos caminhos, aguardamos resultados, escutamos más notícias e atravessamos (?) os lutos, cada uma de seu lugar. Tem sido uma caminhada e tanto. A impressão é que muitos destes passos foram dados em um momento sombrio, mas alguma luz sobrevive por se saber em companhia.

Ao fim desta carta que te envio em agradecimento por reinventarmos o nosso espaço e pela paciência com a palavra trancada pela falha na conexão, pelo

barulho da obra do vizinho, pelos dias em que meus cachorros latiram na minha porta, invadindo o teu horário e pelos instantes em que o silêncio foi interrompido por alguma ansiedade em saber se havia delay na chamada, gostaria de pontuar o quanto as brechas nos nossos saberes nos permitiram a construção deste jeito novo de estar em sessão e gostaria de te dizer que desejo que o retorno ao consultório seja um novo momento, um novo lugar de fala e de escuta, pois ainda temos muitos escombros para remover, muitos destroços na paisagem, as muitas ausências que a poeira lá fora fez questão de marcar.

Até breve!

Bruna.



CARTA PARA ESPERANÇA

Caroline Daronco Campos¹⁸

Querida Caroline,

Quem te escreve é você mesma, aqui do futuro. Já estou em 2021 e quero que leias esta carta e percebas que no final tudo deu certo! Tenho muitas novidades. Acredito que você ficará muito surpresa com o nosso progresso. Estou maravilhada com a oportunidade de nos reinventarmos no meio desse turbilhão de acontecimentos, e sermos sobreviventes já é a maior comemoração. Infelizmente morreram até agora meio milhão de pessoas, só aqui no Brasil, e essa pandemia foi uma catástrofe. Ainda tudo está caminhando lentamente, continuamos em casa e quando saímos precisamos usar máscara. Mas, o inacreditável aconteceu, já existem vacinas e alguns países já estão com a vida normalizada, praticamente. Quero te contar que consegui montar um consultório on-line, ficamos paradas por alguns meses com o atendimento presencial. E pra finalizar vou te dar uma notícia maravilhosa sobre um projeto nosso que saiu do papel.

Espero que esta carta chegue até você naquela noite desesperadora, no final de abril de 2020. Eu percebi que as coisas teriam que mudar, a sensação de medo era horrível e ela demorou em passar. Mas passou! Ainda temos dias de muitas

18 Psicóloga, CRP 07/20076. Especialista em Gestão em Educação. E-mail: psicologacarolinecampos@gmail.com.

notícias péssimas, e estão morrendo conhecidos de muito perto. Amigos queridos se foram e o medo de ser contaminado paira sobre nós. Percebi que foi muito difícil de nos desapegarmos do modelo de vida que tínhamos. A rotina era tão adequada e se passava despercebida. Mas, foi o momento de parar. Parar e pensar o que é o mais importante. E os pacientes começaram a chamar e as ideias foram surgindo. Muitas capacitações de atendimento on-line apareceram e a gente abraçou a novidade. Tudo começou com uma publicação do CRP, e foquei na organização de um local que eu pudesse me sentir bem, mais profissional psicóloga, dentro de casa, para atender os clientes de forma virtual. E lembra que esse tipo de atendimento era repugnante entre nós? Pintamos o quarto, compramos um móvel novo e uma luz para melhorar a iluminação em frente à câmera. Instalei alguns aplicativos, li e reli as normas do atendimento, sobre acústica e sigilo. Combinei com a primeira paciente e admito que até começar a sessão tudo foi muito esquisito, mas a partir do momento que perguntei como havia sido a semana dela, tudo se organizou e me transportei ao consultório e nada mais me importou. O atendimento virtual é muito interessante, até porque no presencial, com máscaras, você não consegue ver muito a expressão facial do paciente. Ajustei a poltrona, montei um cenário e ali, naquele pequeno ambiente, tudo se construiu. É inexplicável perceber que a Psicologia se reinventou e a gente também. A maravilhosa surpresa de se dar

conta de que você pode ser terapeuta em uma situação tão inusitada, em meio a uma pandemia, e que nossa profissão é capaz de ultrapassar o consultório, além das paredes e ir para dentro da casa do paciente, é inexplicável.

Vou admitir que tive que fazer quase um manual de como é o funcionamento de uma sessão de terapia on-line, ou seja, usamos fone de ouvido, a sessão de terapia é só do paciente, numa sala fechada, e tudo se desenrolou muito bem. Aconteceram algumas ocorrências como uma paciente que ganhou um bebê e no final da sessão me mostrou o quarto da filha, o esposo e a criança, e os pequenos pacientes que queriam me mostrar a casa inteira. Foi uma caminhada, mas tudo aconteceu de uma maneira muito encantadora.

Os cursos e formações me preparam para um futuro muito ruim. Começamos com uma campanha para conscientizar as pessoas que o melhor lugar de ficar seria em casa e se criou o "#fiqueemcasa". Foi um período horrível, chorei muito e foi desesperador. Tivemos altos e baixos, e ainda temos momentos de desânimo e medo. Mas você nem imagina o quanto nos procuraram, como os pacientes aderiram ao virtual e quantos novos clientes surgiram. Ao te escrever lembrei do livro "Cartas a um jovem terapeuta: reflexões para psicoterapeutas, aspirantes e curiosos" do Contardo Calligaris (2004), no momento que ele pergunta: "O que você espera da profissão de terapeuta?" E aqui eu me fiz a mesma pergunta, em um novo formato: "O que esperamos de nós, como terapeutas durante uma pandemia?"

Nas redes sociais não faltaram sugestões do que fazer em "tempos de pandemia", expressão entre aspas porque virou um chavão essa fala. Dicas não faltaram! Veio a febre do fazer pão e tirar foto,

montar uma horta, tomar chá, ler livros, montar um cardápio saudável, enfim, fizemos tudo isso e até mais. Algumas coisas deram certo e outras nem tanto. Mas te fizeram seguir em frente.

Acada semana que passava eram novas conquistas. Alguns pacientes não conseguiram aderir ao online, e então foi o momento de se remodelar o consultório. Trocamos os móveis de lugar, agora temos álcool em gel em vários ambientes e tivemos que aderir a uma capa plástica horrorosa em cima do sofá, a qual facilita a higienização. Infelizmente não temos mais as nossas lindas almofadas e sabe o nosso tapete peludinho? Está guardado. Mas, nos reinventamos. Alguns momentos foram de grande ansiedade, como o dia em que recebi uma ligação de uma paciente contando que estava com Covid e que eu deveria ficar atenta a alguns sintomas, pois tínhamos tido sessão naquela mesma semana. Foram várias situações como esta e paramos várias vezes, mas sempre retornamos.

Mas, o melhor dia de todos foi o dia da vacina. Naquele dia, corri! Corri pela minha vida continuar! Corri pela vontade de estar vacinada! Recebi a ligação de uma ESF e ao ver o celular tocando o meu coração já bateu descompassado. Atendi a ligação sabendo que o dia tão esperado havia chegado. A sensação foi única e o entusiasmo, a vontade de contar para o mundo que tive o privilégio de ser vacinada tomou conta de mim. Num dos primeiros lotes de vacina fomos chamadas. Assim, veja só como nossa profissão nos ofereceu a oportunidade de sermos imunizadas, por estarmos atendendo nossos pacientes. Estamos na linha de frente, essa é uma outra expressão comumente usada nos dias atuais. Continuamos trabalhando sem parar e foi o que nos

fortaleceu.

E ultimamente estou tão animada com o mundo virtual. Tenho tanta novidade. Temos um canal no Youtube, ainda com poucos vídeos, mas estamos com planos. O Facebook se perdeu em meio às opiniões políticas, então não estamos mais tão interligados. E no Instagram estamos com várias opções de oportunidades para divulgar nosso trabalho, conhecer novas/os profissionais. Entramos numa especialização EAD, e tira esse preconceito da cabeça! Porque o "à distância" é o que temos na atualidade e foi ele que nos ajudou a mantermos a vida normal, sem termos que parar. E vamos, começamos um mestrado de forma híbrida.

E pra finalizar, te conto que em dezembro já terminaremos essa pós-graduação em Arte. E com ela a ideia do "Atêlie terapia em arte" começou a tomar forma. Estamos com vários projetos para que o artesanato, como o nosso macramê, se torne algo acessível aos pacientes. De forma terapêutica estamos incluindo esses planos à nossa rotina, pois o momento de cuidar de sua casa, e de cuidar de si, chegou. Por isso te peço que não te falte esperança! Acredite que teu papel social fez diferença na vida de muitas pessoas. Nunca se falou tanto em pensar no coletivo. Você está no caminho certo e te deixo a palavra que não sei o que virá pela frente, mas o que já está acontecendo é a sensação de estar preparada para novas mudanças.

Cruz Alta, 30 de junho de 2021.

REFERÊNCIAS

Calligaris, Contardo (2004). Cartas a um jovem terapeuta: reflexões para psicoterapeutas, aspirantes e curiosos. Rio de Janeiro: Elsevier.



NOTÍCIAS AOS COLEGAS, SOBRE A PRÁTICA CLÍNICA ON-LINE

Chaveli Dockorn B. Kinn¹⁹

Às/Aos colegas psicólogas/os,

Espero encontrá-las/os bem dentro das possibilidades e do momento de vida de cada um.

Diante do 16º mês do enfrentamento da pandemia do Coronavírus, que ainda se dissemina pelo nosso país e restante do mundo, Porto Alegre agora conta com 50% de sua população adulta vacinada. Isso é um número expressivo, mas ainda requer maior agilidade, divulgação e conscientização por parte dos órgãos públicos para que avance, dado o alto potencial de proliferação do vírus. No dia 11 de março de 2020, a cidade confirmava a sua primeira vítima, uma mulher de 91 anos de idade, e 145 eram os números de casos positivos. Atualmente, o Rio Grande do Sul contabiliza 32.623 mortos, e 1,27 mil casos confirmados. Ainda não nos encontramos em terreno seguro. É inverno e enfrentamos um período de grande contaminação. O Brasil registra ao todo 540.398 perdas, sendo que 5.239 se deram aqui em Porto Alegre, que computa o maior número de falecimentos entre as cidades do nosso estado.

Eu, assim como muitos de vocês, ainda não retomei minha rotina de trabalho presencial em consultório, local do qual nunca havia ficado

¹⁹ Psicóloga, CRP 07/14027. Especialista em Atendimento Clínico e Especialista em Tratamento na Clínica dos Transtornos do Desenvolvimento da Infância e Adolescência. E-mail: chavelid@gmail.com.

tanto tempo distante, desde o início de minha prática clínica, em 2009. Sigo lançando mão do recurso digital como ferramenta de trabalho, atendendo a maioria de meus pacientes através do dispositivo online. O momento segue nos exigindo comprometimento, atenção, cuidados e perseverança, e que diante da necessidade de retomada presencial de nossa prática, esta seja avaliada individualmente. Considerarei imprescindível reencontrar pessoalmente neste meio tempo três pacientes por condições muito singulares.

Aqui me cabe contar sobre um antes, um antes relativamente próximo na linha do tempo, especificamente o início de março de 2020, quando de uma hora para outra fomos informados da necessidade urgente de que atividades profissionais de comércio e ensino fossem suspensas, e que somente atividades essenciais deveriam seguir funcionando em horário reduzido e com controle do fluxo de circulação. Informe-me acerca das recomendações e protocolos de segurança: use máscara, evite locais fechados, realize a higienização das mãos com água e sabão com maior frequência, ou com álcool em gel, mantenha os ambientes arejados permitindo a circulação do ar, fique em casa e restrinjam sua circulação ao estritamente necessário, iniciem um período de isolamento social, "mantenham a calma, é simples" indicavam alguns tweets e reportagens informativas.

"Cancelemos as consultas", sugeriram alguns pacientes, "posso esperar, retomamos assim que a situação estiver normalizada", afirmavam outros. Mas eu não tinha parâmetros que me garantissem o quanto exatamente a necessidade destas medidas restritivas iriam durar. E, então, foi aqui que

já de pronto iniciou, para mim, um trabalho de adaptação de minha vida particular, rotina e local de trabalho (porque eu e minha família também sofreríamos os impactos das mudanças em nosso dia a dia com a necessidade do isolamento), estendendo a todos os pacientes (adultos, adolescentes e criança) uma nova configuração de atendimento, que não ficaria mais exclusiva aos que até então passaram a residir em outro estado ou outro país e que já estavam familiarizados aos recursos tecnológicos realizando esta mediação.

Em pouco espaço de tempo organizei e ampliei uma estrutura de trabalho aos moldes de um consultório tradicional. Isso implicou na escolha de local privativo e o resguardo das condições de atenção e sigilo, qualidades éticas fundamentais que devem ser garantidas aos pacientes, além de bons equipamentos, materiais gráficos, alguns brinquedos e livros. Tratou-se de poder seguir defendendo a circulação e elaboração da palavra lançando mão de mais ferramentas (telefone, aplicativos de celular e computador com o uso ou não da transmissão de imagem) conforme os recursos disponíveis e toleráveis para cada paciente, no intuito de que pudessem dar continuidade ao movimento de se pensar, ainda que em isolamento.

Justamente, por todos nós estarmos temporariamente privados de nossa liberdade de circulação plena pelo risco da contaminação por um vírus altamente transmissível, o qual começava se confirmar letal em alguns casos, foi imprescindível seguirmos articulando condições de pensarmos em nome de um bem comum, que é a preservação da vida, reclusos em quarentena, e

através da potência da articulação das redes simbólicas de cada um.

Compartilho com vocês meu receio de soar impositiva a utilização dos recursos digitais. O importante e fundamental, para fazer frente a isso, foi que convidei os pacientes para apostarem na tecnologia à nossa disposição. Iríamos construindo e adaptando o que fosse necessário. Precisei sinalizar algumas mínimas condições, as quais eles também deveriam observar e garantir para a realização daquele momento de atendimento, condições essas que incluíam um espaço confortável, resguardado e, principalmente, de privacidade.

Para lembrarmos do quão delicada e complexa se trata a forma como as pessoas se organizam em suas realidades particulares e no cotidiano, esta proposição inicial de privacidade, que não é qualquer uma, de pronto foi problematizada. Viram-se diante de uma situação inesperada que os convidava a invenção de algo jamais pensado, o que levou alguns a rechaçarem-na de pronto e seguir aguardando o reencontro dos atendimentos presenciais, outros inibidos e pouco confortáveis. Assim como, também houveram os que se aventuraram a seguir em um novo formato, entre estes, os que escolheram um cômodo da casa como o mais propício para tal, dentro de seus carros nas garagens, no banheiro de suítes, varandas, jardins, entre outros...

Não foi sem resistências e percalços que esse primeiro momento se desenrolou. As primeiras sessões eram permeadas por muitas

dúvidas, inseguranças e incredulidade. Penso que justamente por se tratar de algo abrupto que se interpôs na vida de todos, e também porque jamais será sem consequências termos que abdicar da presença, admitir a perda da representação através da corporeidade própria e a do outro, corporeidade esta que era o que até então organizava e pautava as relações. Em que registro ficou situado o corpo a partir destas mudanças? Passamos a interrogar justamente as várias representações e as problemáticas em torno das quais os sujeitos padecem considerando a distância. O isolamento excessivo dos idosos, as problemáticas parentais em relação à privacidade e circulação dentro dos lares com adolescentes e crianças, o tempo estendido de convivência, a necessidade de afastamento nas separações dos casais ou as lacunas abertas nas relações amorosas e de amizade.

Um desafio novo e importante com o qual me deparei foi no manejo da transferência de trabalho. Mediada pelas telas, agora a relação que se constrói passa a incluir um palco/cenário e ângulos específicos escolhidos por cada paciente, modificado vez ou outra, e junto dele também uma nova percepção dos silêncios, das pausas, dos sons e interferências das mais variadas, inclusive ocasionadas pelo próprio sistema tecnológico. Até onde alcança e o que deve considerar a nossa intervenção? Dialoguei com colegas sobre esta nova atmosfera que é armada nas sessões, e pensamos que a princípio, tudo resguardará um potencial em si, como significativo, que poderá se articular à fala do

paciente, ou não, de forma que as interpretações seguiriam respeitando o que se atualiza em transferência na relação com o analista.

O que se ganhou, e o que se perdeu? É uma ponderação que nos cabe enquanto profissionais, uma vez que estamos todos confrontados com tais impasses e reinvenções, inclusive enquanto analisantes. Trata-se de acompanharmos as consequências destes deslocamentos e transformações, os efeitos dele sobre cada paciente, o que inclui também reconhecer a limitação da ferramenta ou a não recomendação dela para determinados quadros psicopatológicos, condições específicas ou faixa etária. No geral, me deparei com uma boa aceitação e adesão dos pacientes nesta experiência de passagem de um modelo/formato para o outro, inclusive havendo um aumento de demanda de trabalho no transcorrer dos meses.

Lembra o que animava Sigmund Freud na escrita das cartas endereçadas a Wilhelm Fliess, em 1900. O que ele já ensaiava ali através da escrita era a possibilidade de sua própria análise, na eleição de um interlocutor, um destinatário, ao mesmo tempo em que se propunha remetente nesta relação balizada por certa alteridade. Trata-se do mesmo o que segue sustentando a escuta clínica em espaço digital? O que estará em jogo é a implicação do desejo do analista, na escuta das determinações inconscientes, em permanente movimento de abertura, fazendo sentir seus efeitos e viabilizando sua articulação. Na

consideração das referências culturais de cada sujeito, os avanços tecnológicos de seu tempo, em uma ultrapassagem do que se poderia considerar apressadamente como barreiras mas que, no entanto, acabam por se confirmar enquanto pontes.

Palavras são como pontes, e pontes viabilizam travessias.

Coragem para avançarmos. Um abraço afetuoso,

Chaveli Dockorn B. Kinn.

Porto Alegre, julho de 2021.



CARTA PARA O GRANDE OUTRO PARA FALAR DA ESCUTA CLÍNICA PERMEADA PELA TECNOLOGIA

Daniel Costa da Rocha²⁰

Querido Grande Outro,

Como esta é a primeira carta que escrevo depois de muito tempo, e como você me pediu para falar sobre como tive que me reinventar com a escuta clínica junto à tecnologia, e partindo do princípio que estou fazendo uma Especialização em Psicanálise, optei por me dirigir a você por "Grande Outro", que para Jacques Lacan seria o "encontro do inconsciente com a linguagem". Não, eu também não entendo muito de Lacan. Pesquisei essa fala no canal do YouTube do Christian Dunker, aproveitando que você me pediu para falar sobre as tecnologias.

Perdoe minhas frases longas. Talvez sejam fruto do que Freud recomendava a seus "médicos que exercem a Psicanálise": deixem os pacientes falarem livremente, sem crítica. Façam o que quiserem. E para os terapeutas: mantenham a atenção "uniformemente suspensa", sem se prender a nada, a princípio.

Não sei se você sabe, mas até meu último semestre na faculdade, eu mal tinha celular. Em uma noite de sexta-feira, a professora estava falando sobre a necessidade que tínhamos de

²⁰ Psicólogo, CRP 07/33634. Centro Universitário FADERGS. Especializando em Psicanálise. E-mail:distantestrovos@gmail.com.

acompanhar as mudanças e perguntou à turma: "Quem hoje em dia não tem WhatsApp, por exemplo?". Minha colega começou a rir e me olhou. Ergui o braço e disse: "Eu não tenho. Na verdade, escrevo cartas até hoje". Uma ou outra colega suspirou, mas o restante da turma me olhou como se - imagino - estivessem em frente a um alienígena. "Como assim, você não tem WhatsApp?", me dirigiram com olhares de bullying. Não, eu não tinha.

Em março do ano seguinte, 2020, coleei grau. A minha foi a última formatura presencial que houve em Porto Alegre, pois dias depois chegou a pandemia do Covid-19, o lockdown, e tudo mudou. Achei, como muitas pessoas acharam, que aquilo não ia durar muito e, portanto, nem tive pressa para fazer meu CRP. Mas conforme percebi que a pandemia ia durar mais do que "alguns meses", tive que necessariamente me reinventar.

Eu já estava fazendo a minha análise pessoal por chamada de vídeo, mas com um celular emprestado. Havia chegado o momento de aprender a nadar no marenato: consegui um celular que tinha WhatsApp, fiz meu CRP e me cadastrei no e-Psi. Eu que mal tinha celular, tive que aprender - e ainda estou aprendendo - a usar o Instagram. Comecei a gravar vídeos, compartilhar perspectivas. Tive que estudar mais sobre "como os pacientes chegam até nós?", que é um assunto sobre o qual pouco ouvi durante a graduação.

Minha primeira paciente surgiu assim. Não conhecia outras/os psicólogas/os que haviam tido seus "primeiros pacientes" a partir da internet, mas imagino que diversas das minhas colegas (pelo menos das que se formaram comigo) também

tenham começado assim. Percebi através da minha análise pessoal que o processo de transformação flui bem. Tanto no on-line como no off-line (afinal, o "virtual" também é "presencial", porque estamos, a dupla terapêutica, ali: ao mesmo tempo).

Embora ainda não soubesse que ela seria minha primeira paciente, Natasha (nome fictício) já havia se interessado pelo meu trabalho, pelo "cuidado que demonstro com o outro", em suas próprias palavras e a partir da minha fala nos vídeos. Quando ela manifestou o interesse em ser atendida por mim, fizemos algumas combinações iniciais, a começar por marcarmos uma entrevista inicial, para eu entender qual sua demanda "manifesta" e condições financeiras (afinal, agora eu era um profissional).

Acho que foi um processo natural, porque me formei psicólogo já na pandemia, e o uso das tecnologias já era uma realidade crescente para os atendimentos à distância. O que foi um ganho secundário para mim. Inclusive, porque minha primeira paciente morava em outro estado, e se não fosse a internet, nem poderia atendê-la.

Combinamos o primeiro dia da terapia. Aguardei ansioso, o que seria esperado para um primeiro atendimento clínico, mas mais ainda para um primeiro atendimento clínico à distância. Havia feito estágios acadêmicos e estudado anos para finalmente poder viver aquele momento. Nada poderia dar errado, certo? Tudo preparado, fiquei aguardando o horário. Na hora combinada... tive problemas na internet.

Natasha me ligou, eu liguei de volta. Não conseguíamos nos comunicar. Minha neurose e alguns mecanismos de defesa psíquica se intrometeram no caminho. Meu nível de ansiedade subiu rápido, bem rápido. Isso jamais ocorreria em uma consulta presencial, mas como costume dizer, "a vida é a arte do improviso". No meio do que era para ser a consulta, pedi para Natasha aguardar.

Corri para o prédio em frente ao meu "consultório digital", onde mora uma parente minha, pedi licença, fiz a ligação para Natasha e - felizmente - deu tudo certo. É evidente que mantive os mesmos cuidados com o sigilo, embora em meus minutos iniciais ainda estivesse meio tenso por causa do ocorrido. Mas como havia aprendido a recuperar a calma, inclusive com outras demandas de estágios ao longo da graduação, o restante do atendimento transcorreu sem "demandas do mundo externo". Apenas com Natasha falando sobre questões pessoais, demandas da vida emocional, família e trabalho. Assuntos de inconsciente.

Ela me pediu para ajudá-la com certa dificuldade na vida profissional, apesar de ter percebido ao longo da sessão que sua demanda consciente encobria seu conflito inconsciente - e lembrei de Contardo Calligaris, quando ele recomendava, como Freud, "não ter pressa de curar", e deixar os sintomas virem à tona.

Ao longo da semana, Natasha me agradeceu, disse que havia feito mudanças em sua vida a partir do atendimento que teve comigo, e que tinha "diversas coisas para mexer". E ainda acrescentou um pedido para não deixá-la desistir da terapia. Entretanto, nas semanas seguintes, não compareceu mais às consultas. Na primeira e segunda semanas, ela havia dado uma "justificativa"; depois, Natasha desapareceu.

Fiquei um pouco frustrado, confesso. Quando

comentei sobre a evasão terapêutica com uma psicóloga mais experiente, ela disse: "Bem-vindo ao mundo da Psicologia".

E assim foi a história de como tive que me reinventar para escutar clinicamente em meio à pandemia e à tecnologia, e tive minha primeira paciente. Quando tiver mais novidades, escrevo outra carta. E obrigado pela oportunidade de escrever. Estava com saudades de escrever missivas.

Espero que minhas palavras cheguem até você, e com saúde.

Um grande abraço,
Daniel.

REFERÊNCIAS

Calligaris, Contardo (2004). Cartas a um jovem terapeuta: o que é importante para ter sucesso profissional. Rio de Janeiro: Elsevier.

Dunker, Christian (2016). "O que é o Grande Outro para Lacan?" Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=WUCG06nbbBY>. Acesso em: 29 jun. 2021.

Freud, Sigmund (1996). Recomendações aos médicos que exercem a Psicanálise. In: Obras psicológicas completas de Sigmund Freud: edição standard brasileira. Rio de Janeiro: Imago. Publicação original de 1912.

v



CARTA A UM AMIGO SEPARADOS PELO TEMPO E O ESPAÇO

Ederson Juliano Sezimbra²¹

Envio essa carta a todas as pessoas que durante a pandemia e o isolamento me procuraram e também aquelas que por uma questão ou outra deixaram de procurar. Sendo assim, vou reunir todas em um único paciente ou amigo, que separados pelo tempo e o espaço vou contar brevemente minhas memórias desses tempos desafiadores, o qual chamarei de Freud.

Caro Freud, estou escrevendo essa carta endereçada a você porque tenho sentido certa ansiedade nos últimos tempos, tenho sentido grande vontade de falar sobre tudo isso com alguém e imagino que você seja a pessoa mais indicada para me ouvir nesse momento. Quero te dizer que desde sua época, nossos atendimentos mudaram um pouco e precisamos nos aproximar bem mais de nossos pacientes. A reinvenção tem sido algo que caminha junto com nossa escuta clínica.

Tu bem sabes ou deve lembrar que trabalho sobre a teoria da esquizoanálise²² e esta, por si só, já estabelece critérios transdisciplinares²³ no modo de fazer clínica. Então, meu trabalho está sempre baseado nas cartografias que vou desenhando durante meus atendimentos, tal qual a

21 Psicólogo, CRP 07/25851. Especializando em Docência do Ensino Superior. E-mail: sezimbra.psicologia@gmail.com.

22 Teoria que apresenta uma visão crítica ao modelo psicanalista de compreensão do sujeito, entendido por ela como reducionista (Hur e Viana, 2016).

23 Esta é uma construção que Segundo Cristina Rauter (2015) surge a partir da atitude do psicólogo clínico na construção de estratégias clínicas de atendimentos.

proposta de Deleuze e Guattarri (apud Rolnik, 2014). Caro amigo, se me permite assim chamá-lo, estou há cinco anos formado e bem sabe o quanto é desafiadora nossa prática cotidiana. Vinha me firmando em consultório e os pacientes passavam a me procurar com mais frequência e, então, veio a pandemia. Tudo se fechou, não havia outra forma de fazer, se não o isolamento para impedir a proliferação do vírus mortal, a Covid-19 (OMS, 2020).

Felizmente pude me isolar em casa, diferente de tantos que não puderam, pois prestavam serviços essenciais ou estavam na linha de frente. Porém, em casa passei a pensar em formas de entrar em contato com as pessoas. Então, passei a me colocar sempre à disposição, dia ou outro deixava em meu status que estava aberto para uma conversa a quem precisasse, e, assim, gradativamente passaram a surgir interações de múltiplas partes: amigos, conhecidos ou desconhecidos até o momento. Perto ou distantes passaram a interagir via direct ou mensagem de WhatsApp, e percebia que por estarmos em isolamento, essa procura não estava associada apenas a uma conversa eventual, mas sim, com uma necessidade de se exprimir, uma busca por falar e ser escutado.

Passei a ficar mais atento a essas pessoas e, ao contrário do que pensei inicialmente, ninguém desejava chamada por vídeo. Eram conversas curtas e interações fragmentadas vindas via mensagens de texto. Também via ligações, às vezes, tarde da noite. Eram pessoas

querendo falar sobre suas ansiedades, medos, anseios, frustrações, sensações e emoções tão semelhantes às minhas naquele momento.

Procurei também, a fim de aumentar nossas interações, fazer lives falando sobre questões relacionadas a Psicologia, ao isolamento, a pandemia, mas não usando apenas esse artifício para me aproximar. Mas, sim, através de discussão sobre um filme ou livro. Também produzi vídeos falando sobre diversos temas aos quais disponibilizei nas minhas redes sociais e que tiveram algumas expressivas interações.

O que senti nesse período foi que muito além de ajudar os outros, percebi que essa proximidade também me fortaleceu como pessoa e como psicólogo. Estou e estava bastante ligado ao território existencial²⁴ do consultório e a pandemia esborrou essa possibilidade. Porém, também percebi que muitas pessoas estavam ligadas a esse mesmo território, pois mesmo sabendo da possibilidade de serem atendidas remotamente, esperavam os pequenos espaços em que liberavam a abertura dos consultórios para marcar consultas e devo reconhecer que o ano pandêmico foi o qual tive maior procura desde o início de minha atuação. Porém, essas procuras não estavam associadas a pandemia em si, mas a situações e emoções armazenadas a tempos de outros acontecimentos que emergiram com força brutal durante esse período, o que impossibilitou as pessoas qualquer tentativa

24 Segundo Deleuze e Guattari este configura-se na capacidade subjetiva da pessoa em se reconhecer em determinado contexto (Santos, 2016).

de fuga ao enfrentamento dessas questões, as obrigando a buscar ajuda profissional.

Destarte, atualmente quando parece que um pouco de normalidade se apresenta com o surgimento da vacina, os pacientes têm voltado a marcar consulta no consultório. É como se de alguma maneira ainda estivessem ligados a esse espaço, tal qual como nós seria necessário desterritorializar²⁵ essas estruturas para que o espaço virtual seja, então, compreendido como lugar de fala ético e seguro.

Quero dizer, caro Freud, que em última análise, estamos um pouco distantes de reinventarmos uma maneira menos ortodoxa de atuação, temos que nos modificar para, então, modificar o olhar do outro sobre nossa atuação. No entanto, a possibilidade de atender por meio virtual graças a promulgação da Resolução CFP nº 4, de 26 de março de 2020, do Conselho Federal de Psicologia, vem para arejar estruturas rígidas e decalcadas de atendimento e nos propõe um desafio que é o de sermos mutantes capazes de atuar de forma híbrida associando o atendimento presencial quando possível com o atendimento síncrono ou assíncrono por meio das tecnologias da informação (TI). Creio que as TI vieram para ficar, mas teremos um longo período de adaptação pela frente, que esses tempos tão tristes e desafiadores sejam capazes de deixar um legado positivo, o de modificar o modo de nos relacionarmos com as pessoas que nos procurarem para falar sobre suas questões pessoais no limiar de nossa prática clínica.

Um abraço desse admirador,
Ederson Juliano Sezimbra.

REFERÊNCIAS

Conselho Federal de Psicologia (2020). Resolução CFP nº 4, de 26 de março de 2020. Dispõe sobre regulamentação de serviços psicológicos prestados por meio de Tecnologia da Informação e da Comunicação durante a pandemia do Covid-19. Disponível em: <https://www.in.gov.br/en/web/dou/-/resolucao-n-4-de-26-de-marco-de-2020-250189333>. Acesso em: jun. 2021.

Hur, D. U.; Viana, D. A. (2016). Práticas grupais na esquizoanálise: cartografia, oficina e esquizodrama. Arquivos Brasileiros de Psicologia, v. 68, n. 1, p. 1- 15.

OMS (2020). Cronograma: resposta COVID-19 da OMS. Disponível em: <https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019/interactive-timeline>. Acesso em: jun. 2021.

Rauter, C. (2015). Clínica Transdisciplinar: Afirmação da multiplicidade em Deleuze/Spinoza. Revista Trágica: estudos de filosofia da imanência, v. 8, n. 1, p. 45-56.

Rolnik, S. (2014). Cartografia Sentimental: Transformações Contemporâneas do Desejo. (2 ed). Porto Alegre: Sulina; Editora da UFRGS.

Santos, D. M. R. dos. (2016). Territórios existenciais e narrativas de trajetórias escolares. Revista Brasileira de Pesquisa (Auto) Biográfica, v. 01, n. 02, p. 356-369.



CARTA ABERTA SOBRE AS (RE)INVENÇÕES DA CLÍNICA

Gabriela Lemos de Pinho Zanardo²⁶

Cara(o)s pacientes,

Sei que não costumo me dirigir a vocês falando sobre minhas vivências, exceto raras oportunidades em que faça sentido. Isso porque entendo que o espaço é para que eu possa escutá-la(o)s e para que falemos sobre as suas experiências, sentimentos, pensamentos, expectativas... Porém, pensando que dividimos esse período, situações e transformações, acredito que seja honesto que possa endereçar esta carta a vocês.

Lembro bem que na primeira semana de março retomava as atividades letivas daquele que seria o último ano da formação em Psicanálise e do doutorado, com grandes expectativas de que este intenso período de estudos se encerrasse. Também me preparava para apresentar um trabalho, que havia recebido um prêmio no ano anterior, no início das atividades científicas do ITIPOA. Os atendimentos no consultório seguiam seu curso após a pequena pausa para as férias em fevereiro. Mas já no início das aulas, dos encontros do grupo de pesquisa, falava-se sobre o coronavírus, os casos na China e na Europa, e os primeiros casos do Brasil. Recordo que ainda me parecia surreal que tivéssemos

26 Psicóloga, CRP 07/20103. Doutora em Psicologia. E-mail: gabrielazanardo@hormail.com.

que parar de nos cumprimentar, alterar ou interromper as atividades presenciais.

E foi quase, literalmente, de uma hora para outra que isso aconteceu. Em uma semana, o evento de apresentação do prêmio foi suspenso, ao final de semana recebemos o aviso de que as aulas presenciais seriam canceladas, e protocolos de cuidado de higiene de mãos, janelas abertas e distanciamento das poltronas foram introduzidos no consultório, assim como, a perspectiva de que os atendimentos poderiam passar a ser realizados de forma on-line. E foi de um dia para outro que isso mudou. A possibilidade virou uma definição: passaria a efetivar as sessões virtualmente.

Não houve tempo para a preparação, para trabalhar essas mudanças dentro do processo terapêutico, do vínculo e da história de cada paciente. Tivemos que agir e entender os impactos e significados disso a posteriori (só-depois). Dentro de mim, algumas dúvidas de como proceder. Do lado de fora, precisava organizar o local que conseguiria realizar as sessões, com privacidade, a partir da minha casa. Do lado de dentro, apesar de já ter realizado pouquíssimos atendimentos nesse formato, com a ideia de transitoriedade (enquanto pacientes passavam por um período de recuperação pós-cirúrgica ou de mudança de cidade), apareciam questões: por meio de qual ferramenta realizar os atendimentos? Como procederia a chamada?

Quem a iniciaria? No consultório estava evidente que o paciente deve chegar à sala de espera - no tempo que puder - e, dado seu horário, a sessão começa. Caso chegue atrasado, se inicia a partir deste momento, e se por ventura não compareça, fica evidente a sua ausência. Mas de que forma aconteceria nesse formato virtual?

Fomos junta(o)s estabelecendo um formato, através do aplicativo que funcionasse melhor para cada um(a). Avisei que estaria disponível a partir do horário e poderiam iniciar a chamada. Cada um(a) estabeleceu sua forma, dando "oi", perguntando se poderia ligar, ou iniciando a ligação diretamente. Fomos junta(o)s entendendo como essa transição acontecia, falando das estranhezas, seja da sessão virtual, seja da pandemia e do distanciamento social.

As dúvidas se a transferência aconteceria, se o setting seguiria preservado, se o vínculo se manteria, foram sendo dirimidas com o passar do tempo. E mais do que nunca, o trabalho do "nós" foi colocado em evidência. Diferente de toda a minha prática, em que em geral nós terapeutas e analistas nos abtemos, utilizamos de uma certa neutralidade e deixamos nossas vivências e tantas outras coisas em suspenso (por mais que nossas sensações, sentimentos e memórias tenham papel importante no entendimento do que se passa no campo analítico, há um trabalho, um processamento, para que isso possa ser devolvido e usado junto a(o) paciente para compreender o que se passa no processo terapêutico), nesse momento não tinha como não estar e se colocar ali vivenciando algo juntos. Nós passávamos pela pandemia, nós

vivíamos o inesperado, o imprevisível, as transformações e tantos lutos.

Dividíamos preocupações e incertezas, mas do meu lado, sabia que era importante esperar, sustentar e sobreviver. Winnicott me acompanhou em todo esse período. Percebi com mais força a importância do ambiente do consultório, quando me deparei com pacientes que não conseguiam suportar o setting on-line. Precisavam da proteção, resguardo e sigilo das paredes da sala do consultório e da minha presença física. Outra(o)s puderam transicionar para suas casas, utilizando os recursos virtuais. Mas não sem surpresas e adaptações.

De uma certa forma, algumas das situações, lugares, pessoas ou animais que nos eram narrados presencialmente, foram colocados em cena com as sessões on-line. Os quartos foram os principais locais colocados às vistas. Cachorros e gatos foram os principais intrusos. Porém, em raros momentos, familiares também invadiam esse espaço, não mais protegido pela porta e chave da sala do consultório. Por vezes, denunciando as dinâmicas já expostas antes, de falta de privacidade, por exemplo, por outras, pelas limitações que o isolamento impôs, com famílias e casais dividindo os mesmos espaços por 24 horas por dia. E, pode-se dizer que elas foram trabalhadas in loco, abordando as questões de sigilo, confidencialidade e segurança necessárias para o bom andamento dos atendimentos e do processo. É fundamental que sintam e confiem que estejam resguardados

para falar livremente sobre o que pensam, sentem, experienciam. Eticamente, acredito ser o ponto mais importante a ser considerado no atendimento on-line.

Para além disso, os problemas de conexão, e aqui me refiro à internet, que impunha suas falhas com muito mais força que possíveis desconexões que acontecessem presencialmente, também se atravessaram. Sessões e falas entrecortadas, ligações interrompidas e retomadas, vídeo e imagem travados. "Está me ouvindo bem?", "travou aqui", "não estou te vendo, mas estou te ouvindo", passaram a ser algumas verbalizações frequentes.

Nos víamos partida(o)s, somente o rosto, por vezes parte do tronco, quiçá uma mão aparecendo. Mas boa parte do corpo, dos movimentos, da linguagem não verbal estava fora de cena, ou de enquadramento. A tela do celular ou do computador nos oculta toda uma dimensão muito rica do trabalho. Por outro lado, o período de ausência de outras atividades (como aulas ou trabalhos suspensos, as saídas, festas e encontros interditados) possibilitava um espaço para olhar mais profundamente para si, e alguns processos tiveram um mergulho muito interessante. Porém, como todo mergulho é passageiro e é preciso voltar a superfície para respirar, logo algumas questões voltavam a ficar escondidas nas profundezas e as adaptações ou vivência do home office, das aulas remotas, da convivência intensa em casa, ou até mesmo as possibilidades de encontros virtuais passaram a tomar esse lugar novamente.

O momento de trocas com colegas também foi transformado e intensificado. Dividindo

questionamentos, pensando e propondo formas de seguir atuando, discutindo teórica e tecnicamente o que nos amparava e o que poderia ser repensado, expandido. Foi possível transitar por eventos on-line de instituições de diversos locais do país e de fora. Ouvir pessoas que presencialmente talvez não seria possível ou envolveria uma grande logística e investimento. Muitos profissionais, clínicas e instituições formadoras passaram a ocupar as redes sociais em seus diferentes formatos. O acesso foi ampliado. E a Psicanálise, que por vezes tem suas durezas, enrijecimentos, conservadorismo e/ou resistências, pode ficar mais maleável, flexível, elástica, criativa e, por que não, (mais) potente e viva.

A possibilidade de pessoas que se encontram geograficamente distante de seus psicoterapeutas e analistas foi ampliada. Não que esses atendimentos já não acontecessem, mas eles foram viabilizados em larga escala, desde o primeiro encontro. Eu pude atender pessoas que moram em outras cidades, estados, e até país, algo que não me parecia viável e talvez até desejável antes. E que agora é uma realidade que me parece que veio para ficar. Mas, ao mesmo tempo, não torna desnecessário e muito menos obsoleto o atendimento presencial.

Toda a vivência da pandemia (e não só dos atendimentos on-line) colocaram em evidência a importância da presença e dos

encontros. Assim como colocou em evidência a importância do psíquico e da saúde mental para a vida, para o trabalho, para os estudos, para os relacionamentos. A procura por atendimentos psicológicos cresceu quando uma série de questões e sintomas foram expostos ou intensificados pelas vivências da pandemia, do isolamento, dos lutos, da intensa convivência em confinamento.

Eu agradeço pela alternativa que me permitiu seguir trabalhando de forma remota (na maior parte do tempo ou situações), podendo me manter segura e preservada, dentro do possível, da exposição ao coronavírus, e sendo capaz de ofertar isso também a(o)s minhas/meus pacientes que tiveram condições de seguir neste formato. Agradeço a confiança de cada um(a) em mim e no meu trabalho em meio a tantas incertezas e, por vezes, ao caos que vivenciamos, não só em relação a crise sanitária, mas também política, econômica e social. Assim como aos colegas, instituições e entidades, como os Conselhos Regionais e Federal, que deram suporte, orientações e possibilitaram tantas trocas nesse período.

Encerro esta carta desejando dias melhores. Que com o avanço da vacinação possamos estar mais protegida(o)s, que vidas possam ser preservadas, que atividades possam ser retomadas. Que possamos conservar o que se aprendeu e o que se ampliou, mas que não nos esqueçamos do período e situação devastadora que vivenciamos (e que ainda não terminou), e ainda estamos e iremos seguir elaborando.

Que tenhamos força para lutar por melhores condições (de vida, de saúde, de economia, de política(s)...), tanto individualmente quanto coletivamente. E tantas outras coisas que o limite dessas linhas não darão conta de listar, deixando aqui espaço para que possam imaginar.

Atenciosamente, Gabriela.

Porto Alegre, 18 de julho de 2021.



SOBRE DISTÂNCIAS E DESCONHECIDOS

Helena da Silveira Riter²⁷

Às/Aos terapeutas que se dispõem a percorrer caminhos desconhecidos,

Me despeço do paciente e fico observando a distância que se amplia a cada passo que ele dá. Parada, faço uma observação inédita.

Essa cena se tornou um registro permanente de um momento de profundo não saber. Que distância era essa que aparecia como uma imposição? Como seria conviver com ela? Como eu faria para trabalhar com ela, para manejá-la? O quanto os meus pacientes estariam dispostos a criar algo novo a partir dessa situação?

Ao sair do consultório, no dia 18 de março de 2020, me questionei sobre quando voltaria a habitar aquele espaço. Espaço que proporciona contornos, que oferece acolhida, que possibilita encontros. Por algumas semanas, me senti sem lugar, ao mesmo tempo em que precisava oferecer a minha escuta a pessoas que traziam angústias semelhantes às minhas, que vivenciavam o mesmo atravessamento que eu. Isso era inédito. A necessidade de recorrer ao ambiente on-line parecia um obstáculo pequeno frente aos desafios de criar um espaço para o exercício do meu trabalho e de acolher angústias que, apesar de suas particularidades, partiam de

27 Psicóloga, CRP 07/25303. CEAPIA e Programa de Pós Graduação em Psicologia (UFRGS). E-mail: helenariter@gmail.com.

uma situação a que eu também me via exposta.

Por outro lado, uma ânsia por estar perto parecia permear esse momento. Pude perceber um movimento de muitos compartilhamentos entre colegas. Talvez a maneira encontrada para buscar referências, modos de fazer, critérios que fizessem sentido frente ao desconhecido. Ao mesmo tempo, uma infinidade de questionamentos quanto à adaptação do setting e da técnica psicanalítica. Mesmo aspectos que nesse momento se tornaram banais, como a escolha de uma plataforma segura para atender, naquela época foram motivo de muitos questionamentos.

Ainda, cada paciente demonstrava reações e demandas específicas às quais eu via a necessidade de acolher, buscando tomar cuidado para entender minimamente meus próprios movimentos e minha conduta terapêutica. Entendi que para manter viva a minha presença nesse momento de distância física eu precisaria estar ainda mais disposta a flexibilizar, e a mais do que nunca, me colocar disponível para criar espaços terapêuticos possíveis. Nesse momento, a elasticidade da técnica, conforme propõe Ferenczi (1928/1992), se apresentou como um conceito relevante para embasar uma série de experimentações no meio on-line. Isto é, o movimento de promover modificações conforme às necessidades do paciente sem, no entanto, perder de vista o setting interno e a assimetria. Esses processos não foram, de forma alguma, novos, já que fazem parte do trabalho enquanto

psicoterapeuta em qualquer enquadre ou contexto. A diferença estava no estado de profundo não saber, no desamparo frente à perda de referências já tão internalizadas. Penso que esse estado pode ser paralisador, que nessa situação de "não saber como se faz" podemos recorrer à rigidez e ao pouco que restou de certezas. Contudo, e acredito que a partir da possibilidade de estudar e de manter vivas as trocas com colegas, essa situação inédita parece ter evidenciado a relevância da capacidade negativa proposta por Bion, assim como catalisado uma postura de maior abertura para o novo, para o desconhecido.

Desse modo, conforme pude ir traçando novos caminhos e novas possibilidades com os meus pacientes, aquela cena de distanciamento e de desamparo pôde ir cedendo espaço a experiências de profunda conexão. Poder conhecer espaços habitados pelos pacientes, assim como o modo como se relacionam e se colocam nesses espaços. Ter a oportunidade de, a partir de uma tela espelhada, navegar conduzida por uma paciente aos espaços mais valorizados por ela, às suas produções mais íntimas, a facetas suas até então não apresentadas em sessão. Acessar espaços, imagens, palavras de outras formas. Surpreendentemente, o que iniciou marcado por distância pôde ganhar contornos de proximidade.

Hoje, podendo observar as diversas trajetórias percorridas em mais de um ano de atendimentos online, fica nítida a necessidade constante de estar aberta e flexível às demandas dos pacientes, mas também às modificações que a sociedade pode vir a impor no trabalho psicoterapêutico. A partir dessa

experiência profundamente transformadora em termos individuais e sociais, acredito que a Psicanálise e as/os profissionais que nela se embasam estejam podendo criar e refletir a respeito de condutas engessadas pelo tempo e pelo demasiadamente conhecido.

REFERÊNCIAS

Ferenczi, S. (1992). Elasticidade da técnica psicanalítica. In: Obras completas Psicanálise IV (pp. 25-36). São Paulo: Martins Fontes. (Trabalho original publicado em 1928).



DE VOLTA AO COMEÇO... SÓ QUE NÃO!

Karen Eidelwein²⁸

Queridas/os colegas de graduação da PUCRS! Escrevo para contar que estou trabalhando com atendimento psicológico virtual! Isso mesmo! Vocês poderiam imaginar uma coisa dessas na época em que estávamos estudando para sermos futuras/os psicólogas/os, nos idos anos de 1988 a 1993 do século XX? Lembram que não tínhamos celular e nem acesso a computadores e muito menos Internet e que nossos trabalhos eram feitos à mão ou datilografados em máquinas elétricas de escrever? Pois é, de lá para cá se passaram 28 anos! Isso é muito ou pouco tempo para todas as mudanças que vivemos?

Resolvi compartilhar com vocês como cheguei até esse momento, pois sei que muitos acabaram se voltando para o atendimento virtual em função da pandemia, mas comigo isso aconteceu um pouco antes. Revendo meu caminho profissional acho que de alguma forma fui me aproximando das tecnologias de informação e comunicação pouco tempo depois de formada. E esse negócio de se relacionar pelo mundo virtual é algo que me acompanha desde a Licenciatura em Psico na UFRGS. Mas, antes disso, lembram que eu era bancária durante a graduação? Pois é, e lá no Banco tinha acesso a computadores. E o primeiro contato que tive com um computador pessoal foi no final de

28 Psicóloga, CRP 07/07042. Licenciada em Psicologia. Mestre em Psicologia Social. Doutora em Serviço Social. E-mail: karenepsi@gmail.com.

nossa graduação, pois meu namorado da época tinha um em casa e eu pude feliz da vida digitar meus relatórios e trabalhos finais de estágio.

Gente, lembro que em 1996-1997 já tinha acesso à Internet discada e computador em casa, me comunicava por mensagens eletrônicas e até entrei em uma rede social que já não lembro mais, mas acho que era o Orkut!? E em 2001, ganhei da minha família, meu primeiro celular. E o primeiro celular a gente nunca esquece, e depois do primeiro não tem mais jeito de parar, é ir trocando de tempos em tempos em função dos novos recursos tecnológicos que vão surgindo e das inúmeras possibilidades de comunicação, interação, consumo, diversão, alienação, engajamento, enfim, viver uma vida em um universo paralelo ao mundo presencial, uma vida no mundo da virtualidade onde se pode ser quem se é, quem se gostaria de ser, quem nunca se imaginou ser ou quem nem se sabe que se poderia ser! Tá bom, viajei um pouquinho... deixa eu voltar para contar como cheguei até o atendimento psicológico virtual.

Depois que me formei, muita coisa aconteceu profissionalmente, trilhei vários caminhos. Iniciei pelo atendimento clínico individual em consultório particular, sai do Banco, fui fazer Licenciatura em Psico, depois trabalhei em Projetos Sociais, fiz Mestrado em Psicologia Social (onde pesquisei a constituição de coletivos inteligentes no ciberespaço, lendo muito Pierre Lévy), entrei para o universo acadêmico, parei com o trabalho clínico "tradicional", participei de uma gestão do CRPRS, fiz Doutorado em Serviço Social, me desliguei da Universidade, trabalhei em empresa público-privada, até chegar ao começo de 2018 quando fui desligada do trabalho aos 48 anos. Uma

experiência e tanto, pois até então sempre era eu quem havia decidido mudar de trabalho, partir para novas experiências e dessa vez ganhei um empurrãozinho e vivenciei a experiência de uma demissão.

Então, no segundo semestre de 2019, após um trabalho temporário que envolveu atendimento psicológico para estudantes de uma Universidade Pública, senti e percebi que teria gosto em retornar ao trabalho clínico, mais *stricto sensu*, dentro do setting terapêutico da clínica individual e em consultório particular. Coloquei "mãos à obra" como se diz. Pensei: vou ver como é esse negócio de atender virtualmente por meio das Plataformas Virtuais de Atendimento Psicológico (uma questão talvez para outra Carta...), afinal, a virtualidade é o futuro e o presente! Ficava me perguntando e pensando... Como é esse negócio de poder atender pessoas de diferentes lugares do Brasil e mesmo que vivem em outros países? Deve ser muito bom poder atender de qualquer lugar, sem ter que me limitar a um espaço físico concreto, sem ter os custos de manutenção do espaço físico e do deslocamento para chegar até o local de atendimento! Poder atender da minha própria casa ou de qualquer outro local em que eu me encontre, desde que em um ambiente adequado, reservado, silencioso, com boa qualidade de acesso à Internet, por meio de um equipamento que me permita áudio e vídeo. Que tipo de questões são trazidas pelas pessoas que procuram o atendimento virtual? Será

que já tiveram a experiência com atendimento presencial? O que eu preciso fazer para poder atender virtualmente, visto que até bem pouco tempo atrás essa prática não era autorizada pelo Conselho de Psicologia? Quero conhecer, quero aprender sobre esse negócio de fazer atendimento psicológico virtual! Quem sabe no futuro nem existam mais psicólogas/os! Olha a AI aí gente!

Fui atrás para descobrir o que era necessário. Me cadastrei no site do CFP para receber autorização para atender virtualmente. Pesquisei algumas Plataformas Virtuais de Atendimento Psicológico. Fiz minha inscrição na Plataforma que achei mais interessante no momento e me preparei para começar a atender os primeiros clientes. Junto ao atendimento pela Plataforma, que opera basicamente por meio de convênios com empresas, democratizando o acesso à Psicologia, mas retornando um valor de consulta pequeno para o profissional, passei a atender de forma particular por outras plataformas/ferramentas que possibilitam uma interação síncrona, com imagem e áudio.

Então gente! Desde o final de 2019 venho nessa vibe de atender virtualmente. E com a chegada da pandemia, parece que o trabalho passou a ter mais sentido ainda. Muito tenho aprendido: como melhor me posicionar, falar e apresentar diante da câmera do computador e/ou celular; preocupação com o ambiente onde me encontro para que passe tranquilidade e segurança para a pessoa a ser atendida; desenvolvimento de uma postura acolhedora por meio da voz, da escuta atenta e do olhar em direção à pessoa que fala;

tor vita
Nunc

lidar com os problemas de conexão de maneira natural, buscando sanar algum prejuízo relativo ao tempo de consulta do cliente; lidar com a frustração de quando é o cliente que possui problemas técnicos de conexão e não consegue participar do atendimento ou quando a qualidade da conexão compromete o vídeo e/ou áudio fazendo com que se caia e volte algumas vezes durante a sessão.

Na interação virtual com os clientes tenho vivido situações das mais diversas, afinal, entro na casa das pessoas para além daquilo que me narram. Com vocês também tem sido assim? Me é permitido acesso a seus ambientes de casa e/ou trabalho e/ou casa-trabalho nesse tempo pandêmico; conheço integrantes da família (filhos, companheiros, cachorros, gatos, pais, irmãos); participo da hora de bater o ponto para se desligar do trabalho; de uma entrega que chega na casa da pessoa e essa precisa dar um "pause" no atendimento para recebê-la; do momento de sair para caminhar com o cachorro e enquanto caminha está na terapia por meio do celular; de uma infinidade de situações que até então nunca imaginei que poderiam acontecer durante uma sessão de terapia e que estão muito longe de fazer parte do setting terapêutico do atendimento presencial.

Allig
rius
erat

Ao iniciar um atendimento busco identificar o motivo pela procura e, em sendo o caso, fazer as combinações de praxe: dia, horário e tempo de duração das sessões, valor e forma de pagamento, cancelamentos e/ou desistências, dentre outros esclarecimentos que possam surgir de acordo com as dúvidas das pessoas. Falo sobre meu

compromisso com o sigilo profissional e oriento sobre encontrarem um espaço adequado dentro de suas casas ou em outro local, onde se sintam tranquilas e à vontade para compartilharem o que é de seu interesse. O uso de fone de ouvidos também é recomendado.

Atendo pessoas adultas, a partir dos 18 anos, de diferentes lugares do Brasil e mesmo fora do país. Algumas nunca haviam tido contato com psicóloga/o e outras já passaram por atendimento presencial, não comigo. Algumas se engajam em um processo psicoterapêutico e outras procuram orientação e apoio psicológico, indo e vindo conforme o seu interesse e tempo (interno). Autoconhecimento, desenvolvimento pessoal, ansiedades, conflitos nas relações interpessoais familiares, amorosas e no trabalho são as questões que mais tem se apresentado como motivo inicial pela procura do atendimento. A ansiedade diante dos efeitos da pandemia também tem feito parte das narrativas em maior ou menor grau.

Agora, algumas situações me chamam a atenção... Não sei se isso acontece com vocês também... Por exemplo, as interrupções... Sejam por problemas na conexão da internet, pela entrada em cena de algum familiar, por uma questão da vida doméstica e/ou do trabalho que precisa ser atendida bem no momento do atendimento? Quais efeitos geram no "estar aqui e agora" na sessão?

Por vezes, a pessoa mal se desliga do trabalho ou faz uma pausa no trabalho para "entrar" na sessão... Qual a importância de dar um tempo, mudar de ambiente ou mesmo de equipamento, respirar, dar uma volta, beber água, sei lá... para "se preparar" para o momento do atendimento? Não é incomum, por exemplo, o cliente fazer a sessão de dentro do seu

carro.

Mas o mais inusitado para mim são clientes que fazem anotações do que eu falo, outros saem a pesquisar um livro ou filme sugerido, ou mesmo algo que desejam compartilhar e não lembram... Afinal, estão na frente do computador! Gente, nunca imaginei ficar anotando no computador algo dito pela minha psicoterapeuta para pensar ou retomar em outro momento!

Sim, queridos colegas! Esses são novos tempos! Voltei para o atendimento psicológico individual lá do início da profissão... Só que não, não é mais o mesmo tipo de atendimento, assim como, eu não sou mais a mesma depois de todo o caminho profissional e pessoal percorrido até aqui. Sou muito mais experiente e me sinto muito mais madura para o trabalho clínico atual, além de desafiada e motivada por poder realizá-lo virtualmente, cada vez me sentindo mais à vontade e feliz em perceber que por meio da tela de um aparato tecnológico que permita ver e ouvir há a construção de vínculo entre cliente e psicoterapeuta, engajamento e mudanças positivas nas formas de expressão (ideias, emoções, comportamentos) das pessoas atendidas. Há promoção de saúde mental!



VIS A VIS COM O SETTING ON-LINE

Laiane de Oliveira Nogueira²⁹

Eu escuto você, mas você não está me ouvindo, veja o chat. Precisa certificar-se de sua privacidade. Pode repetir? Tem muitas falhas no áudio. Use os fones. A plataforma está acusando instabilidade na internet. Vamos reiniciar a sala. Anos atrás eu julgava os teleatendimentos em Psicologia como uma modernidade descabida: psicóloga/o on-line (?). Hoje envolvida 100% com a prática e surpreendida positivamente. Acho que por volta de 2015 desfiz os preconceitos. Um dos primeiros trabalhos sobre psicoterapia on-line que conheci foi o da psicóloga Cláudia Catão, em suas redes sociais¹. Escutei com ênfase sobre estarmos numa época com muita presença tecnológica, sobre a telessaúde ser uma tendência internacional e escutei um dito que capturou minha atenção: é preciso habitar o campo.

Em novas conjunturas, novos processos de trabalhos despontam. Até aquele momento entender as possibilidades do atendimento on-line era para quem sabe um dia fazer uso e ter uma prática híbrida: entre o presencial e on-line. Não era um plano de trabalho de então. Em 2020 não era apenas uma alternativa, era a solução.

Como você deve saber levou tempo para termos uma resolução² mais abrangente sobre o assunto, que só veio em 2018, a que havia era

²⁹ Psicóloga CRP 03/5213. Mestranda em Ciências da Saúde. E-mail: laiane.nog@gmail.com.

bastante restrita: máximo de 20 sessões, apenas para orientação e não havia especificações (Resolução CFP nº 11/2012)³. E precisamente em 2020, o conselho fez ajustes na resolução de 2018 considerando a excepcionalidade do momento de pandemia (Resolução CFP nº 04/2020)⁴. Qual teria sido a razão de levar algum tempo para que tivéssemos uma resolução mais atenta as possibilidades da tecnologia: terá sido cautela ou excesso de cautela do Conselho Federal por uma tendência conservadora da/os psicólogas/os brasileiras/os? Ouvi em algumas ocasiões, e novamente semanas atrás em um congresso, que a nossa psicologia é conservadora. E deu combinação de certo modo porque descobri, na verdade confirmei, por meio de uma avaliação sobre perfis profissionais e inovação (algo assim, não recorro precisamente) promovida por uma editora que estou ali no meio entre o velho e o novo, com tendências conservadoras sobressaindo-se. Bem, pelo menos, estou advertida.

O percurso começou a partir do dia 11 de março de 2020, quando a OMS declarou pandemia. Dia 18 de março suspendi o atendimento presencial e o domiciliar (home care). Os 15 dias que se seguiram foram de lockdown. Dia 12 de abril submeti a proposta ao Conselho Federal para requisitar o cadastro e-Psi, como é determinado. Entre 18 de março e 12 de abril, já recebia mensagens: quando que você começa a atender on-line?

Dia 23 de março uma demanda urgente solicitando atendimento presencial e não havia como: uma jovem em crise, em uma situação agravada por conflitos familiares.

Indo o mais rápido que podia em um momento em que quase tudo estava em suspenso. Em menos de um mês foi preciso continuar assistindo as pessoas. As incertezas tiveram potencial para atingir a todos, não apenas a quem assistíamos, mas a nós mesmos. Afetados pela separação e incertezas. A possibilidade eram as NTICs (novas tecnologias da informação e comunicação) e tinha uma resolução (CFP 11/2018) para amparar e foi muito oportuno que esta parte estivesse estabelecida antes da pandemia.

Distanciamento com conexão. Quem tinha receios ou excessos de cautela, tinha pouco tempo para arranjar-se com suas dúvidas, porque a realidade já estava arranjada e impunha emergências em saúde mental geradas do próprio contexto de pandemia. Vi profissionais experientes hesitarem em suas habilidades para estar neste ambiente, a novidade trazia questões éticas e de adaptação. Então foi bom, anos antes, ter ganhado familiaridade com o tema e estar advertida sobre as melhores práticas neste ambiente. Ainda sim revisei muitos dos aspectos antes de submeter a proposta ao Cadastro e-Psi. Revisei publicações, acompanhei aulas e, posteriormente, conversei com alguns colegas. Precisei de algum tempo mais para escolher a plataforma de serviços de teleconsulta: avaliar custos, recursos e segurança.

Não adotei os aplicativos de mensagens que já são amplamente conhecidos para vídeochamadas. Exceto um aplicativo específico para realizar atendimento por chat com recurso de chat secreto para casos ou

situações nas quais não há possibilidade de atendimento por webconferência, seja em razão de ausência de privacidade ou de desconforto relatado pela pessoa para uso de vídeo. Os chats da plataforma que uso atualmente, assim como das anteriores, não eram tão bons quantos as salas para uso de vídeo (webconferência). Não tive experiência com sessões assíncronas, mas faço monitoramento pós-sessão em determinados casos, embora já fosse uma prática anterior se tornou mais frequente no contexto de distanciamento social.

Os receios que tenho sobre os aplicativos comuns de mensagem eram a questão do enquadre mais apropriado e da segurança. Mas não posso realmente falar com domínio sobre eles e sei que muitas/os profissionais os utilizam uma vez que esta questão ainda é nova para a categoria. Também não sei se há reais garantias das plataformas que assino os serviços sobre todos os níveis de segurança adequados. Antes de contratá-las, pesquisava a respeito da segurança, o quanto minha capacidade sobre o assunto permitia e conversava com colegas a respeito. Até o momento experimentei três plataformas distintas: uma delas era apenas uma sala virtual segura e as outras duas eram salas virtuais e software de gestão clínica. Para a escolha mais recente confiei no gerenciamento da plataforma que informa ter o certificado Hipaa Compliance (Health

Insurance Portability and Accountability Act) responsável por difundir as PHI (Protected Health Information) ou Informações de Saúde Protegidas.

Sempre que contratava uma nova plataforma além de conferir informações de segurança recorria a uma prima e também comadre (Lana) para fazer testes de adaptação, conhecer os recursos disponíveis e dominar os procedimentos do consultório virtual. Também passei a adotar o contrato terapêutico de forma escrita e um pouco mais detalhado, as vezes o julgo, tal como está, uma peça burocrática, mas percebi como uma necessidade do momento. Não sei se permanecerá do mesmo jeito.

Os bichos-papão do fluxo de sessão. Queda de conexão e problemas no áudio. Chega a ter cara de desrespeito quando no meio de uma manifestação de sofrimento, crise e choro, a gente ter que dizer: sua imagem está congelada, não ouvi o que disse, pode repetir? No começo, pensei: "como praticar isso?". Contornando, certamente: melhorias tecnológicas, quando possível; e investimento na aliança terapêutica - nosso principal recurso e operador de trabalho.

Os bichos-papão da segurança de sessão. Tentando acompanhar lives, aulas, publicações sobre Lei de Proteção aos Dados, certificações internacionais de consultórios virtuais, e outros aspectos de segurança e privacidade de sessão. Nem sempre dando conta, me considerando insuficiente nestes assuntos, e percebendo o ambiente escorregadio em que estamos metidos. Ao mesmo tempo interessada, a despeito de intercorrências, nas possibilidades e

viabilidade: a capacidade de fazer e manter aliança terapêutica (a principal delas) e de ter bons processos de trabalho.

Avalio que todas as vantagens do atendimento online ainda não cobre toda a "linguagem" (a presença mesmo, o corpo) que se estabelece no atendimento presencial. Porém, todas as possíveis desvantagens da telepsicologia não são suficientes para desencorajar sua prática, porque os benefícios são notáveis: ampliam o acesso da população aos serviços psicológicos para quem vive em regiões remotas, com poucos ou nenhum profissional, pessoas com restrição de mobilidade ou liberdade, pessoas em trânsito. A comodidade e redução de custos para acessá-los, dispensando o deslocamento. A economia, a prontidão, o alcance e a maior flexibilidade de agendamento é também um benefício para o profissional.

E tem sido uma experiência de mão dupla, também estou com minha própria análise (90%) no ambiente virtual, achando ruins as falhas de conexão por interferir nas associações livres, no fluxo de sessão, de eu ter que repetir uma coisa para minha analista e parecer que repetindo perdeu o sentido, e de numa hora mais sensível ao invés de cuidar do que interessa estou cuidando de dizer: travou, a imagem congelou e o áudio falhou e ainda assim reconhecer que estamos indo bem.

Em artigo publicado em março de 2021 sobre as experiências dos psicoterapeutas de família neste período de pandemia, Deisy Amorin Woods³⁰

30 Amorin-Woods, D., Andolfi, M., & Aponte, HJ (2021). Prática sistêmica na época de COVID: Conversas entre terapeutas culturalmente diversos. *The Australian and New Zealand journal of family therapy*, 42 (1), 7-20. <https://doi.org/10.1002/anzf.1440>

(2021) recorda que as conversas são um dos processos humanos mais poderosos em que podemos nos envolver "essa troca, que nos atrai para a história de vida, visão, experiência e espaço do outro, torna-se uma plataforma para ouvir e ser ouvido, para reconhecer e ser reconhecido, para compreender e ser compreendido". A tecnologia foi salutar, sem dúvida. Nesta época de imperativo distanciamento social, muitas conversas puderam ser permitidas ou mantidas mediadas por estas tecnologias. Não tem como não reconhecer o potencial disso.

CATÃO, Cláudia. Casa dos Insights, Youtube. Disponível em <https://www.youtube.com/c/CasadosinsightsBr/videos>

CONSELHO FEDERAL DE PSICOLOGIA, CFP. Resolução 11/2018 de 11 de Maio de 2018 regulamenta a prestação de serviços psicológicos realizados por meio de tecnologias da informação e da comunicação. Brasília (DF), 11 de maio de 2018. Disponível em <https://site.cfp.org.br/wp-content/uploads/2018/05/RESOLU%C3%87%C3%83O-N%C2%BA-11-DE-11-DE-MAIO-DE-2018.pdf>. Acesso em 08 de outubro de 2021.

CONSELHO FEDERAL DE PSICOLOGIA, CFP. Resolução nº 11/2012 Regulamenta os serviços psicológicos realizados por meios tecnológicos de comunicação a distância, o atendimento psicoterapêutico em caráter experimental. Brasília (DF), 21 de junho de 2012. Disponível em https://site.cfp.org.br/wp-content/uploads/2012/07/Resoluxo_CFP_nx_011-12.pdf. Acesso em 08 de outubro de 2021.

CONSELHO FEDERAL DE PSICOLOGIA, CFP. Resolução nº 04/2020 Dispõe sobre regulamentação de serviços psicológicos prestados por meio de Tecnologia da Informação e da Comunicação durante a pandemia do COVID-19. Brasília (DF), março de 2020. Disponível em <https://www.in.gov.br/en/web/dou/-/resolucao-n-4-de-26-de-marco-de-2020-250189333>. Acesso em 08 de outubro de 2021.

Amorin-Woods, D., Andolfi, M., & Aponte, HJ (2021). Prática sistêmica na época de COVID: Conversas entre terapeutas culturalmente diversos. *The Australian and New Zealand Journal of Family Therapy*, 42 (1), 7-20. <https://doi.org/10.1002/anzf.1440>

UM NOVO SETTING, UMA MESMA ESCUTA

Letícia Machado Moreira³¹

Caro colega psicóloga/o,

Escrevo para que me ajude a pensar nesses novos tempos de atendimentos clínicos. Quando tudo mudou, em março de 2020, me peguei intrigada em como seriam os próximos dias, os próximos tempos. Como seguir atendendo longe do meu consultório? Como abrigar incertezas tão fortes sem estar com meus pacientes? Como ser presença se estávamos distantes?

E, principalmente, como manter a escuta atenta, hospedeira e acolhedora em tempos tão difíceis? Aos poucos, descobri que atender de forma on-line em meio a uma pandemia é uma experiência que desafia terapeutas e pacientes. Estamos aprendendo uma nova linguagem de comunicação, que depende de um cabo de conexão, um cordão invisível que nos liga ao nosso paciente, como o cordão umbilical. Às vezes a internet tranca, o delay é grande, o sinal cai e nós, terapeutas, precisamos aguentar, suportar e tolerar esses novos sinais de comunicações.

Medos, incertezas e dúvidas surgem no meio da crise em que estamos vivendo. Terapeutas e pacientes se acolhem mutuamente buscando uma nova configuração de setting. Nossos pacientes estão em nossas casas e nós estamos nas casas de nossos pacientes. Ainda assim, durante a

31

Psicóloga, CRP 07/18585. E-mail: leticiamachadomoreira@gmail.com.

sessão podemos construir uma nova casa, um setting virtual, um duplo setting, um setting para dois ou dois settings para um. Aprendi que a única constante é a escuta. Uma escuta que precisa ser transformada para além dos sinais do corpo, uma escuta que agora inclui o local escolhido para conversarmos, o que entra e o que sai da tela que o paciente quer nos mostrar. Uma escuta que está diferente, mas que segue o mesmo princípio: acolher, suportar e transformar.

Através da tela sustento o outro com o olhar. Não posso tocá-lo, senti-lo, não posso alcançar um lenço quando as lágrimas brotam, nem abrir a porta ou me despedir gradualmente porta a porta. Preciso ser rápida e direta. A ligação pode cortar, a internet pode falhar, mas eu devo permanecer firme, presente, olhando o outro atentamente através da lente.

A lente que direciona o andar do meu olhar. Não sei qual a cor da calça ou o tipo de sapato. Não sei como é o chão que ele(a) está pisando. Sei o que me deixam saber. Entro em suas casas sem pedir licença, mas fico olhando pela janela. Não tenho autorização para entrar pela porta, sentar com a família, nem me sentir confortável. Vejo o que querem que eu veja. Às vezes escuto um cachorro que não é meu. Vejo a sombra de um gato que não está comigo. Presencio diálogos com crianças que não conheço. Um mundo a parte que acontece do outro lado da tela, mas que não é enquadrado para que eu possa ver. O

tor vita
Nunc

enquadramento da tela deixa de fora a vida que pulsa ali, eu fico presa na moldura da tela que o obturador está direcionado. Como fotógrafa, lembro imediatamente das fotos que tiro, sei que podemos alterar percepções sem alterar paisagens. Sei que posso mostrar o que quero e esconder o que preciso. Sei a diferença de uma lente macro e uma grande angular. E sei que tudo isso é a mesma verdade sendo vista por outros olhos, sendo narrada por outro ângulo. E me pergunto o que está no enquadramento se abirmos a tela? Se pudesse ver com uma grande angular? O que ficou escondido propositadamente? Revela o outro de que forma? Ele é ele no que revela ou no que esconde?

Eu fico parada, sentada em uma cadeira que não está naquela casa, com uma temperatura ambiente diferente da do outro, os sons da minha silenciosa janela contrastam com o barulho de ambulâncias, buzinas, crianças, que vem do outro lado da tela. Estamos juntos, mas separados. Nossos corpos não conversam, mas minha presença é sentida. Meu olhar sustenta as palavras. Não conseguimos nos comunicar no silêncio em uma tela, precisamos das palavras para nos ligarmos. Palavras que vamos usando para tecer uma nova história na nossa relação, falar torna-se necessário sem que a gente precise combinar. Estamos narrando, interagindo, cortando e editando, transformando nossas vidas em palavras e imagens escolhidas, selecionadas para fazer parte da nossa nova colcha de retalhos. Nós nos sustentamos com uma troca de olhares e

Allq
riau
erat

afeto em duas dimensões.

Caro colega, os tempos mudaram, as conexões se alteraram, mas o nosso trabalho segue o mesmo: escutar atentamente o nosso paciente. Aprendemos a ser presença sem estar presente, mas sem nunca nos permitirmos a ser ausentes. Aprendemos a ser olhar, a brincar junto, mas separado. Refinamos a nossa escuta. E fizemos e estamos fazendo o possível para continuar atendendo nossos pacientes, nesse tempo de crise. Seguimos vivos, seguimos constantes, seguimos presença.

E por aí, caro colega, como está sendo a tua experiência?

Com carinho, Letícia Moreira.



CARTA AO NOVO EU PS: NÃO SE ESQUEÇA DO PASSADO

Lucas Vijande Valladares³²

10/03/2020 (terça-feira)

Trago notícias!

Fiquei sabendo que do outro lado do mundo está iniciando uma pandemia; por aqui tudo tranquilo, ao menos por enquanto.

Hoje me foi passado um caso para atendimento on-line, pra ser sincero contigo, confesso que me apavorei. Jamais pensei que eu aceitaria atender desta forma. E o setting? E o subjetivo? E aqueles pequenos detalhes do paciente chegando, balançando a perna e entrelaçando os dedos? Me deseje sorte!

Tive que atender e interrompi a carta, mas continuando...

Lembra daquele paciente on-line? Acabei de atender. Foi muito diferente, a internet travou um pouco, tenho que ver onde o sinal fica melhor, e pra piorar, o vizinho resolveu iniciar a reforma.

17/04/2020 (sexta-feira)

Me desculpe por ainda não conseguir te enviar a carta. Por aqui os correios fizeram greve. Acho que está na hora de te atualizar. Lembra da pandemia do outro lado do mundo? Ela chegou por aqui. Ninguém sai de casa tem 2 semanas. Os atendimentos agora são todos on-line. Não consigo acreditar que do nada tudo mudou, está tudo muito diferente. Pela janela vejo as ruas completamente vazias. O ponto positivo é que já me sinto mais à vontade nos atendimentos on-line, mas confesso que tenho sentido muito medo

32 Psicólogo, CRP 07/23992. Especialista em Psicoterapia da Infância e Adolescência.
E-mail: valladareslucas@hotmail.com.

dessa pandemia. Acho que já lavei as mãos umas 50x e tirei febre umas 5x, só hoje.

ps: aqui seguem os barulhos da reforma e o carro da fruta começou a passar bem na hora que estou atendendo.

Os mercados dizem que são perigosos por causa desse vírus. Esses dias tive que ir e tu acredita que vi até uma senhora usando aquelas máscaras cirúrgicas?!

30/04/2020 (quinta-feira)

Oi! Sou eu de novo. Seguimos em greve, então, lá vai atualização.

Bom... Estou usando máscara, tu acreditas? Quase coloquei a máscara pra atender on-line, sorte que me dei conta antes de iniciar a sessão. Tenho notado uma procura maior por psicoterapia. Noto que tudo parece mais a flor da pele, os pacientes bem mais ansiosos. Lembra daqueles pacientes pequeninhos? Os pais optaram por interromper, acham que eles não vão conseguir focar tanto por ser algo virtual. Sigo com medo, pessoas conhecidas estão se contaminando e soube que o amigo de um primo acabou morrendo. Sinto falta de ir no consultório, porém, o medo de sair é grande; vejo muitas pessoas perdendo o emprego, pois vários lugares seguem fechados. Sorte a nossa que podemos atender em home office.

ps: achei que a obra tinha acabado. Sonho meu. Pelo menos o sinal da internet está perfeito.

15/05/2020 (sexta-feira)

Oi! Tenho que me retratar! São muitas atualizações nesta carta. Desta vez os correios voltaram, mas não tive tempo de enviar a carta. A procura por atendimento está grande. Acredito que todos nós achávamos que isso fosse durar pouco tempo, mas parece que não vai ser assim.

Tenho notado famílias devastadas por uma convivência que antes não era tão intensa e que por muitas vezes mal acontecia. O simples fato de ficar em casa está complicado. Vários pais me buscaram para tentarmos realizar o atendimento dos pequenos on-line. Está dando certo! Já a pandemia está crítica. Acho que está na hora de voltar ao consultório; alguns casos estão complicados de atender on-line. Sinto medo, mas consegui entender que me cuidando e arejando o consultório, usando máscara e distanciamento, pode dar certo! Acho que na próxima semana retorno com alguns pacientes.

ps: vou esperar para, então, te enviar a carta.

29/05/2020 (sexta-feira)

Sobrevivi! Confesso que foi complicado atender de máscara, mas achei que seria pior; é estranho não poder ver o rosto de um paciente novo, vi ele sem máscara só por foto. Estou espaçando os horários para poder limpar tudo entre os atendimentos.

Tenho pensado que tudo parece estar se ajeitando. Lembro que eu me questionava sobre como seria sem aqueles detalhes dos atendimentos presenciais, mas parece que isso apenas mudou, mas não desapareceu. Agora posso entrar no

ambiente do paciente, se agora não posso ver seus pés batendo no chão inquietos, agora posso ver se o quarto está desorganizado, se ele está dentro do carro, pois está sem tempo ou se não tem privacidade alguma.

ps: estamos nos adaptando.

18/01/2021 (quarta-feira)

Sou eu de novo! Me desculpa por estar desaparecido. Acabei perdendo as cartas em meio a minha mudança. Hoje sem falta te envio esta carta; com os correios e os meus atrasos isso virou quase um compêndio.

Por aqui está tudo mais estável. Ultimamente tenho pensado bastante numa coisa. Sempre achei a nossa profissão muito importante, mas agora noto que ela está tomando as mesmas proporções para muitas pessoas, que muitas vezes não acreditavam na importância da Psicologia. É um novo momento e acho que é um momento que veio para ficar.

ps: trago agora duas grandes notícias! A primeira é que até que enfim a obra do vizinho acabou; mas a notícia mais importante é que SIM! Temos uma VACINA!!!! A demora e a espera foram gigantes, mas logo vamos poder nos vacinar. Estou ansioso e espero que em breve a gente possa se reencontrar.

DESTINATÁRIA/O: SEM DESTINO

Luciane Rombaldi David³³

Em março de 2020 fomos todas/os arremessadas/os a um estado de medo, insegurança e incertezas, te lembras? Para algumas e alguns foi possível momentos de suspensão de atividades, de trabalho e de contato com outras pessoas, há até relatos de tédio! Para muitas/os nada pôde parar, nem trabalho, nem contato com outras pessoas. E para todas/os o que ficou em suspensão foi um vírus com sua coroa imponente, em micropartículas flutuantes e impregnantes.

Sobre o consultório, não tive dúvidas! Afinal de contas, alguma coisa precisava ser certa e constante naquele momento, né?! Logo remanejei todas/os as/os pacientes para atendê-las/os na modalidade on-line. Celular em mãos, sessões por chamadas de vídeo e de voz em ação.

Nas sessões por chamada de vídeo, me deparei comigo mesma escutando minhas/meus pacientes, muito estranho! Estranho tão familiar, olhar a si mesma enquanto escuta alguém, como diria Freud (1919, p. 311) "o inquietante é aquela espécie de coisa assustadora que remonta ao que é há muito conhecido, ao bastante familiar". Ele traz ainda que o estranho é aquilo que "deveria permanecer oculto, mas apareceu" (Freud, 1919, p. 338).

Entre atendimentos sempre foi comum a mim dar aquela olhadela nas redes sociais. Numa

33 Psicóloga, CRP 07/19362. Psicanalista. Especialista em Psicoterapia de Orientação Psicanalítica da Infância e Adolescência. Mestranda em Psicanálise: Clínica e Cultura.

dessas olhadelas vi uma postagem que perguntava de forma descontraída quem já tinha se deparado com sua/seu analista olhando a si mesma/o durante a sessão (pensei: ó céus, fui descoberta! O horror!) e a curiosidade me guiou até os comentários da postagem, onde uma pessoa dizia que era falta de ética profissional a/o analista olhar a si mesma/o enquanto atende. Estaria eu faltando com a ética? Eita!

Aqui vai uma confissão, mas não conta para ninguém: num primeiro momento, enquanto escutava a fala da/o paciente através das caixas de som do aparelho celular ou do computador, o olhar ainda desacostumado com essa modalidade de atendimento passeava pela tela. Neste passeio, como num tropeço do olho, por vezes reparava na minha imagem dentro de um pequeno quadrado, se meu cabelo estava arrumado, se os óculos estavam bem posicionados.

Notei então que passei a desviar o quadradinho no qual eu aparecia, inclusive mudando ele de posição de modo a poder enxergar melhor a/o paciente, pois eu estava me atrapalhando. Passado tanto tempo atendendo na modalidade on-line (um ano e três meses) me dou conta que, na maioria das vezes, já não faz diferença aquele quadradinho que mostra a mim, é como se ele não mais existisse ali. É como se eu já não existisse mais ali?

Lacan (1958) traz que no trabalho de análise a/o analista paga com sua pessoa, paga pela pessoa da/o analista ficar de fora, se colocando no lugar de Morto no bridge, jogo de cartas no qual aquela/e que está no lugar de Morto não joga, apenas coloca na mesa as cartas que a/o Declarante nomeia. Por que eu trouxe Lacan aqui? Pois, trouxe para fundamentar

a importância de poder chegar no momento em que a/o analista se vê não mais existindo na chamada de vídeo, quando se interrompe esse eclipsamento pela imagem de si a/o analista pode então, finalmente, escutar a/o paciente. Sim! É preciso atravessar teu próprio narcisismo para poder escutar a/o outra/o, deixar de lado teus sentimentos, a ti mesma/o, a tua pessoa para estar ali não apenas em presença, mas em escuta atenta e flutuante. O ato de manter-se oculta/o a si mesma/o, desafio sempre posto para poder escutar, foi incrementado nestes novos tempos pandêmicos de atendimentos por chamada de vídeo na modalidade on-line.

A propósito, citei um jogo de cartas, escrevo aqui uma carta e de uma carta à outra desdubro então a escolha em relação à/ao destinatária/o desta última: sem destino. Não endereço esta carta a ninguém na mesma intenção que o artista Paulo Bruscky (1970) o fez em sua obra de arte postal "Sem Destino"³⁴. Nesta obra, Bruscky remete cartões postais durante o período da ditadura civil militar no Brasil com o intuito de burlar a censura e testar a Lei Universal da União Postal³⁵, na qual toda correspondência

34 Disponível em: <https://www.facebook.com/museuparticular/photos/paulo-bruscky-performace-sem-destino-1975-1980envelope-performace-paulo-bruscky-/2363447390577260/>.

35 Constituição da União Postal Universal, concluída em Viena a 10 de Julho de 1964. Artigo 5 - devolução ao remetente dos objetos de distribuição impossível; Artigo 21 - responsabilidade das administrações postais. Indenizações. Disponível em: http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_ato2015-2018/2018/decreto/D9358.htm#:~:text=DECRETO%20N%C2%BA%209.358%2C%20DE%2030,5%20de%20outubro%20de%202004.

deve retornar ao remetente, caso o destino da carta não seja encontrado.

Uma carta sem destino sempre volta à/ao sua/seu remetente? De certa forma escrevo esta carta a mim mesma, no sentido de elaborar parte da experiência em atendimento on-line e talvez a falta de destinatária/o contenha o desejo de trocar com toda e qualquer pessoa que tropece nestas letras, nesta carta, e então se identifique, estranhe, conteste, acrescente.

Ainda, a partir da ideia de não nomear uma/um destinatária/o, podemos refletir sobre o endereçamento das falas em análise. Para quem são endereçadas as cartas, as mensagens e falas da/o paciente? Seriam estas remetidas diretamente para a/o analista? Muitas perguntas, não é mesmo?

Em um primeiro momento, para que a análise aconteça é importante que a/o analisante enderece sua fala à/ao analista, colocando a/o mesma/o no lugar de um suposto saber e permitindo que assim a transferência se estabeleça. Mas não é para a pessoa da/o analista que está remetendo suas cartas (te lembrás do lugar de Morto no jogo de cartas?). Quem lê as cartas é a/o analista desde o lugar transferencial que ocupa e para que isso aconteça sua pessoa tem que estar de fora, sua imagem precisa ficar em suspenso. Em última instância é possível dizer que a/o destinatária/o final da carta é a/o própria/o paciente, que através da presença, do testemunho e das intervenções da/o analista pode então ler e escutar a si mesma/o.

Nos encaminhamos agora para o fim desta carta, agradeço a tua leitura atenta, quem sabe até possamos seguir trocando? Estou aqui

imaginando se receberei alguma resposta, se terei minha mensagem retornada a mim através de alguém ou se terei eu mesma que seguir me perguntando sobre tudo isso. Afinal de contas, este é o risco de não endereçar a ninguém em específico uma carta, o risco de que esta não retorne. A propósito, nem todos os postais enviados pelo Bruscky na obra "Sem Destino" retornaram ao remetente. Tempos difíceis vividos na década de 1970, tempos difíceis vividos hoje.

Mas, antes do adeus, fica só mais uma perguntinha: qual será o destino dos atendimentos na modalidade on-line, de seus desafios e de seus efeitos? Escrevendo o adeus, me dou conta do anagrama formado pelas palavras destino e sentido. Um destino possível para as vivências talvez seja encontrar o sentido impregnado nele mesmo. Que a troca de letras possa colocar palavras em momentos tão difíceis, de tantas perdas, tantos lutos, formar frases, e deste texto um testemunho, que só existe se há alguém que o leia e escute.

Sigamos! Com os destinos possíveis.

REFERÊNCIAS

- Freud, S. (2010). O inquietante. In: Sigmund Freud Obras Completas (Vol. 14, pp. 329-381). São Paulo: Companhia das Letras. (Trabalho original publicado em 1919).
- Lacan, J. (1998). A direção do tratamento e os princípios do seu poder. In: Escritos (pp. 591-652). Rio de Janeiro: Jorge Zahar. (Trabalho original publicado em 1958).



CARTA A UMA PARTICIPANTE DO GRUPO COM-POR PRETAS: REFORMULAÇÕES NECESSÁRIAS EM TEMPO DE PANDEMIA

Mariana de Souza Carvalho³⁶

Querida Ana,

Que bom receber notícias suas. Com certeza lembro de você e sua participação, mais do que especial, no nosso primeiro grupo do Com-por Pretas, em 2018. Tantas coisas aconteceram de lá para cá. Alguns novos formatos foram propostos a partir de março de 2020, quando essa pandemia terrível começou a nos assombrar e fazer parte de nosso dia a dia. Foi preciso criar outras formas de continuar oferecendo espaços seguros e acolhedores para que, nós mulheres pretas, cuidássemos juntas de nossa saúde mental, principalmente nesse momento tão delicado e caótico.

Eu e Kelly³⁷ tínhamos planos diferentes para 2020 e precisávamos de um tempo para nos adaptarmos, pois éramos, as duas, pouco familiarizadas com tecnologias. Nosso objetivo

36 Psicóloga, CRP 05/48926. Pós-Graduada em Terapia Através do Movimento. E-mail: carvalho.m.psi@gmail.com.

37 Kelly Pereira Amaral, psicóloga graduada pela Universidade Estácio de Sá, também criadora do Com-por Pretas, professora de História da Rede municipal do Rio de Janeiro com graduação e pós graduação pela Universidade Federal Fluminense. Vem apostando em uma clínica que é constituída por questões sociais, raciais e políticas, desnormalizando assim o saber colonial, eurocêntrico e branco.

era expandir o Com-por convidando outras psicólogas pretas para parcerias em trabalhos pontuais, enquanto nós duas pudéssemos abrir um grupo contínuo, semelhante ao que você participou, porém, sem uma quantidade de encontros já determinada. Um grupo terapêutico contínuo direcionado às mulheres negras. Nunca havia sido nossa proposta tornar esse trabalho virtual, até porque, como você deve se lembrar, práticas corporais tinham um espaço importante no nosso encontro presencial. Foram várias as vezes que pedimos para que vocês percebessem a própria respiração, sentissem os pés no chão, a temperatura da sala, o contato com a pele de outra participante que esbarrasse em vocês durante uma caminhada de olhos fechados pelo consultório. O olho no olho, a experimentação de sensações até então desconhecidas, a partilha na roda de conversa... Tudo isso fez e faz falta. Foi difícil pensar como continuar o trabalho sem essa possibilidade criada a partir do encontro presencial.

Nosso desafio começou pela falta de estrutura tecnológica: tínhamos somente nossos celulares para os atendimentos tanto individuais como em grupo. O plano de internet também não sustentava tamanha demanda. Aos poucos fomos criando formas de habitar esse novo mundo, e apesar de seguirmos 2020 com poucos recursos, foi possível continuar. Também tivemos que voltar nossas atenções para a rede social do Com-por que teve muito mais posts e assim, muito mais seguidores (nos familiarizar à linguagem e a velocidade dessas redes também é um desafio!).

Depois de muitas conversas e reuniões entendemos que seria possível experimentar uma

nova proposta: oferecer módulos temáticos, que poderiam ser vividos de forma pontual (somente um módulo) ou contínua (seguir nos próximos) com duração de 21 dias cada um. Começamos com o tema Solidão e Isolamento, que você deve lembrar que também experimentamos no grupo em que você participou. Achemos que nesse tempo que vivemos, tal tema é de essencial importância, principalmente para nós, mulheres pretas, que somos tão afetadas em tantas esferas sociais, políticas e pessoais. Propomos então pensarmos juntas: quais memórias de solidão nossos corpos carregam? Quais recursos criamos para lidar com as dificuldades geradas a partir de tal temática?

Foram dois encontros virtuais e uma produção escrita, em formato de carta, sobre o que esse tema fazia pensar e lembrar. O primeiro encontro, marcado para o início do trabalho, tinha por objetivo de que todas se apresentassem e que pudessemos conversar sobre o tema, introduzido através de um poema, uma tirinha e um áudio com a leitura de uma escrita coletiva³⁸. Montamos um grupo de WhatsApp para o envio desse material

38 Enviamos para o grupo de WhatsApp um poema da autora Ryane Leão, sem título, que se encontra nas páginas 11 e 112 do livro "Jamais peça desculpas por se derramar"; uma tirinha produzida pela artista Raquel Batista e a leitura de um texto produzido coletivamente pelas participantes do primeiro grupo do Com-por. Cada participante escrevia uma parte do texto e passava para a outra, que dava continuidade à escrita a partir de seus próprios afetos e histórias. No final lemos o texto e vimos que ele representava todas nós. Um trecho: "Como mulher negra, como sou afetada pela solidão? Infância, adolescência, vida adulta, sequências intermináveis. Parece que a solidão nasceu e cresceu comigo. Não me sentia incluída em nenhuma vivência. Era sempre um patinho feio, a mais engraçada para me sentir incluída. A deixada de lado, motivo de piada entre a turma, preconceito que desde nova me atingiu, fazendo com que eu não aceitasse a mim mesma".

tor vita
Nunc

e para comunicações mais curtas. Participaram desse módulo 14 mulheres. Propomos ao longo do trabalho que elas escrevessem cartas e nos enviassem por e-mail. Eu e Kelly dividimos a leitura e devolvemos uma carta para cada uma, apontando pontos importantes e acolhendo o que nos fora contado.

Muitas vezes também fomos afetadas por suas histórias, que nos faziam lembrar as nossas. Somos mulheres pretas também e acreditamos em práticas clínicas em que essas afetações façam parte do encontro, possibilitando aproximações e confiança. Ainda que seja para nós muito nítido que esse é um espaço de cuidado, principalmente para e por vocês, também é um espaço coletivo, que nos inclui, um espaço com a gente. E para além disso, só é possível porque habitamos este mesmo lugar: mulheres pretas em uma sociedade machista e racista. O que temos a certeza de que faz toda a diferença para quem está participando.

Voltando ao trabalho remoto, entendemos que o público para quem oferecemos o trabalho ocupa muitas vezes a base da pirâmide social³⁹, como citado por Aurea Olímpia (2014), e assim, muitas vezes não tem recursos financeiros para arcar com o próprio cuidado. Lançamos então, uma campanha nas redes sociais para que pudéssemos custear nosso trabalho e assim garantir vagas gratuitas ou com valores

39 Os dados apresentados no "Dossiê Mulheres Negras: retrato das condições de vida das mulheres negras no Brasil" realizado pelo IPEA, mostram que as mulheres negras permanecem na base da pirâmide social, sofrendo o peso de preconceitos e discriminações simultâneos, que não só as excluem de determinados espaços pelo fato de serem mulheres, mas também as excluem de outras possibilidades, pelo fato de serem negras".

simbólicos. Nos outros dois módulos, com os temas Tornar-se Negra e AutoAmor também abrimos essa campanha e assim foi possível acolher mais de 30 mulheres. Além disso, com o dinheiro arrecadado pudemos fortalecer o trabalho de artistas pretas que admiramos, que desenharam imagens que fizeram parte do projeto.

Diante dos três módulos pudemos perceber alguns pontos difíceis e outros potentes. Algumas mulheres tiveram mais dificuldade no comprometimento com o trabalho na distância física, além de dificuldades com a conexão da internet, suas travas e delay que perpassaram todas nós em algum momento. Outro ponto de dificuldade são as experimentações corporais. Ainda é um desafio para nós propor práticas sensíveis de encontro com o próprio corpo, com o coletivo e com o espaço que ocupamos, como era antes. Em alguns encontros fazemos uma respiração guiada que tem esse efeito, de chegada e consciência ao próprio corpo, mas outras práticas, que fazíamos com frequência, ainda não foram possíveis reproduzir no espaço on-line.

Em outra perspectiva, o on-line proporcionou algo que não tínhamos antes. Tivemos a participação de mulheres que não chegariam, caso o trabalho seguisse no presencial, por morarem em outras cidades e países, por trabalharem longe e não conseguirem chegar a tempo, por serem mães solas com pouca rede para deixar a/o filha/o.

Com o tempo ficamos mais confortáveis com o trabalho on-line e pudemos retomar nosso desejo de dar início ao grupo terapêutico contínuo, que teve início em novembro de 2020 e segue com as mesmas participantes até hoje, junho de 2021. Nos encontramos quinzenalmente e o grupo tem duração de uma hora e meia. Assim, pudemos aos poucos aprofundar questões e perceber identificações entre as participantes, que partilhando suas histórias, se fortalecem e curam feridas emocionais antigas.

É muito importante sentirmos que estamos resgatando uma forma de aquilombamento, no sentido ideológico do termo, como agregação, comunidade, pessoas que se reúnem para lutar por melhores condições de vida, porque merecem isso, como nos ensina Beatriz Nascimento (1985). Mulheres pretas que se reúnem e partilham experiências ora inspiradoras, ora difíceis, podendo coletivamente ressignificá-las.

Sigamos então nessa construção de caminhos possíveis. Criemos espaços de respiros e descansos para que consigamos continuar, perseverar, inventar formas mais saudáveis de pertencer a esse mundo tão difícil e tantas vezes cruel.

Foi uma alegria imensa contar sobre as atualizações do Com-por para você. Muita vontade de, mesmo seguindo com os espaços on-line, termos também possibilidades de encontros presenciais seguros.

Com carinho,
Mariana Carvalho.

REFERÊNCIAS

Olimpia, A. (2014). Mulheres negras continuam na base da pirâmide social, revela dossiê. Centrac. Disponível em: <https://centrac.org.br/2014/02/13/mulheres-negras-continuam-na-base-da-piramide-social-revela-dossie/>. Recuperado em: 28 de junho, 2021

Nascimento, B. (1985). O conceito de quilombo e a resistência cultural negra. Revista Afrodiáspora, N.º 6-7.



DO REAL AO DIGITAL: NOVOS FORMATOS DO SETTING

Natália Garcia da Rocha⁴⁰

- Oi! Dizia eu fazendo gestos tentando mostrar que o microfone da paciente não estava ligado. Ela sacudia a cabeça e gesticulava com as mãos. Eu tentava auxiliá-la dando algumas orientações e ela desligava a chamada.

- Oi! Dizia eu vendo a tela preta da paciente e ouvindo inúmeros ruídos, crianças correndo e cachorros latindo, numa tentativa de dizer que não estava a vendo e solicitando para desligar o microfone até iniciarmos.

- Oi! Dizia eu ao iniciar uma sessão com uma mãe na cozinha e cuidando das crianças pequenas a sua volta, entre o barulho da panela de pressão e algumas ordens de banho e mamadeira.

Estão sendo dias divertidos e desafiadores para a/o psicóloga/o do mundo on-line, entre falhas de conexão e ruídos, a construção de uma identidade terapêutica de lugar na casa dos pacientes. Vez ou outra me sinto em um reality show, onde toda semana no mesmo horário dou uma espiadinha naquela dinâmica familiar que se mostra durante as sessões. E que barato vem sendo tudo isso. A clínica nos convocou a essa atualização do setting, nos desacomodou do nosso lugar na poltrona e nos colocou de fones de ouvido e microfone, traçando novos contratos iniciais.

40 Psicóloga, CRP 07/23857. Especializanda em Psicoterapia Psicanalítica. MBA em Psicologia Organizacional. Recursos Humanos Generalista. E-mail: caracafreud@gmail.com.

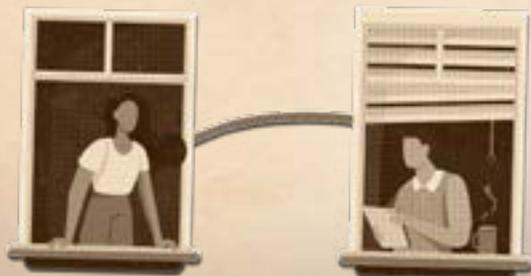
E que contratos difíceis, não é mesmo? As crianças em casa solicitando as mães. O marido que vez ou outra invade o quarto. O adolescente que se sente constrangido, ao pensar que os pais podem ouvir sua sessão. São inúmeras fantasias e fantasmas frente à tela dos nossos celulares e computadores.

Mas que bela experiência vem sendo se atualizar frente a tudo isso, atualizar junto aos nossos pacientes num momento tão crítico, como o que estamos passando juntos. O risco de uma doença que alcança a todos nós, o isolamento, no qual estamos enfrentando juntos, nos aproximou ainda mais desse lado psicólogo humano, onde hoje nos identificamos com conteúdos trazidos pelos pacientes e somos constantemente convocados a responder quando tudo isso vai passar. A ideia de tempo, de quanto tempo ainda estaremos vivendo isso juntos, nos convoca juntamente com o paciente ao enfrentamento, a superação e a elaboração de todos esses conteúdos dolorosos que veem se apresentando durante as sessões. O auxílio, a escuta, a empatia que estamos tendo frente a tantas sensações de desamparo e insegurança, são os contrastes desses atendimentos tão distantes, mas ao mesmo tempo tão próximos. A sensação de estarmos isolados, sozinhos, mas ao mesmo tempo em constante troca com o outro, disponibilizando nosso tempo, nossa escuta e nossa técnica, na tentativa de amenizarmos sintomas e distâncias.

Nunca se falou tanto em solidão num universo onde estamos todos conectados. Nunca se falou tanto em distanciamento, mesmo isolados em nossas próprias casas, alguns com suas próprias famílias. A pandemia nos convocou a repensarmos nossas relações, em como nos colocamos no mundo e como estamos vivendo e lidando com nossos sentimentos. Os contratos se atualizaram. Antes falávamos sobre os horários, hoje

falamos sobre sigilo e privacidade. Falávamos sobre pagamentos, hoje trocamos nossas contas bancárias de maneira fácil e direta. Criávamos fantasias sobre as pessoas que integravam as histórias e hoje vez ou outra elas aparecem de fundo na câmera.

São novos desafios, novos enquadres e sonoridades a cada sessão on-line iniciada, mas o desejo nos fez lutar contra nossas próprias resistências e enfrentarmos a barreira das distâncias, tudo por acreditarmos que é possível acessar nossos pacientes, por essa via do desejo e do investimento. Lutamos contra nossos próprios preconceitos e pré-conceitos de uma clínica tão moderna, mas provando a cada nova sessão, a cada processo de melhora, que é através da nossa aposta junto ao paciente que a terapêutica acontece. É no encontro, seja ele no digital ou no pessoal, que tudo acontece e se transforma. É na transferência, na insistência até que a chamada se inicie ou que o microfone finalmente seja ajustado. É no comprometimento, nos ajustes e nos investimentos da dupla que todo esse universo vem sendo possível. Sempre seremos duplas, de perto ou de longe, pois onde há desejo há processo de melhora.



DO PRESENCIAL AO VIRTUAL: COMPARTILHANDO UMA EXPERIÊNCIA

Olga Nancy Peña Cortés⁴¹

Escrevo estas linhas como uma singela testemunha dos acontecimentos que vivenciamos coletivamente no limiar do ano de 2020. Um ano em que o mundo viu a tênue fronteira entre o local e o global, o individual e o coletivo, a natureza e a cultura ser perturbada pela presença de um micro-organismo letal. Expôs-se a fragilidade humana e a sua existência se vê marcada por um antes e um depois. No que diz respeito ao meu microcosmo social posso afirmar que minha prática profissional sofreu uma reviravolta. Do imperativo presencial repentinamente me vi capturada pelo imperativo virtual. Embora estivesse em meu horizonte iniciar o processo de atendimento psicoterápico on-line ao longo do ano passado, tal processo era ainda um projeto a ser concretizado. E como todo projeto, o meu também se daria à luz de uma implementação processual de forma que pudesse também cumprir com o tempo de maturação para ser realizado. Ledo engano. A terceira semana de março exigiu sua execução no tempo exíguo de um momento para outro.

No dia de hoje, pensando retrospectivamente, percebo que 2020 iniciou envolto em uma espécie

41 Psicóloga, CRP 07/05020. Psicoterapeuta de orientação psicanalítica. Doutora em Filosofia. E-mail: olga.cortes@acad.pucrs.br.

de névoa. Uma névoa indelével que nos cobria sem percebermos. Desde o final de 2019 as notícias iam chegando de maneira esparsa até preencherem todos os espaços de todas as mídias. O vírus vindo da Ásia e que se propagava velozmente pela Europa foi ocupando paulatinamente o noticiário internacional e nacional. O verão brasileiro de 2020, portanto, dividiu as atenções com a catástrofe que vivia a Itália e sua propagação ao redor do mundo. Atravessando fronteiras livremente, a chegada em solo brasileiro seria apenas uma questão de tempo. Estupefatos, assistíamos a impotência de governos e população pelo mundo frente a um vírus literalmente desconhecido para todos, inclusive, para a ciência. Ninguém sabia verdadeiramente como conduzir uma pandemia no século mais avançado tecnologicamente da história da civilização humana. A história das epidemias foi a fonte na qual a ciência se valeu para tentar conter sua propagação: isolamento social e higienização.

Disse há pouco que minha prática profissional sofreu uma reviravolta. Nesse período pré-confinamento, apesar das notícias sobre a propagação do Covid-19 aumentarem vertiginosamente, no microcosmo da minha clínica particular, as sessões transcorriam com seu conteúdo habitual. Estávamos em um período de férias, alguns estavam viajando e os que estavam em atendimento seguiam o rumo de suas sessões sem aparecer qualquer conteúdo relacionado a esse tema. Março, contudo, iniciou trazendo uma tensão diferente nas sessões: havia uma mistura de incredulidade e de preocupação que se mesclava às demandas psicoterapêuticas. E nesse misto de emoções às quais se acrescentaram ansiedade e temor, a segunda quinzena de março nos retirou

bruscamente do presencial. Repentinamente me encontrava às voltas do virtual. A angústia de como continuaria e manteria os atendimentos foi o sinal de que me encontrava diante de um novo começo.

Rapidamente tive que organizar um espaço no interior da minha casa para atender. Precisei reorganizar a rotina de casa, aumentar a velocidade da internet, arrumar um espaço físico que garantisse a privacidade necessária para as sessões. Ao mesmo tempo precisei aprender a respeito de plataformas, dados criptografados, enfim, uma miríade de temas dos quais sabia o mínimo. Concomitantemente busquei a autorização para realizar o atendimento on-line. Tudo isso ocorreu praticamente em 48 horas, já que Porto Alegre iria parar tudo por tempo indeterminado. Vi-me inserida em um turbilhão de afazeres e aprendizados que exigiam flexibilidade para concretizá-los. Não havia tempo para questionamentos se deveria ou não migrar para o virtual. O momento exigia agir e agir inclusive para estabelecer um mínimo de estabilidade em um momento profundamente instável. Tratava-se de encarar um novo começo, uma vez que se tratava de iniciar uma nova trajetória profissional em um ambiente desconhecido.

Entender esse momento como um novo começo deu-se com a reviravolta na agenda. Era preciso recontratar os atendimentos. Cada paciente tinha sua própria realidade pessoal

tor vita
Nunc

e profissional e, portanto, também precisavam reorganizar suas rotinas. Tratava-se de rever horários e, posteriormente, inclusive honorários. Inicialmente, a exigência era menos interpretações de possíveis resistências e mais compreensão diante de ausências, de trocas de horários, de esquecimentos da sessão. Atendo pacientes adultos de diversas faixas etárias e diferentes realidades e, portanto, alguns tiveram mais dificuldades do que outros para encontrarem um espaço que fornecesse privacidade, uma conexão segura e aparelhos que comportassem uma internet mais veloz. Algumas situações como interrupções bruscas das sessões e a posterior mensagem que caiu a internet, a diminuição do tempo da sessão por causa de alguma questão familiar ou mesmo a entrada de um familiar que esquecera que era o horário da terapia me demandava outra postura. A escuta exigia flexibilidade e empatia.

Em verdade estávamos todos desacomodados, mergulhados em um mundo ameaçador (o medo do contágio era real) e desconhecido. Compreensão e disponibilidade afetiva era condição sine qua non nesse momento impondo um novo exercício na escuta do outro. Não era mais uma sessão presencial, na qual a relação era direta entre eu e o/a paciente. Agora estávamos mediados por um aparelho que possibilitava a comunicação via internet. Tal mediação acarreta, muitas vezes, uma comunicação truncada, seja por conta do delay, de paralisações momentâneas, congelamento de imagem, seja simplesmente uma queda que exige uma nova reconexão. Isso acarretava em perguntas de uma parte e da

outra a respeito da presença efetiva do outro/outra. Novidades que se inseriram no espaço terapêutico e que me demandaram aprender a esperar nanossegundos para realizar uma intervenção a fim de não sobrepor uma fala na outra, identificar se o silêncio do paciente era um silêncio dele ou era alguma interferência da conexão, entre outras situações. A atenção antes flutuante passou a ser uma atenção concentrada em tudo o que ocorria. Sentia-me como quando iniciei minha trajetória profissional há muitos anos atrás: desconfortável em uma poltrona que ainda parecia não me pertencer.

Acrescenta-se a isso o contexto social em que estávamos inseridos, um contexto de tensão e de preocupação constantes. Não eram incomuns as perguntas a respeito da minha saúde, da saúde da minha família ou comentários sobre as notícias científicas e políticas. Posso dizer que isso abriu outra dimensão na relação terapêutica: a do cuidado mútuo. Identificados na frágil condição humana, eu enquanto psicoterapeuta e o outro enquanto paciente demonstrávamos um ao outro o respeito e a preocupação afetiva para além da relação profissional instaurada. Permiti-me receber dicas de pacientes jovens mais familiarizados com essa engrenagem virtual, da mesma forma que me senti convocada a responder a questões sobre temas diversos. A empatia era ação mútua. Uma postura que atraía inquietudes e ansiedade, pois me sentia ocupando uma espécie de não lugar, como se

estivesse simultaneamente tocando um instrumento enquanto dirigia uma orquestra. Frequentávamos um novo território para o qual tínhamos que encontrar um novo lugar.

Um novo lugar que instigava ser construído paulatinamente a partir da certeza de que ambos (eu e o/a paciente) experimentávamos a mesma sensação de estranheza e o mesmo sentimento de curiosidade. Por um lado, éramos estrangeiros nessa nova caminhada, eu e cada um e cada uma dos (as) pacientes que atendia embarcamos nesse processo de familiarização. Por outro lado, a curiosidade entendida como a energia herdada da infância que impulsiona o desbravar do novo e do desconhecido nos permitia apostar na continuidade dos atendimentos. Cada qual com seu tempo e suas ferramentas. Cada qual com sua bagagem filosófica e vivencial. Da minha parte foi a experiência teórico-prática que guiou meus passos tornando-se a bússola que orientava minhas ações sem perder o rumo.

O cansaço, quase um esgotamento físico e mental, com que terminava o dia era consideravelmente mais intenso do que antes. As dúvidas sobre como conduzir todas as novidades enquanto as estava praticando impulsionou a busca por colegas e amigas da área a fim de compartilhar ideias e sentimentos. Cuidar do outro implica em cuidar da gente mesma. E nessa linha uma rede entre colegas possibilitou mitigar ansiedades e iluminar possibilidades. Igualmente a disponibilidade de webinars de diversas instituições, principalmente, da International Psychoanalytical Association (IPA), permitiu-me ouvir de diversos psicanalistas experientes dos mais diferentes países os mesmos temores, as mesmas dúvidas e os mesmos passos inseguros que davam na

nova modalidade. A única certeza compartilhada era que as incertezas encontravam no arcabouço teórico psicanalítico o ponto de ancoragem.

Para encerrar meu singelo testemunho posso dizer que o que muda é o meio, mas não o conteúdo. Explico-me. Fomos colocados à prova pessoal e profissionalmente. E para falar de mim, do início tumultuado e desconfortante, hoje me sinto confortável na nova poltrona que ocupo. O que não significa que não haja limites nos atendimentos on-line, eles existem. Mas, hoje posso dizer que é possível conduzir uma psicoterapia nessa modalidade. Na medida em que esse ambiente deixa de ser desconhecido, suas vicissitudes não interferem mais como no início, da mesma forma como algumas questões e comentários foram cessando paulatinamente. Ainda é cedo para elaborar teorias, para identificar consequências e tecer futuros. O momento demanda narrar para pensar e elaborar os lutos que temos individual e socialmente. O luto inclusive advindo dessa migração. Com isso, permito-me colocar que a única certeza que tenho hoje tem eco nas palavras do filósofo e poeta francês Paul Valéry: "o futuro é como o resto: ele não é mais o que era" (Valéry, 1988, p. 159).

REFERÊNCIAS

Valéry, Paul (1988). Notre destin et les lettres (1937).
In: _____. Regards sur le monde actuelle et autres
essais. Paris: Gallimard.



PSICOTERAPIA ON-LINE E A PANDEMIA: SENSIBILIDADE PARA ESTAR JUNTO ENQUANTO ESTAMOS DISTANTES

Vaneila Buaszik⁴²

Ao Conselho Regional de Psicologia do Rio Grande do Sul,

*Andávamos tão invernos
Que qualquer outono
Nos fazia acreditar
Não existir primaveras.
Mas ouvimos, cá dentro
Como uma brisa despreziosa:
Vai passar
Vocês verão.
(Carolina Silvestre, 2020)*

Era final de um dia de outono. Olhava para fora da janela do meu apartamento e já estava noite. Desde o início da pandemia, minha casa também se transformou em meu consultório, de onde atendo todos os meus pacientes por chamada de vídeo. Esta mudança aconteceu de uma maneira repentina, frente à ameaça do Coronavírus, com a determinação do isolamento social, muitos estabelecimentos foram fechados e nos recolhemos em nossas residências.

Foi preciso expandir nossa maneira de pensar frente às novas condições que o cotidiano clínico do trabalho na pandemia nos apresentou. Repentinamente, me encontrei em uma situação

42 Psicóloga, CRP 07/18107. Especialista em Psicoterapia de Orientação Psicanalítica da Infância e Adolescência. E-mail: psicovaneila@gmail.com.

inédita, sem muito tempo para elaborar e pensar neste novo formato de trabalho. No começo surgiram muitas dúvidas, eu particularmente atenderia pela primeira vez na modalidade on-line. Os pacientes iriam se adaptar? Seria possível manter o setting? A conexão - em todos os sentidos - seria possível? Hoje, quase um ano depois, parece que estamos mais adaptados, mas não menos suscetíveis a sermos surpreendidos. Acho que aí que reside a beleza de nossa profissão: quando abrimos a porta do consultório, ou neste caso, quando atendemos a chamada de vídeo, nunca sabemos o que nos espera, e precisamos estar disponíveis para nos deixar tocar por aquele que nos confia sua história.

Então, naquele dia de outono, aguardava aquele que seria o último atendimento do dia. A paciente é uma jovem adulta que está em tratamento há quase dois anos. Assim que a vejo na tela do celular, percebo que seu semblante está diferente. "Estou com Covid - ela anuncia - suponho que peguei no meu trabalho. Me sinto muito mal, tenho dificuldade para respirar, não tenho forças, só consigo ficar deitada." Confesso que aquele relato me pegou de surpresa. Eu não estava alheia à realidade, vinha acompanhando o aumento assustador no número de mortes e casos confirmados. Tinha notícias de conhecidos que haviam contraído a doença. Mas ao me deparar com a jovem paciente, totalmente fragilizada, parece que a ameaça da pandemia tomou uma concretude, ficou muito próxima de mim. Aquela fala repercutiu em mim de maneira intensa. Imediatamente fui tomada por uma enorme angústia, senti vontade de chorar. Em seguida me ocorreu uma necessidade de assegurar para a paciente que tudo aquilo ia passar, que ela ficaria bem e

que não havia motivo para preocupação. Todas essas sensações e pensamentos passaram por mim em uma fração de alguns segundos. Naquele momento, eu precisei viver esses sentimentos e não ter medo de ser atravessada por eles.

Então pude entender que me senti particularmente tocada, e enquanto ouvia seu relato, retomava meu lugar enquanto terapeuta. Mas durante alguns instantes, sim, eu me permiti ficar totalmente perdida. Bion (apud Zimmermann, 2004) nomeia esta condição de suportar o não saber como importante capacidade negativa do analista. Eu poderia me deixar tocar por aquela paciente que confiava a mim esta passagem difícil de sua história, mas também precisava oferecer a ela um ambiente acolhedor, para que pudesse expressar ali sua vivência. Me coloquei, então, como alguém que estava ali, presente, investindo afeto e cuidado, mas que não agiria de forma intrusiva. Se por um lado a distância física do atendimento online me protegia do contato com a doença, por outro, não impedia nossa proximidade afetiva, e assim fomos construindo juntas o caminho que iríamos trilhar.

Para minha paciente, a experiência deste adoecimento estava sendo, sobretudo, extremamente solitária. Além de morar sozinha, percebia que não podia compartilhar o que estava sentindo com seus familiares, pois percebia que os mesmos se mostravam assustados. Assim, na sessão, ia verbalizando sobre seus sintomas.

Mais do que isso, neste espaço foi permitido a ela nomear também a possibilidade e os temores de morte. Ali, cada palavra dita era intercalada com tosses insistentes, dificuldade para respirar, expressões de desconforto e momentos de silêncio. O silêncio também se constituía como um importante recurso de comunicação. Aliás, enquanto psicólogas/os, escutamos até o que as palavras não dizem.

Minha paciente se recuperou da Covid após duas semanas. Foram momentos difíceis, mas na psicoterapia houve espaço para construir novas potencialidades, para desenvolver a esperança. Ainda há muitos capítulos a serem contados antes do fim da história. Entendo ser precoce mensurarmos os impactos que esta pandemia teve em nossa subjetividade. Mas penso que enquanto existirem encontros, como este que narrei acima, nos quais pudermos oferecer ao outro nossa escuta verdadeira, existe também a possibilidade de produzirmos novos sentidos para a realidade que vivenciamos.

Porto Alegre, 29 de Junho de 2021.

Referências

- Zimmerman, D. (2004). Bion da Teoria à Prática— Uma leitura didática. 2 Ed. Ampliada. Porto Alegre: Artes Médicas Editora
- Silvestre. C. M. (2018). Língua Mãe. Porto Alegre: Edição do Autor.

Alquam viverra orn
um di
istiq
e. Cur
isi he
grevi
t vari

erna
dig
tiqu
ura
av
ar

CAPÍTULO 2 - REFLEXÕES ÉTICO-POLÍTICAS EM TEMPOS PANDÊMICOS

LÉLIA GONZALEZ, CUMÉ QUE A GENTE FICA?

Ademiel de Sant'Anna Junior⁴³

À querida Lélia Gonzalez! Quem aqui escreve é uma bixa preta que se atreve entre a poesia, a música e a Psicologia. Bora bater um papo sobre clinicar nestes tempos encharcados de políticas de morte postas como naturais a nossas/os corpos/os pretas/os⁴⁴? Minha aposta é a inseparabilidade entre clínica, história, política e poética. E nesta direção amparo-me em seu texto: "Racismo e sexismo na cultura brasileira" datado de 1984. Com este texto você sacode posições que ainda hoje insistem em permanecer as mesmas.

As coisas por aqui não andam boas não... De onde escrevo contabiliza o calendário o ano de 2021, e desde o ano passado perdemos 500 mil vidas⁴⁵ por aqui. Vivemos uma pandemia do medo, o nome do vírus é Covid-19. Lá se vão quase dois anos que não podemos pelas ruas circular, aliás, quando é inadiável sair, o uso de máscaras é obrigatório. Uma boa notícia é que a sua luta e de

43 Psicólogo, CRP 07/22834. Mestrando no Programa de Pós Graduação em Psicologia Social Institucional (UFRGS). E-mail: psi.ademieljunior@gmail.com.

44 Escolho neste texto transbordar gestos que busquem transgredir as fixações da língua no masculino, apostando na desmontagem da gramática portuguesa sexista, conforme nomeia Grada Kilomba (2019). Afirmando a expansão das desinências como invenção de outras poéticas linguísticas possíveis.

45 Disponível em: <https://g1.globo.com/politica/noticia/2021/06/19/marca-de-500-mil-mortos-pela-covid-gera-reacoes-de-autoridades-e-politicos-saiba-o-que-disseram.ghtml>. Acesso em: 19 jun. 2021.

tantas outras mulheres negras tem aberto o "espaço na mesa" (Gonzalez, 1984), tem um pessoal que está no fronte do combate e, não podia ser diferente, aprendemos contigo, nossa mais velha, a não ter medo de afrontar. E hoje Lélia, a nossa história somos nós que vamos contar. Lutamos por liberdade, e quem quiser pode ir chegando porque nessa mesa ninguém é impedido de sentar.

No início de março de 2020, tentávamos compreender juntas/os no Coletivo Adinkra de Saúde Mental e Relações Raciais⁴⁶ este processo que começaríamos a vivenciar, um bombardeio de informações chegavam todos os dias. Assustadas/os, foram nas trocas em coletivo que ensaiávamos reconfigurar nossos processos clínicos. Como acolher, escutar e reinventar este clinicar quando estávamos no "fio da navalha", frente ao período de afastamento social? O atendimento on-line mostrou-se importante recurso neste momento, mas como continuar atendendo aquelas/es que não contam com os recursos da conexão com a internet, um computador ou celular? Precisamos abrir as janelas na clínica ou pedir licença para entrar na casa das/os pacientes.

Logo descobrimos que o Covid-19 ataca os pulmões, tirando nossa capacidade de inspiração... Nos ataca também nos sabores, cheiros e na mobilidade. Lélia, imagina um país do tamanho do Brasil ficando em casa? Escolas e universidades fechadas... Tudo que não era "essencial" parou de funcionar. Foi quando surgiu um "novo" discurso daqueles mesmos caras que gozam tentando explicar o que é ser negra/o para nós (Gonzalez, 1984). Falaciosos e negacionistas romantizam uma pandemia mundial dizendo: "O

46 Coletivo composto por psicólogas/os e psiquiatras negras/os no Rio Grande do Sul. Disponível em: <https://coletivoadinkra.com/>. Acesso em: 17 jun. 2021.

vírus é democrático e é um recado para o mundo, somos todos iguais". Lembro na época de me perguntar quais perigos rondam esta suposta "democracia do vírus"?

E eu como estou? Sinto raiva, muita raiva queimando cada poro em mim. Dentro de mim explodem em larvas, as dores de perceber a necropolítica (Mbembe, 2018) fazendo da gestão da pandemia de Covid-19, uma seleção desavergonhada de alguns corpos que devem viver em detrimento de corpos/os pretas/os e indígenas, para quem a morte é endereçada. Roberta Gondim de Oliveira (2020) nos ajuda a analisar esta operação denunciando a negligência no registro das desigualdades sociorraciais⁴⁷ desde o início da pandemia onde 45% das notificações de mortes por Covid-19 disponibilizadas pelo Ministério da Saúde não têm o quesito raça-cor assinalado, dificultando, assim, a apuração de importantes dados epidemiológicos para a construção de estratégias protetivas contra o vírus. Segue a autora "(...) destituindo as populações negra e indígenas dos aparatos e princípios do Estado de direito" (Oliveira, 2020, p. 67-68), negando-se em ato a condição de sujeitas/os, destas corpos/os pretas/os. Por isso te escrevo Lélia, para não sufocar. Por vezes a indignação é tanta que a vontade é gritar: "Vai pra lá cara pálida com suas hashtags, porque na prática quem de fato não precisou sair de casa?".

A primeira vítima fatal do Covid-19 no Rio de Janeiro⁴⁸, uma das primeiras vítimas do Brasil, já

47 A autora utiliza os indicadores sociorraciais para apresentar dados perspectivados a partir dos quesitos raça/cor. Para mais informações sugiro a leitura do capítulo Racismo e suas expressões na saúde In: Direitos humanos, saúde mental e racismo: diálogos à luz do pensamento de Frantz Fanon. Magno, P. C. & Gouveia. Disponível em <http://cejur.rj.def.br/uploads/arquivos/f69bf38dcc31430e90ae368657f66a6f.pdf>. Acesso em: 10 jun. 2021.

48 Disponível em: <https://noticias.uol.com.br/saude/ultimas-noticias/redacao/2020/03/19/primeira-vitima-do-rj-era-domestica-e-pegou-coronavirus-da-patroa.htm>. Acesso em: 10 jun. 2021.

denuncia esta tentativa desonesta da colonialidade e seus braços fortes, o racismo e o sexismo na manutenção de práticas discursivas privilegiadas de pessoas brancas que, seguras se mantém por séculos em suas casas endinheiradas. Prevaecem na arquitetura, geografia e história colonial racista e sexista da burguesia brasileira, na planta dessas casas o "quarto de empregada", e as relações veladas e violentas que também residem neste "cômodo", dentro e fora das opressões sustentadas na imagem das trabalhadoras domésticas. Dona Cleonice Gonçalves⁴⁹ desde seus 13 anos de idade era trabalhadora doméstica. Ia até a casa de seus empregadores todas as semanas, fazendo uma viagem de quase três horas do município de Miguel Pereira, Região Serrana do Rio de Janeiro, para o Leblon, Zona Sul do Rio de Janeiro. Lembro-me de ter a impressão de que a notícia de sua morte era relatada sem nenhum espanto pela imprensa. O fato dela ter sido acometida pelo Covid-19 após ter contato com seus empregadores que retornaram da Itália, no momento em que a pandemia se agrava na Europa, não era o foco das reportagens. Por outro lado, outra notícia se ocultou, e apareceu quase como nota de rodapé meses depois, Cleonice Gonçalves, a primeira vítima do Covid-19 no Rio de Janeiro,

49 Disponível em: <https://camtra.org.br/relembrar-para-nao-esquecer-primeira-vitima-da-covid-19-no-brasil-foi-uma-empregada-domestica/>. Acesso em: 14 jun. 2021.

era uma mulher negra. Pois é Lélia, repetem-se aí as convenientes negações que pariram o Brasil desde o século XVI, e nesta tentativa de fixação das relações opressoras brancas "cis-hétero-patriarcais", Carla Akotirene (2018) costura contigo e com outras intelectuais negras a inseparabilidade das opressões que constituem raça, gênero e classe no Brasil. São intersecções estratégicas de perpetuação do poder em mãos brancas e sujas do sangue que escorrem de nossa corpa/o preta/o.

Lélia, escrevo-te ainda de um período histórico que se inicia antes da pandemia, onde o fundamentalismo radical religioso e de extrema direita faz emergir, dos mais profundos esgotos coloniais, uma figura pútrida, que corporificada na presidência do país e disseminada por diversas instituições, não apenas se estabelece, mas se afirma a partir de políticas genocidas de estado, acompanhadas do sarcasmo e do cinismo branco-cis-hétero-patriarcal. São tempos muito difíceis, e é neste cenário que precisamos, impreterivelmente, estudar o seu pensamento nas formações universitárias em Psicologia e em outras áreas. Pensar uma topologia da formação do inconsciente e não falar das políticas que fundamentam o Estado por onde se inscrevem "modos de ser Brasil" naturalizam toda esta merda colonial, racista e sexista. É uma pilantragem que não deixaremos permanecer. É urgente nomear a "neurose cultural brasileira"

(Gonzalez, 1984) que, sustentada na negação e no silêncio, se estabelece enquanto perpetua os ganhos/privilégios destas estruturas coloniais brancas-cis-hétero-patriarcais.

Vamos encarar... Assim como não é coincidência o fato da primeira pessoa a morrer no Rio de Janeiro por Covid-19 ser uma mulher negra, trabalhadora doméstica, também não é ao acaso que 45% dos registros iniciais do Coronavírus liberados pelo Ministério da Saúde nos primeiros meses de 2020 teriam ignorado o quesito raça/cor. Não há mais tempo, ou paciência, para estas ingenuidades desonestas.

Despeço-me por aqui Lélia, depois de partilhar contigo tantas indignações e urgências que precisam ser ditas neste clinicar frente a uma pandemia. Resistimos nos inventando em novos imaginários (Glissant, 2005), como arquipélagos conectados por águas que nos ensinam desde seus fluxos, poéticas que inventem o "ser no mundo" à medida que inventam novos mundos. Faço desta carta manifesto e afirmação, advertindo que mesmo que tentem nos silenciar, nossas vozes, nossas histórias não se encerrarão em nós. Elas nos transpassam, nos transitivam (Sant'Anna, 2020), fazendo transgredir, rachar, trair e quebrar tantas vezes, quantas forem necessárias às estruturas cimentadas pelos projetos coloniais, racistas e sexistas de repressão e dominação. Este é meu compromisso companheira! Encerro esta correspondência esperançoso enquanto te escuto em tantas vozes pretas, afinal, nunca coubemos no silêncio.

Ademiel de Sant'Anna Junior

REFERÊNCIAS

Akotirene, C. (2018). O que é interseccionalidade. Coordenação Djamila Ribeiro. Belo Horizonte: Letramento.

Gonzalez, L. (1984). Racismo e sexismo na cultura brasileira. Revista Ciências Sociais Hoje. Anpocs. p. 223-244.

Glissant, É. (2005). Introdução a uma poética da diversidade. Juiz de Fora: Editora da UFJR.

Kilomba, G. (2019). Memórias da plantação: episódios de racismo cotidiano. Tradução Jess Oliveira. Rio de Janeiro: Cobogó.

Sant'anna, A. J. (2020). Clinicar na transitividade: Insurgências amefricanas descalças como Relatos de experiências desde gestos - poéticas e políticas. In: A Matriz Africana: Epistemologias e Metodologias Negras, Descoloniais e Antirracistas. Alves, M. C. & Jesus, O. Ò. K. J. P. de. (Orgs.) Porto Alegre: Rede Unida.

Mbembe, A. (2018). Necropolítica: biopoder, soberania, estado de exceção e política da morte. São Paulo: N-1 Edições.

Oliveira, R. G. (2020). Racismo e suas expressões na saúde In: Direitos humanos, saúde mental e racismo: diálogos à luz do pensamento de Frantz Fanon.

Magno, P. C. & Gouveia, R. (Orgs.) Defensoria Pública do Estado do Rio de Janeiro: Rio de Janeiro.



CARTA A UM(A) COLEGA NO FUTURO

Caio Cesar Piffero Gomes⁵⁰

Caro colega, ao mesmo tempo em que lhe cumprimento, lhe digo que gostaria muito de estar vivendo em sua época. Se há algo que me angustia é a impossibilidade de não mais estar acompanhando os desdobramentos sociais e os avanços tecnológicos nos tempos futuros, proporcionando experiências, hoje inimagináveis, considerando que a sua deve estar sendo arrebatadora, assim espero.

O planeta terra, à época em que vivo, passa por situações desafiadoras. Conhecimentos ortodoxos sobre a constituição da personalidade se diluem, como diria Bauman (2001), sobrepujados por indescritíveis e maravilhosas outras configurações mentais, expressas em cada novo caso clínico. Uma das situações intensas que se vive é a pandemia causada pelo coronavírus, que causa a doença denominada de Covid-19. Ela é tão letal quanto inofensiva. Existem várias hipóteses explicando o surgimento do coronavírus. Uma delas se refere ao desmatamento exacerbado e violento, entendido como possível causa do desalojamento deste vírus de seu habitat natural e, sendo forçado a se locomover, enquanto procura um novo lugar no qual possa sobreviver, tornou a humanidade seu hospedeiro. É um micro-organismo, porém, pela sua capacidade rápida de se expandir, assim como,

50 Psicólogo, CRP 07/1826. Especialista em Psicologia Clínica. Mestre em Saúde Mental. Doutor em Política e Práticas Sociais. E-mail: gomescaiop@gmail.com.

de transmutar suas estruturas, avança em combate mortal contra a humanidade.

Estamos aprendendo muito nesta guerra, assim como aprendemos com todas as que a antecederam, quando humanos planejavam e desenhavam aparelhos mortais, para matar uns aos outros. O modelo de autodestruição ainda não acabou. Outra hipótese, sobre o surgimento do coronavírus, é a de que ele tenha sido gerado em laboratórios, sabe-se lá porque, e por descuido ou mesmo propositadamente, tenha alcançado humanos como hospedeiros e, a partir daí, proliferando-se como fogo em palha. Não vou me estender na descrição de detalhes, porque esta passagem histórica deve estar registrada em seus registros. Desperta curiosidade em imaginar a tecnologia disponibilizada a você e como você acessa as informações do seu presente e do passado. Outra curiosidade pessoal são os estudos sobre os deslocamentos no tempo, desejo que estejam avançando.

Quando formei em Psicologia, a impressão que tinha era a de que os compêndios explicavam tudo o que era necessário para a prática da Psicologia Clínica. Davam-me a impressão, pela robustez dos compêndios, que bastava entender as condensadas teorias sobre o comportamento humano e se estaria de posse dos conhecimentos indispensáveis, para acolher os que agonizam em silêncio.

Nossa época está cada vez mais frenética devido às inovações. No entanto, é linda e fascinante. Valeria um retorno no tempo para conhecê-la. A condição atual de vida obrigou a momentos de isolamento social, necessários para dirimir o contato entre as pessoas, pois pela respiração e gotículas salivares, são transmitidos, uns aos outros, o citado vírus. Há quase dois anos oscilamos entre mobilidade social

a trancafiados. Estranhamos e sofremos com isso.

Aprendemos, meu/minha caro(a), que a espécie humana não confina as suas necessidades sociais. Corre os mais diversos riscos, mas sempre que oportuniza, torna a transitar e a ocupar lugares, mesmo correndo riscos, pois dependemos do olhar, do abraço e das palavras uns dos outros, até mesmo para manter a nossa saúde mental. E é sobre isso que desejo ocupar um pouco mais a sua atenção, relatando-lhe os desafios da nossa profissão, psicólogas/os clínicos.

Antes da pandemia, tínhamos conhecimento da evolução exponencial da tecnologia, mesmo as comunicacionais, pois já existiam, no entanto, estavam sendo utilizadas com excesso de zelo, menosprezo e reservas. Quando isoladas, as pessoas entediaram e apresentaram desordens emocionais, excederam em comportamentos compensatórios, fazendo uso excessivo de alimentos, bebidas alcóolicas e o número crescente registrado nos ambulatórios, em busca de socorro mental, somado ao daquelas que optaram em deixar a vida, preveniram para expandir ofertas à saúde mental. Enclausuradas, a ansiedade elevou, e encurraladas, brotou o pânico em que não tinha e o sufoco nos mais fragilizados. Não podiam trabalhar, e os empregos e a renda foram desaparecendo, enquanto mortos e mais mortos presentificavam a gravidade da

situação. Governantes desnorteados ironizavam, outros negavam a gravidade e alguns preferiam incentivar a exposição das pessoas aos lugares de trabalho, temendo a desaceleração da economia local e mundial.

Resumidamente explicando: este é o contexto em que se vive e desta condição expandiram-se as plataformas virtuais de atendimento psicológico, como uma das alternativas de acolhimento viável e experimental, em grande escala. Ainda estamos aprendendo (psicólogas/os) a lidar com elas, pois esta modalidade foi recentemente aprovada, em 2018, pelo Conselho Federal de Psicologia, para ser utilizada na clínica psicológica.

Em sua realidade, colega, creio haver tecnologias incríveis para esta finalidade, que o pouco que vou lhe relatar sobre a nossa prática psicoterapêutica na modalidade remota, certamente lhe parecerá rudimentar. Foi a necessidade imperiosa que nos proporcionou utilizar o avanço tecnológico, que permanecia reservado e nos possibilita fazer uso das maravilhosas ferramentas que dispomos e estamos nos dando bem com elas.

Frente às telas digitais, as mais diversas experiências clínicas não tardaram surgir e, de certa maneira, questionando referenciais acumulados a mais de século. Na clínica virtual, os clientes ocupam lugares diversos, assim como se apresentam de maneiras imprevisíveis. Estranho, porém, não menos apropriado e nem menos ético se tornou o setting terapêutico. As paredes, os ruídos, as roupas, a qualidade da internet, dentre tantos outros detalhes, emitem mensagens insonháveis à prática clínica tridimensional,

tornando o setting clínico digital, falo por mim, instigante para o surgimento de novas teorias, sobre as modalidades psicoterapêutica decorrentes. Quanto tempo de interrupções na comunicação é tolerável e o congelamento da imagem durante a consulta? Faz parte das forças psicoterapêuticas ou são resultados apenas da má qualidade da internet? O processo transferencial, não me parece afetado, mas quando nos deparamos com vínculos instáveis e situações de risco, ainda careço de certeza, sobre como agir.

Continuar me aprofundando sobre as nossas precárias práticas psicoterapêuticas on-line, deve ser enfadonho para você, por isso, me apresso em saber, como se apresentam as novas constituições subjetivas e como se relacionam como o que denominávamos de inteligência artificial (IA). Algumas pessoas temem ser controladas por ela e argumentam que os algoritmos servem para expandir este controle, assim como muitas pessoas não se vacinam, acreditando no absurdo de que junto às vacinas, chips serão inoculados, com a finalidade de controlar as mentes humanas. Muitos acontecimentos em minha época fazem crer que diferentes constituições mentais estão sendo forjadas e é bem possível que Harari (2018) esteja certo ao sugerir que a evolução tecnológica, acontecendo em todas as áreas, e não disponível a todos, levará ao surgimento de uma nova espécie humana, tão diferenciada da atual, que não será possível, nem mesmo a

reprodução entre uma outra, como é impossível a reprodução entre humanos e gorilas.

Atendência, na nossa época, é de que a sofisticação dos aparelhos eletrônicos comunicacionais evoluirá para se tornarem somente telas touches, de onde tudo poderá ser acessado e operado. Memórias e armazenamentos de conteúdos predominarão em nuvens digitais, facilitando o compartilhamento do conhecimento, quando a humanidade estará integralmente conectada e sempre recomeçando; surgirá sempre "formas inéditas de pensar, a partir de buscas perfeitas, memórias totais e completas, de alcance planetário exigindo uma nova mente para uma espécie antiga". É desta compreensão que Kelly (2017) entende o "Começar".

Colega, ratifico, interesse-me muito sobre a evolução dos estudos sobre o tempo e a possibilidade de nele se deslocar. Desejo que esta chegue em tempo de que possa me visitar e compartilhar seus conhecimentos, principalmente, sobre o que é a prática da psicoterapia em sua era e como se caracterizam os humanos que nela vivem, considerando que "o futuro, para nós, ainda é uma caixa preta." Lembro, caso já tenha lido essa missiva (que coisa antiga) e lhe despertado o desejo de vir agora em 2021, traga a sua máscara, pois, mesmo com a rapidez com que as vacinas estão sendo desenvolvidas e, para esclarecimento, nunca a humanidade gerou tantas variedades, em tão pouco tempo e nem tantas dúvidas se são eficazes ou se são instrumentos de manipulação, ainda vivemos incertezas, de quando ficaremos livres do coronavírus. No planeta, até hoje, morreram mais de 10 milhões e no Brasil mais de 533 mil pessoas.

Caro colega, com apreço lhe aguardo aqui no Sul do Brasil, no Rio Grande do Sul, onde serás recebido com um bom churrasco, não sei se sabes o que é isso,

que mantemos como tradição oferecer, quando recebemos amigos.

Na espera.

Grande abraço do colega Caio

REFERÊNCIAS

Bauman, Zygmunt (2001). Modernidade Líquida. Rio de Janeiro, RJ: Zahar, 2001.

Kelly, K. (2017). Inevitável: as 12 forças tecnológicas que mudarão nosso mundo. São Paulo: HSM.

Yoval, H. (2018). 21 lições para o século 21. 1^o ed. São Paulo: Companhia das Letras.



O QUE SERÁ DA TERÇA-FEIRA?

Chrystian da Rosa Kroeff⁵¹

Recebi a notícia essa semana e ainda não acredito que tu te foi. Faz tão pouco tempo que falamos pela última vez, discutindo um dos casos que mais tem me mobilizado. Preciso dizer que desconfiei que algo não ia bem quando tu não entrou na sala on-line na última terça-feira. Fiquei ainda mais preocupado ao não receber nenhuma resposta no celular.

Acho que foi difícil, sabe? Acreditar que algo ruim realmente poderia ter acontecido. A gente vê todos os dias aquele número de mortes aumentando, pessoas sendo internadas sem nem poder se despedir direito de seus familiares, tantos laços sendo rompidos. Foi difícil sequer considerar que tu poderia ter sido uma dessas pessoas.

Tu me ensinou a sempre pensar quais defesas estão sendo mobilizadas nos meus pacientes. O que os tem impedido de sucumbir totalmente a uma realidade dramática demais para ser encarada por inteiro. Aquele recurso último que, mesmo gerando algum tipo de sofrimento, ainda garante um mínimo de estrutura. Bom, não pensar na tua possível partida é a negação que tem me permitido viver mais uma semana. Precisei me defender do fato concreto de nunca

51 Psicólogo, CRP 07/25302. Mestre e Doutorando. Especialista em Avaliação Psicológica. Especialista em Neuropsicologia pelo. Professor no curso de Psicologia da UNISINOS. E-mail: chrystiankroeff@gmail.com.

mais ouvir tuas palavras, de compartilhar de teus insights sempre tão perspicazes sobre os pacientes que eu escuto. Mas é como tu já me disse: a realidade sempre bate à porta. Então eu escrevo. Preciso escrever.

Eu havia recém terminado a última sessão da manhã. Foram três em uma sequência que mal deu tempo de conferir o celular entre uma e outra. Ainda tive problemas de conexão e um dos atendimentos foi interrompido por silêncios involuntários inúmeras vezes - aqueles desligamentos que não controlamos, tão comuns nos dias de hoje. A imagem do paciente congelada na tela. A incerteza se o problema é aqui ou se é lá. Precisar perguntar tantas vezes "tu tá me escutando?", "tu me ouve?".

É uma pergunta tão significativa, essa. Quantas vezes aqueles a quem escutamos na clínica não se perguntaram isso na intimidade de seus pensamentos? O quanto já duvidaram de nossa capacidade de compreensão de suas dores e de suas angústias? Nunca é fácil se deparar com a alteridade. O espaço entre um e outro, mesmo compartilhando uma sala de atendimento, sempre denuncia a impossibilidade de compreensão absoluta. O que dizer desse contexto em que corpos estão a ruas, a bairros, a cidades, a fusos horários de distância?

"Tu tá me escutando?" Agora essa frase pode ser dita de forma tão evidente, com

uma pretensa neutralidade. Como alguém que, de fato, só questiona acerca de possíveis problemas tecnológicos. É uma inocência disfarçada, contudo. Nenhuma palavra é pronunciada em vão. No fim, queremos saber se há presença do outro lado. Se há, sim, vida.

Depois desses três atendimentos, não houve vida. Peguei o celular e vi uma mensagem de número desconhecido. A foto no aplicativo era aquela imagem cinza, com uma sombra pálida imitando a silhueta humana, padrão de quando um desconhecido aparece com uma mensagem qualquer. Só que não era uma mensagem qualquer. Era uma colega de grupo de estudo - entendi que ela também fazia supervisão contigo. Perguntou meu nome e quis confirmar que eu te conhecia. As mensagens iam entrando na minha tela, mas demoravam mais tempo para entrar em minha retina, e muito mais para penetrar, um pouco que seja, em minhas capacidades de compreensão.

"Então... ele foi internado semana passada mesmo. Foi tudo muito rápido, em três dias tava praticamente sem pulmão. Muito muito triste." Há notícias que não foram feitas para a escrita. É cruel demais precisar conhecer o vazio no meio de um tanto de ausências.

Nesse dia eu não tinha tantos atendimentos de tarde. Consegui remarcar-los e adiei algumas reuniões de projetos de pesquisa e uma orientação de uma aluna que tentava terminar seu trabalho de conclusão da graduação. É impressionante como conseguimos acumular compromissos em poucas horas do dia. Quanto mais mergulhamos nesses dias pandêmicos, mais somos tomados por uma agenda cheia que não nos deixa descansar. Tu me disse,

várias vezes, que se o ócio já era um privilégio em extinção, com esse mundo digital tudo estaria tão costurado a ponto de não deixar frestas de respiro. E escrever isso faz lembrar como me dói pensar nas frestas de respiro que te faltaram.

Sabe, difícil deixar de sentir algo de culpa por ter comentado que as supervisões à distância estavam funcionando bem. Não precisar se deslocar, conseguir encaixar em um horário antes meio perdido na agenda, além de outras praticidades. Pensar nisso agora é como cometer o erro de enxergar alguma amenidade em todo esse cenário de incerteza. É como dizer que há, afinal, um lado bom. É reconhecer que, em algum lugar do inconsciente, nem tudo trazido pela pandemia parece ser de todo ruim. Me sinto agradecendo ao absurdo. Não. As supervisões à distância não deveriam estar funcionando bem. Toda e qualquer circunstância que me fizer lembrar dessa doença que te tirou daqui vai ser tomada como uma infeliz adaptação. E que adaptação é essa que tem como resultado um final trágico?

É tudo tão recente. São tantos sentimentos para administrar. Queria poder abrir meu computador na próxima terça-feira e te contar sobre aquela criança que comecei a atender on-line. Sobre como inventamos uma maneira de jogar pela tela. Qualquer coisa pode se transformar em algo lúdico, desde o paint, onde ensaiamos um jogo da velha, até um aplicativo que cataloga os mais variados jogos on-line. Queria poder discutir contigo o que pensar sobre o paciente adolescente que resiste em ligar a câmera, mas que insiste para que a minha fique ligada. Queria te ler a dialogada de uma sessão silenciosa. Tão silenciosa quanto serão minhas próximas terças-feiras.

Enquanto te escrevo esta carta, percebo

algumas palavras tuas já entranhadas em meu vocabulário. Me dou conta de que preciso seguir. O telefone vibra, e tem pessoas me esperando. Esperando minhas palavras, minha escuta. E sei que, de alguma forma, teu olhar atento seguirá aqui. De alguma forma, eu seguirei.



MANIFESTO POR UMA PSICOLOGIA PIRATA

Euge Helyantus Stumm⁵²

Aos piratas, com afeto e carinho,

O ano de 2020 inaugurou minha primeira experiência com atendimentos on-line. Provavelmente, não só a minha. Após quatro anos de formação, com todas as práticas e estudos voltados para o trabalho psicológico na modalidade presencial, deparei-me em meu último ano de graduação com desafios que nunca imaginei ao longo dela. Mais do que novos aprendizados, eu poderia dizer que desde então tenho tido muitos reaprendizados. Não que eu não soubesse mais como conduzir um tratamento, ou que a Psicanálise, abordagem de minha escuta, perdesse a validade para os atendimentos on-line. O ponto é que a condução dos tratamentos precisava ser administrada de um modo diferente. Havia algo de infamiliar em como processos que aconteciam na clínica presencial se repetiam no on-line, mas também se modificavam. Assim, compartilho notas sobre essas mudanças e similaridades ao mesmo tempo em que busco borrar as fronteiras entre ficção e teoria, como propõe Donna Haraway (2016), para pensar em futuros possíveis a partir desse encontro.

52 Psicóloga, CRP 07/35206. Mestranda em Psicologia (UFRGS). E-mail: eugestumm@gmail.com.

Direciono esta escrita para colegas de profissão, para estudantes, para todas aquelas pessoas que, de um modo ou de outro, reaprendem diariamente sobre como é possível fazer uma clínica psicológica no contexto on-line. Mas, se é possível, busco escrever para piratas. Proponho pensar neste texto sobre como a Psicologia, especialmente no contexto on-line, mais se aproxima do que se afasta de um fazer pirata. Escolho a figura de piratas especificamente por sua posição à margem dos grandes velejadores. De um certo modo, entendo que, no ensino de Psicologia, o saber direcionado ao atendimento on-line também ocupa uma posição de marginalidade em relação ao cânone dos estudos sobre a clínica. Tal como piratas que recriam modos de estar no mar, a pandemia de Covid-19 fez com que profissionais da Psicologia precisassem, ao seu próprio modo, reinventar formas de conduzir suas práticas.

Em minha graduação, até antes da pandemia de Covid-19, poucas vezes escutei sobre atendimentos on-line. Raríssimos foram os casos atendidos na modalidade on-line que tive contato em minhas aulas. Pelo contrário, os casos atendidos na modalidade presencial eram aqueles tidos como exemplares. Em alguns círculos, falar sobre atendimentos on-line era visto como uma heresia. Entre as turmas de Psicologia, o pressuposto era de que atender presencialmente seria o caminho natural para

estudantes que se interessavam pela clínica. No entanto, chegado o dia de clinicar, a realidade foi outra. Com a pandemia, em muitos casos, a ideia de atender presencialmente tornou-se uma miragem distante.

Subitamente, todo um modo de organização do atendimento psicológico foi posto à prova e forçou que a Psicologia repensasse seus modelos de práticas, adaptasse suas técnicas e modificasse seu setting. Sem delongas, poder-se-ia dizer: teve-se de piratear a clínica, a começar por sua anatomia espacial. O imprevisto, em muitos casos, dinamitou tradições estéticas de décadas. A ideia de uma poltrona fixa para paciente e terapeuta, clássica das salas de atendimento de tantas clínicas, já não fazia mais sentido no atendimento remoto. O ângulo do relógio milimetricamente calculado para ser omitido da vista do paciente também não sobreviveu aos encontros no Google Meet, em que o horário é destacado na tela. Não que não existissem consultórios em que os pacientes pudessem ser atendidos enquanto caminham, ficam em pé ou se deitam, ou que os pacientes enxergassem o relógio. O ponto é que a arquitetura psicológica sofreu tamanho impacto que teve de ser reconstruída com peças de demolição. Em última análise, se feita uma analogia com os piratas, velejar pela clínica se tornou uma tarefa a ser aprendida em novas possibilidades.

No entanto, no on-line, muito mais do que somente a arquitetura psicológica foi pirateada. Talvez, no contexto on-line, o corpo tenha sido ainda mais. Um filósofo pirata chamado Paul Preciado (2018), ao discutir sobre a prótese como uma forma de corpo, questiona se existe mesmo uma coincidência entre

os limites da carne e do corpo. Poderia existir um corpo para além daquilo que é somente carne? A aposta de Preciado, de modo curto, é que sim, o corpo pode ser criado de uma infinidade de formas. Por exemplo, uma prótese de braço – ou a perna de pau do pirata – podem ser parte do corpo sem que, necessariamente, sejam feitas de carne. Em minha prática clínica, não foram poucas as próteses que constituíram meu corpo. Aliás, poderia dizer o mesmo de um número incontável de profissionais e estudantes. Falo por um microfone, escuto por um fone de ouvido, vejo por meio de uma tela e me faço ver por uma webcam. Após um certo ponto, talvez meu gancho de pirata seja meu próprio smartphone. De modo não tão diferente, a pessoa paciente também se torna um pouco pirata, com próteses bastante similares. No final, não somente a estrutura física do espaço psicológico se modificou, mas a própria anatomia das pessoas também.

Nesse sentido, se o espaço dos atendimentos foi pirateado e não menos os corpos das pessoas envolvidas, resta-me então pensar sobre as relações no contexto on-line. Gosto da ideia de pirataria pois, nas lendas, piratas são sempre um elemento surpresa. Estava tudo indo bem, até que... Piratas apareceram. Em minha experiência, esse poderia facilmente ser um resumo do trabalho clínico. Seja na modalidade presencial ou on-line, o inesperado é sempre uma possibilidade latente; aliás, potente. De brinquedos de

crianças a lendas assustadoras para adultos, a invenção também é outro elemento que permeia as histórias de piratas. Nesse sentido, o que é a clínica psicológica se não um espaço para (re)inventar o mundo? Mas, como meu ponto principal, eu diria que toda Psicologia é um pouco pirata. É pirata no sentido de tecer relações desde a singularidade, em que aquilo que é tido como dado pode ser repensado e reconstruído. Em que os ideais de modos de viver podem ser suspensos e reimaginados. Com uma certa frequência, piratas eram tidos como pessoas indesejáveis, anormais, assustadoras. No entanto, no mundo dos piratas, isso pouco importa. E é exatamente por isso que piratas e a Psicologia podem ter tanto a conversar. No final das contas, o esforço da Psicologia na clínica é, não menos, criar espaços nos quais as pessoas possam existir nas suas mais variadas formas de ser e estar no mundo. Isso não ignora que piratas, ou profissionais da Psicologia, devem preparar-se tanto quanto possível para se aventurarem nos mares, sejam eles metafóricos ou não. Mas abre espaço para experimentar modos de estar no mundo desde a singularidade de cada pessoa.

Finalmente, direciono este texto para propor que, antes de tudo, interessa uma Psicologia pirata no sentido de apontar para uma direção outra que não a de uma Psicologia colonial. Desde os estudos racistas em frenologia com o crânio de pessoas negras, passando pelas teorias de que mulheres possuiriam uma inteligência menor do que a dos homens, e mais

recentemente a patologização das sexualidades não-heterossexuais e identidades trans. Na história, não faltam exemplos de como o saber psicológico foi usado, de modo colonial, como forma de violentar grupos vulnerabilizados. Se a experiência dos atendimentos on-line abalou drasticamente o corpo e a arquitetura da clínica psicológica, minha defesa é por um compromisso pirata no sentido de uma Psicologia capaz de repensar a si própria. Dessa vez, me interessa um sentido de pirataria como a violação do direito colonial⁵³. Quero dizer, o que é possível, como ciência e profissão, se a Psicologia aquilombar seus espaços e práticas, como propõe Emiliano David (2018)? O que produziria o encontro com uma Psicologia Kanhgág, como aborda Rejane de Carvalho (2020)? Meu ponto é tomar este momento em que a Psicologia revê seus cânones para rever também as nossas práticas e relações. E, precisamente, olhar com uma suspeita digna de piratas sobre os modos como se implicam os nossos saberes. Sem misturar ficção e teoria é uma possibilidade, então, aposto em imaginar uma Psicologia pirata.

53

Jogo de palavras com a expressão "violação do direito autoral".

REFERÊNCIAS

David, E. de C. (2018). Saúde mental e racismo: A atuação de um Centro de Atenção Psicossocial II Infantojuvenil (Dissertação Mestrado - Psicologia Social). Pontifícia Universidade Católica de São Paulo.

De Carvalho, R. N. (2020). KANHGANG ÊG MY HÁ: PARA UMA PSICOLOGIA KAINGANG (Trabalho de Conclusão de Curso). Universidade Federal do Rio Grande do Sul.

Haraway, D. J. (2016). Staying with the trouble: Making kin in the Chthulucene. Duke University Press.

Preciado, P. B. (2018). Countersexual manifesto. Columbia University Press.



CONVERSAS MATERNAS: UMA EXPERIÊNCIA DE PARTILHA COLETIVA SOBRE O GESTAR NA PANDEMIA

Jessika Oliveira da Silva⁵⁴

Prezadas(os) Colegas do Conselho Regional de Psicologia - RS,

Como gosto de me expressar através da escrita, quero agradecer esta oportunidade. Pouco tempo antes da Pandemia escrevia cartas para compor um projeto chamado Gestar-Com. Elas eram endereçadas a uma parceira de trabalho, e juntas pensávamos questões perinatais presentes no ciclo gravídico puerperal. Lembro que nessa época conversávamos sobre a potência da escrita, ferramenta que auxilia um tanto na elaboração de experiências. Juntas, fomos encontrando na escrita narrada uma alternativa para fabricar e oferecer saídas possíveis. Ao mesmo tempo em que partilhava dores que dificilmente o outro quer ouvir.

Na escrita endereçada, tempo e afeto são melhores amigos. Tempo de auto-observar, sentir, esboçar, apagar, reelaborar, e finalmente enviar. Existe também um outro tempo que é o do retorno, da resposta por vezes

54

Psicóloga, CRP 05/51798. E-mail: jessikaoliveira1103@gmail.com.

esperada e tão aguardada, que entrelinhas, interroga: "o que sinto nisso que leio?". Tempo e introspecção são preciosidades necessárias para desarticulação do hostil e também para o engendramento de aberturas, potência e criação.

No Gestar-Com, ainda em construção, fabulamos, criamos e trocamos cartas entre nós. Enquanto uma, marcada pela maternidade, falava sobre um pós-parto não tão imediato, a outra, sensível ao tema, respondia. Na clínica, na literatura ou na arte, é possível encontrar e perceber o quão solitário, exaustivo e avassalador esse momento pode ser. Aqui, questões de classe, raça, gênero e etnia endossam medos, expectativas e desejos referentes à experiência de gestar, parir e nascer.

Ancorada por aspectos culturais, socioeconômicos e assistenciais, costumava ler e ouvir sobre dores ativadas pelas perdas envolvidas a partir do nascimento de um filho vivo, ou seja, de um luto vivido simbolicamente por mulheres e homens a partir da chegada de um bebê. Se o luto, certamente é uma das principais questões que marcam o nascimento, o que a pandemia poderia inaugurar na experiência, especialmente, de mulheres grávidas? Seria este um fenômeno capaz de produzir uma espécie de puerpério coletivo ou antecipado? Além disso, como rearranjar, possibilitar e construir espaços possíveis de escuta, acolhimento e informação durante a pandemia? Num cenário onde a única possibilidade de cuidado é isolar-se, e lidar com limites de contato corporal,

para nós, não havia alternativa possível que não envolvesse cuidar de maneira virtualizada das relações e experiências de gestar na pandemia.

Bem, enquanto a gente tentava construir vias possíveis de comunicação, precisávamos estar atentas ao risco do enrijecimento de identidades ou a pulverização total destas provocadas pelo espaço virtual (Rolnik, 1997). Além disso, outra coisa me preocupava e diz respeito àquilo que desterritorializa, homogeneiza e retira dos sujeitos aquilo que lhes sustenta enquanto seres sociais, ou seja, um corpo marcado por limites e uma subjetividade igualmente marcada pelo tempo e espaço (Magele e Teixeira apud Guattari, 1992). Essa era uma preocupação sem a qual não poderia deixar de trabalhar.

Atenta a isso, e desejosa de estar junto de gestantes durante a pandemia da Covid-19, não poderia deixar de considerar estudos e questões anteriormente colocadas e endereçadas nesta escrita, já que era isso que movia o trabalho. Elizabeth Badinter (2011) fala muito bem sobre as crises que freiam e retrocedem conquistas importantíssimas rumo à igualdade de gênero. Segundo ela, os anos 80 e 90 rompem, ao menos momentaneamente, com as motivações da década anterior e são marcadas por uma tripla crise, que são: econômicas, igualitárias e identitárias.

Dito isso, resta perguntar o que seria então a pandemia senão uma possível atualização destas crises? Mais do que borrar as fronteiras entre o público e o privado, ela mescla essas duas esferas e fere a possibilidade de negociação entre a mulher e a mãe, visibilizando uma suposta igualdade entre

gêneros. De portas fechadas, e tendo que lidar com fantasmas do século passado, a sobrecarga materna, produto das desigualdades de gêneros, intensificou e atualizou inúmeras violências durante a pandemia.

De portas fechadas, nos sentidos mais amplos, e envoltas no desemprego, sobrecarga e exaustão, a cantora e compositora Júlia Tizumba conseguiu traduzir esta realidade numa música que chamou de "Mãe na Pandemia"⁵⁵. Dito isso, do lado de cá tinha criança chorando, maçaneta caindo, louça infinita, infiltração na parede, disputa de cama para trabalhar, lágrimas pra escorrer, o chão em frente ao tanque para análise pessoal, e o desejo de afirmar um trabalho possível no caos. Sem lantejoulas, o que Badinter apontou e Júlia traduziu é um pouco disso. Ainda bem que, paradoxalmente, somos muitas, não é mesmo?

Era inevitável que a escuta, o fazer clínico e o percurso de trabalho não fossem atravessados e coengendrados por isso. Quando Lancetti (2008) dá o nome de peripatética⁵⁶ à sua clínica, ele diz sobre um fazer clínico que se constrói no caminhar e de modo algum é anterior a ele. Então foi acolhendo relatos, e sentindo sobre a importância de estar junto

55 A música foi lançada no ano de 2021 e pode ser ouvida através do canal do Youtube ou plataformas de redes sociais através do perfil da autora.

56 Lancetti diz isso inspirado em Deleuze (1997) In: Clínica e Política. Rio de Janeiro: Ed. 34.

para além de espaços individualizados, que a coletivização de afetos se tornou uma das estratégias mais importantes quando falamos em cuidado durante a pandemia. Viver a limitação do toque e do crescimento da barriga a olhos nus fez perceber que existe uma experiência de gestação que se arranja a partir dos encontros e se vive a partir da experiência no cotidiano.

Desse jeito, cada uma a seu modo, em encontros com diferentes participantes, o grupo ia sendo formado. Sempre no uma a uma e aberto a quem tivesse interesse e quisesse participar. Ao passo que elas diziam sobre esgotamentos, medos e fantasias, também entrelaçavam, aproximavam e diferenciavam com nosso auxílio as histórias que contavam. Assim, a construção de um espaço virtual aberto marcado pela alteridade e potência feminina se dava.

Quando no início desta carta disse que aspectos de raça, classe, gênero e etnia importam na experiência de gestar, quero dizer que além do acompanhamento pré e pós natais e da adoção de boas práticas na assistência ao parto e nascimento no Brasil⁵⁷, quando o trabalho se trata fundamentalmente da escuta, precisamos agregar referenciais teóricos metodológicos que deem conta de aspectos e problemáticas sociais, a fim de que isso possa ajudar no desenvolvimento de uma escuta clínica qualificada. Desse jeito, o referencial a que me refiro precisa estar diretamente

57 Consultar o Inquérito Nacional sobre Parto e Nascimento disponibilizado e produzido pela pesquisa Nascer no Brasil.

relacionado à experiência de ser e existir do outro no mundo, especialmente quando quem fala traz na cor da pele as marcas do racismo. Quando Grada Kilomba (2019) analisa o relato de Kethllen e outras mulheres negras no livro "Memórias da plantação: Episódios de racismo cotidiano", ela encontra fortes associações entre isolamento, racismo e suicídio. Estas, que são dores transgeracionais provenientes da escravização e do colonialismo, modificam por si a experiência de gestar, parir e nascer.

Então, falar sobre o terror de morte que é gestar e um parir um bebê negro, com órgãos reprodutivos referentes ao gênero masculino, num país que apresenta a maior taxa de prevalência de homicídios entre homens negros⁵⁸, definitivamente não é fantasia, mas dado de realidade. Infelizmente a conexão de vídeo, interrompida por várias falhas na rede, fez com que apenas em outro momento pudéssemos conversar e reunir alguns fragmentos em áudio, por aplicativo de mensagem, um pouco do que tinha sido dito, a fim de entender que recursos clínico-assistenciais era possível contar para o cuidado a longo prazo. A presença no virtual não o é, sem conexão de rede eficaz de ambas as partes. Esta, portanto, trata-se de uma questão fundamental na construção do cuidado

58 Consultar nota técnica do Instituto de pesquisa aplicada "Vidas Perdidas e Racismo no Brasil". Brasília, novembro de 2013.

na pandemia. E veja, esta também é socioeconômica, à medida em que necessariamente não de contar com equipamentos tecnológicos adequados e investimento financeiro para o abastecimento de uma internet wi-fi eficaz.

Isso dói. Certamente esta é uma ferida profunda demais para cuidar na modalidade de grupo oferecida pelo projeto, mas apesar disso, a partir de uma presença possível, o grupo pode compartilhar por aplicativo de mensagem cartilhas informativas contendo uma lista de ações públicas de direito e proteção à gestante durante a pandemia.

As mulheres que participaram do grupo trouxeram que ali era um lugar de troca, oportunidade para compartilhar experiências, e ter contato com outras mulheres que estão passando pelo mesmo momento. Desse jeito, elas podiam ouvir e falar, ou só estar. Em grupo, foi possível conversar sobre alguns alívios momentâneos para suportar a total falta de saber sobre o dia seguinte, hoje, ao menos, parcialmente suspenso.

Atenciosamente,

Jessika Oliveira da Silva.

Rio de Janeiro, 06 de junho de 2021.

REFERÊNCIAS

- Lancetti, A. (2008). Clínica Peripatética. São Paulo: Hucitec
- Kilomba, G. (2019). Memórias da Plantação: Episódios de Racismo Cotidiano. (Oliveira, J., trads). Rio de Janeiro: Cobogó. (Trabalho original publicado em 2008).
- Badinter, E. (2011). O Conflito: a mulher e a Mãe. (Reis, V. L., trads.) Rio de Janeiro: Record. (Trabalho original publicado em 1994).

Megale, F.C.S., & Teixeira, J. (1998). Notas sobre a subjetividade em nossos tempos. *Psicologia, Ciência e Profissão* (versão eletrônica), 18 (3).

Rolnik, S. (1997). Toxicômanos de Identidade: Subjetividade em tempo de Globalização. In Lins, D. (org.) *Cultura e Subjetividade: Saberes nômades* (pp. 19-24), Campinas: Papirus.



QUERIDOS COLEGAS DE PROFISSÃO

Luciara Gervasio Itaquí⁵⁹

Escrevo essa carta com a garganta embargada e o coração apertado. Nosso país ultrapassa a marca de mais de meio milhão de vidas interrompidas por um vírus que já tem vacina, num país que tem uma estrutura de saúde pública e de vacinação de dar inveja a outras nações, o mesmo já não posso falar de nosso presidente e seu (des)governo.

Lembro do medo que senti à medida em que as informações sobre o vírus iam chegando, seja pelos noticiários e redes sociais, seja pelos pacientes. Lembro de negar e pensar que o vírus não chegaria até aqui. Lembro de comprar máscara, álcool em gel e de imprimir um informativo para a sala de espera com as informações pertinentes ao enfrentamento do vírus.

Lembro, também, que eu e meu marido, também psicólogo, conversamos muito e construímos uma mensagem para enviar por WhatsApp para nossos pacientes: "Bom dia. Tendo em vista a pandemia de Covid-19, tenho tomado precauções para garantir que meus pacientes possam seguir o tratamento da forma mais segura possível, seguindo as orientações da Organização Mundial da Saúde e do Conselho Federal de Psicologia. Já se sabe que o assim chamado "distanciamento social" é uma forma eficaz de impedir a propagação do vírus. Assim, uma das alternativas que tenho utilizado é o atendimento via ligação de áudio e/ou vídeo

59 Psicóloga, CRP 07/19790. Especialista em Psicologia Clínica, Mestre em Psicologia. E-mail: luciaraitaqui@gmail.com.

pelo WhatsApp. Escrevo para ver se essa seria uma possibilidade para ti durante este período mais delicado da transmissão e contágio. Abraço."

A maioria dos pacientes respondeu aceitando minha alternativa, alguns perguntaram se poderíamos escolher outro aplicativo para realizar as sessões, enquanto outros me responderam, dizendo que precisavam pensar, pois nesse momento não se sentiam confortáveis com as sessões na modalidade on-line. Alguns pacientes que haviam se mudado e, por isso, interromperam seus tratamentos, entraram em contato perguntando se havia possibilidade de retomá-los. Então, desde o dia 19 de março de 2020, não atendo meus pacientes presencialmente, apenas on-line. Desde essa data, não compareço presencialmente à minha análise pessoal e à supervisão. Sempre investi muito no tripé da formação (análise pessoal, supervisão e estudo constante) e descobri que um bom tripé para o celular também é importante.

Gracejo à parte, estou vacinada e imunizada, mas sem previsão de retorno para meu trabalho clínico presencial. Desde janeiro de 2020, não vejo meus familiares. Essa escolha é antes de tudo política. Escolho ficar em casa para que outras pessoas que, infelizmente, não podem escolher, possam sair.

Há mais de um ano e meio, tem sido revoltante e triste observar o negacionismo de algumas/alguns colegas de profissão, pacientes, amigos, familiares e lideranças governamentais com relação ao vírus. Em minha prática clínica, ouvi algumas vezes, os pacientes relatando algumas situações cotidianas e concluindo suas falas com afirmações do tipo: "No fim, estamos todos no mesmo barco."

Para mim, essa afirmação é uma falácia, faz mais sentido pensar que estamos todos no mesmo mar. Afinal, algumas pessoas têm condições de superar a tempestade em luxuosas cabines de um navio cruzeiro, outras em barcos a remo, outras esbarrando-se e acotovelando-se em botes apertados e, a imensa maioria das pessoas, afogando-se no mar.

Num país como o nosso, meus queridos colegas de profissão, as desigualdades sociais ficaram ainda mais evidentes, impactando fortemente quem já estava em situação de vulnerabilidade. O acesso à educação, por exemplo, de muitas crianças e adolescentes foi interrompido, escancarando ainda mais as desigualdades sociais, gerando prejuízos não só no processo de aprendizagem, mas de convívio social e acesso à alimentação e proteção.

A pandemia escancarou o projeto necropolítico brasileiro. A necropolítica aqui como conceito desenvolvido pelo intelectual camaronense Mbembe (2018), que questiona os limites da soberania do Estado na escolha de quem deve viver e quem deve morrer, ou seja, a ideia de que existem vidas "matáveis" e outras não.

Há mais de um ano e meio de isolamento, quatro ministros da saúde e a CPI da Covid acontecendo, passei, assim como a pandemia por algumas "ondas". No início, achei que ficaria isolada por um mês ou dois e, logo, a pandemia passaria e ficaria "tudo bem". Busquei usar o tempo e a

"oportunidade" de ficar em casa para ler, estudar, fazer cursos e "produzir". Obedeci, de certa forma, à lógica capitalista perversa de que na pandemia seria possível realizar muitos planos que até então, por falta de tempo, eu não havia realizado.

Minha segunda onda foi marcada por uma revolta imensa com as redes sociais e os negacionistas. Irritação extrema com a frase "estamos tomando todos os cuidados". Uma grande mentira, pois percebia nessas pessoas "um politicamente correto", pois seguiam suas vidas como se não estivéssemos numa pandemia, mas agora postando fotos usando máscara. Percebi que consciência social, definitivamente, não faz parte do repertório dessas pessoas.

Estou vivenciando minha terceira onda, na qual tenho me aventurado a escrever. A escrita pra mim tem sido uma via de elaboração de todo esse horror.

Entre 1915 e 1916, Freud estava bastante preocupado com a situação europeia. A guerra, afirma Freud, no texto Sobre a Transitoriedade, "destruiu nosso orgulho pelas realizações de nossa civilização, nossa admiração por numerosos filósofos e artistas, e nossas esperanças quanto a um triunfo final sobre as divergências entre as nações e as raças. Maculou a elevada imparcialidade da nossa ciência, revelou nossos instintos em toda a sua nudez e soltou de dentro de nós os maus espíritos que julgávamos terem sido domados para sempre, por séculos de ininterrupta educação pelas mais nobres mentes. Amesquinhou mais uma vez nosso país e tornou o resto do mundo bastante remoto.

Roubou-nos do muito que amáramos e mostrou-nos quão efêmeras eram inúmeras coisas que considerávamos imutáveis".

A atualidade de Freud segue me fascinando. Me dei conta, que ao reler esse texto, substituí a palavra guerra pela palavra pandemia. Numa sociedade, em guerra para Freud, e pandêmica para mim, concordo com Freud, nada é mais essencial do que a arte. Já que a arte parece nascer em razão do desamparo ou como resistência direta contra a morte. Nesse clima de intenso desolamento, não vejo outra alternativa que não seguir me engajando no manejo criativo do meu mal-estar.

Em Psicologia das massas e análise do eu, Freud (1921) afirma, na abertura do texto, que na vida psíquica do indivíduo, o outro entra em consideração de maneira bem regular como modelo, objeto, ajudante e adversário, e por isso, desde o princípio, a Psicologia individual também é ao mesmo tempo Psicologia Social.

A cultura é fruto de Eros. A entrada na cultura e na civilização, para Freud (1913) em Totem e Tabu, é marcada pela castração e pela falta. A entrada na cultura impõe rigorosas condições que possibilitam a vida coletiva e a construção do sujeito. A relação entre os irmãos, a fraternidade, se impõe como necessária para o estabelecimento de qualquer possibilidade de constituição de projetos comuns, inaugurando a ética a partir do desamparo.

Assim, a fraternidade permite vínculos, apoio, reforço e, principalmente, o amor e o trabalho.

De fato, de todos os amores, o que mais carecemos hoje é o amor fraterno. Afinal, os grandes heróis contemporâneos, em meio a todo o horror que temos vivido, são as pessoas que conseguem amar e se preocupar com seus irmãos, seus compatriotas. Para mim, usar máscara tem sido a expressão máxima de amor na atualidade.

Os efeitos nefastos da pandemia são de ordem internacional, mas certamente, os traumas coletivos e individuais, segundo Birman (2020) variam marcadamente, em decorrência de como os diferentes governos protegem os seus cidadãos em face do imponderável da pandemia. Para Rajchman (1993), ser livre é ser capaz de questionar a política, de questionar a maneira como o poder é exercido. Esse questionamento implica nosso ethos, nossas maneiras de ser ou de tornarmos quem somos. A liberdade é, pois, uma questão ética. Para Safatle (2020), a Psicanálise pode ser considerada uma verdadeira teoria política, na medida em que a instauração da vida psíquica está associada à adesão a modalidades de sujeição social, ou seja, a maneiras singulares de sofrimento, de mal-estar, de desconforto, como diria Freud, na cultura.

Queridas/os colegas de profissão, finalizo minha carta ressaltando que o sofrimento psíquico não é somente da ordem da intimidade, ele é político. Mais do que nunca, é preciso que honremos e pratiquemos nosso juramento: "Como psicólogo, eu me comprometo a colocar minha profissão a serviço da sociedade brasileira, pautando meu trabalho nos princípios da qualidade técnica e do rigor ético. Por meio do meu exercício profissional, contribuirei para o desenvolvimento da Psicologia como ciência e profissão na direção das demandas da sociedade,

promovendo saúde e qualidade de vida de cada sujeito e de todos os cidadãos e instituições."

Porto Alegre, junho de 2021.

REFERÊNCIAS

Birman, J. (2020). O trauma na pandemia do coronavírus. 1.ed. Civilização Brasileira.

Freud, S. (1972). Psicologia das massa e análise do eu. In: Edição Standard brasileira das obras completas de Sigmund Freud. Vol. XV. Imago (Trabalho original publicado em 1921).

----- (1972). Sobre a transitoriedade. In: Edição Standard brasileira das obras completas de Sigmund Freud. Vol. XIV. Imago (Trabalho original publicado em 1915).

----- (1972). Totem e Tabu. In: Edição standard brasileira das obras completas de Sigmund Freud. Vol. XIII. Imago. (Trabalho original publicado em 1913).

Mbembe, A. (2018). Necropolítica. São Paulo.

Rajchman, J. (1993). Eros e Verdade: Lacan, Foucault e a questão da ética. Zahar.

Safatle, V. (2020). Maneiras de transformar mundos: Lacan, política e emancipação. 1.ed. Autêntica.



CARTA COMPLETA AO AMIGO DR. FREUD

Marcia Bernadete Moraes de Campos⁶⁰

Caro amigo Dr. Freud,

Escrevo esta missiva para retratar o momento histórico que estamos vivendo e certa de tua compreensão, porque é onde encontro respaldo para minha prática desde minha formação, e que se bem lembra, lá se vão 23 anos. Ao tê-lo como um dos meus principais mentores e por tamanha representatividade que tua teoria construiu e segue como o principal pilar de minha trajetória profissional sinto a necessidade de expor os últimos acontecimentos. Você, que ao longo de sua história buscou fundar e trazer elementos científicos à Psicanálise e manter a rigor a fundamentação acerca do teu método, iria ficar muito impressionado com tudo que está acontecendo. Passo, então, a narrar alguns fatos. Em fevereiro de 2020 começou um processo muito intenso acerca de um vírus e que poderia ser algo grave, mas ainda sem estudos, sem protocolos e sem comprovação científica suficiente. Pouco se sabia. O que meu caro amigo acontece nestes casos? (...) insegurança, desinformação, incerteza, pessoas desorientadas e, por fim, o que temos hoje, o caos. Lembrei muito de você nestes últimos tempos, quando mencionou os mecanismos de defesa, cujas manifestações do Ego aparecem frente às exigências das outras instâncias psíquicas (Id e Superego). Sabe, hoje

60 Psicóloga, CRP 07/09433. Mestre em Desenvolvimento Regional Sustentável e Especialista em Terapia Sistêmica Individual, Familiar e Casal. E-mail:marciacampos.psi@hotmail.com.

é possível perceber muito tua luta e teus enfrentamentos, ao olhar para a necessidade de entender os meandros que cada sujeito passa e pode, enfim, suportar suas vicissitudes. A necessária organização do ego para buscar reações mais conscientes e racionais, e que no momento em especial, no país, está faltando tanto. Agora temos um nome mais definido para o sofrimento, chamado pandemia. Todavia, surgiram às situações mais diferenciadas sobre o enfrentamento. É possível identificar sentimentos inconscientes que estão provocando reações menos racionais e práticas, de forma, generalizada. Como você estaria pensando sobre tudo isto? Lembro da tua explicação acerca da ativação dos diferentes mecanismos de defesa que tinham por finalidade proteger o Ego de um possível desprazer psíquico. É nítido hoje que tais sentimentos se verificam por negacionismo, ansiedade, culpa, medo, dentre outros. Logo me vem à mente ideias sobre pessoas e grupos, e que sua formação se dá pelo o que você chamou de identificação, o sujeito se identifica por meio de seus objetivos ao de outro, algo como uma imitação. Esta constância nutre e formata grupos e sua forma de pensar e se articular. Cada componente abandona seu ideal do ego e o substitui pelo ideal do grupo, e isto requer, contudo, a escolha de um líder que o represente, cumpra papéis e possa de alguma forma reduzir 'as forças opressoras' à sua 'felicidade'. Algo que possa ser forma de alívio, proteção, cumpra

o ato heroico, e diminua sua carga emocional frente a tamanha invasão e ilusão à sua ferida. Ou seja, a distorção da realidade para que possa ser suportável e aceitável, como descrito em tua obra.

Sabe Freud, temos mais de 500 mil mortes por todo este processo de abandono de si e 'ato heroico' de abandono de realidade. Penso que a pandemia nos pegou muito do que já éramos, somente intensificou nossas características, traços de personalidade e reações frente à realidade. Minha prática profissional e experiência pessoal sinalizam fortemente esta percepção. Hoje, estou aqui retomando meus pensamentos, conhecimentos e buscando outras fontes para nortear 'meu sofrimento' por tudo que estamos vivendo. De toda forma, me deparo com o caos mundial sobre a falta de tempo, da angústia sobre o viver e a vida, da luta entre o ter e o ser, os dilemas da vida individual, o drama do conviver, a insatisfação egóica do sobre o que está por vir, ao fim, de como era tudo, (...) o fim do 'normal', tão obcecado por tudo e ânsia do tudo. Agora, o que temos? Para onde iremos? O que faremos? Quem viverá? O que aconteceu com toda a pressa da vida cotidiana?! Isto me remete ao duplo deslocamento que impele a pensar um espaço não reducionista da situação, mas intermediar um espaço de investigação entre o social-político e o psíquico, que demanda um esforço sobre as lacunas, caminhos que precisam ser construídos, sair de atalhos e dos retalhos que nosso tecido social tem cometido e, por fim, gerado por vezes, equívocos e infortúnios. Meu caro, você que tanto estabeleceu reflexões sobre a sociedade, e lançou mão acerca de temas tão importantes ao longo de tua obra como pode ser visto nos textos *Moral sexual civilizada* (1908), *Totem e tabu* (1912),

Psicologia das massas e análise do Eu (1921), O futuro de uma ilusão (1927), O mal-estar na civilização (1930), Moisés e o monoteísmo (1939), e tantos outros que foram, são e serão por certo ainda muito empregados e revisitados. Hoje me amparo no teu incansável pensar e repensar da Psicanálise, (...) 'no vai traz e traz e volta'. Ser suporte, obter suporte e saber buscar suporte. Remonto minha trajetória que passa pelas salas de aula, clínica e profundo convívio humano (sempre me deparei e me debrucei na busca de entender o 'o certo e incerto do comportamento humano, suas manifestações conscientes/inconscientes e sua complexidade'). Do que, certamente, faço parte (...) e sei que é preciso manter a fundamentação histórica e ética, mas sobretudo, me envolver sempre sob à ótica do novo, do que está por vir e daí lá estou eu, com aulas virtuais, falando de um lugar outro (abstrato e concreto), na condução de aulas, onde temas até então não apareciam com profundidade (questões da particularidade tanto pessoal, dos alunos, institucional e social), como não ir presencialmente, estar em casa e 'entrar na casa dos alunos e recebê-los'. Assim também ocorre com os atendimentos clínicos, trabalhar o grande desafio da escuta na ausência física, vivenciada também pelo paciente que necessita estar em seu ambiente e falar com segurança, sigilo e naturalidade. Nem sempre é fácil re(olhar) e re(conquistar) estes espaços, mas estes são alguns dos obstáculos, e que se faz

necessário estar aberto e disposto a transpor e re(significar) e do qual sempre serei grata aos seus ensinamentos, às releituras de Lacan (e outros teus nobres seguidores) e do Conselho de Psicologia do qual faço parte, que sempre foi possível contar com suas orientações de apoio.

Bem, estas são algumas reflexões que tenho para comentar, em breve retorno com outras correspondências sobre minha angústia e formulações possíveis até o momento e que tomo liberdade de buscar este acolhimento em você, e, se julgar necessário, podem ser endereçadas ao seu amigo Fliess.

A quem ocupa o lugar de outro semelhante, que me acolhe e instiga, e também daquele que representa o saber científico... Ao amigo, Dr. Freud, minhas saudações!!! Ao seguir tua fundamentação estou eu me autorizando a correr os riscos que o pensamento exige... Escrevo.

Marcia Campos



AO MEU AMIGO PSICÓLOGO E À MINHA AMIGA PSICÓLOGA ON-LINE OU CARINHOSAMENTE, MEU PSICO.ON-LINE

Marcos Raul de Oliveira⁶¹

Passei alguns bons minutos olhando para a tela em branco, com o cursor piscando, cogitando o que escreveria para você.

Quando aceitei o desafio desta carta, me pareceu tão simples, já que tenho tanto para contar, mas os primeiros passos nunca são "tão simples", não é mesmo? Nem os passos que vêm depois.

Fiquei imaginando como explicaria o processo de invenção (ou construção) destes últimos anos da minha própria mobilização para criar um novo espaço na Psicologia, mediada por tecnologias e seus desafios, afinal, foram tantas as histórias diante da tela do computador que fácil, fácil virariam um livro.

Histórias estas de pessoas que são tão importantes para mim, tanto por suas presenças, como por suas ausências (e falas), mas estou me adiantando.

Decidi começar, portanto, pelo surgimento da ideia, quando em uma sessão de terapia, escutei da minha psicóloga, que naquele dia, iniciariamos o processo para o fim das minhas

61
com.br.

Psicólogo, CRP 06/154661. Administrador. E-mail: raul@meupsicoon-line.

sessões presenciais e me contou também que ela se mudaria para outro país no ano seguinte.

Eu havia começado a graduação em Psicologia na UNINOVE há dois semestres, depois de ter cursado o mestrado em Tecnologias da Inteligência e Design Digital na PUC-SP e trabalhava como coordenador de produtos de tecnologia em uma startup multinacional. Saí de lá pensando em como conciliar as duas coisas: psicologias e tecnologias. Foi ali o início, para mim.

Acabei montando uma plataforma de atendimentos mediados por tecnologia com amigos, participando de reuniões nos Conselhos de Psicologia, seguindo por pesquisas, eventos, momentos de clínica, reuniões e de grupos de estudo.

Conheci pessoas incríveis que admiro, casei com uma delas inclusive. Não mantive contato com tantas outras pessoas que seguiram seus caminhos, mas mantive outras que, felizmente, se multiplicaram em mais amigos.

Lembro também daquelas pessoas que me desapontaram muito pela contradição entre o que falavam e o que faziam, e que também retornam, agora, nesta carta. Preciso admitir, também foram importantes!

Lembro, por exemplo, que no dia que fui receber um prêmio (já falarei dele), onde ouvi de uma pessoa aleatória da área, que comentou ao meu lado, enquanto eu caminhava para pegar o certificado: "não, ele não. Não com esse trabalho...". Confesso que fiquei meio atordoado, pois nem conhecia aquele rosto, mas contra

balancei essa fala com outra da sequência, onde uma coordenadora, que tinha me falado vários nãos, me passava o certificado e dizia baixinho: "não imaginava que você tivesse tanto material antes, parabéns pelo trabalho, obrigada por não desistir e tê-lo feito, você merece!" e, pelo sorriso da outra coordenadora que sempre me apoiou, mesmo com ressalvas pessoais nítidas - talvez por receios sociais - e das professoras, parceiras psicólogas, que recebiam o prêmio comigo.

Optei por escolher os apoiadores. Optei por transformar, mesmo quando solicitavam o material e depois me tiravam dos grupos de discussão. Mesmo quando os olhares eram incrédulos, também existiram os que acreditavam comigo, em mim, até quando eu mesmo duvidei, e não foram poucas as vezes. Optei por continuar.

Lembra, que ali no começo da carta disse que nada é tão simples? Foram horas que construíram um trabalho que chega até milhares de pessoas, dia após dia, e que continua até hoje. Torço que continue por anos. Seja pelo trabalho no site, pelas redes sociais ou pelos atendimentos mediados por tecnologia que beneficiam meus pacientes e suas relações, ou ainda, por navegantes anônimos, que recebem um dos textos, imagens ou vídeos desenvolvidos por nós.

Muitos foram os passos até aqui, para

falar com psicólogas/os que atendem on-line e têm problemas diferentes daqueles de quando começamos, mas naquela época (que nem é muito distante), eu queria entender melhor como pensavam as/os psicólogas/os, as/os estudantes de Psicologia, as pessoas que faziam terapia e utilizavam o serviço psicoterápico.

Também queria ouvir aqueles que não faziam, bem como as relações que vinham dessa união de ciência psicológica, tecnológica e mercadológica, e que ajudariam no meu trabalho. Consegui.

A pesquisa terminou com duas menções honrosas na 47^o Reunião Anual da SBP⁶², uma apresentação⁶³ e um pôster⁶⁴ no V Congresso Brasileiro de Psicologia: Ciência e Profissão, e o trabalho persistiu.

A adesão massiva e, por que não dizer, impositiva, devido a restrição e distanciamento que vieram com a pandemia do coronavírus, de muitas/os profissionais ao modelo de atendimento psicológico on-line, mediado por tecnologias que avançam de forma exponencial, como conceituaria Pierre Levy, "virtual", se mostrou muito tangível, em uma concretude inimaginável há poucos anos.

E olha, meu amigo psicólogo e minha amiga psicóloga on-line, me considero bastante imaginativo.

62 Disponível em: <http://www.ra.sbpon-line.org.br/2017/10/paineis-premiados-na-47a-reuniao-anual-da-sbp>. Acesso em: 12 jul. 2021.

63 Disponível em: <http://www2.pol.org.br/inscricoeson-line/cbp/2018/anais/detalhe.cfm?id=16509>. Acesso em: 12 jul. 2021.

64 Disponível em: <http://www2.pol.org.br/inscricoeson-line/cbp/2018/anais/detalhe.cfm?id=16544>. Acesso em: 12 jul. 2021.

Você deveria estar se perguntando neste instante: e o que vem agora? O que será que nos aguarda?

O que eu acredito, meus amigos e amigas, é que ainda temos muito, mas muito trabalho incrível para ser realizado nesse sistema, e que só engatinhamos no seu desenvolvimento.

Que podemos (devemos e queremos) integrar avanços de diferentes áreas às mais sólidas bases da nossa ciência, sem uma visão preconceituosa e estereotipada de filmes B de ficção científica.

Falo da transdisciplinaridade, de compreender que temos um sistema, que tem instituições que exercem influências e que a tecnologia apenas potencializou tudo aquilo que vemos na clínica presencial e individual e que reflete no social. Não podemos esquecer que somos frutos de um novo paradigma.

Que não devemos descartar o novo ou impedir o seu avanço, repreendendo aquilo que desconhecemos ou comparando-o. Mas devemos acolhê-lo, escutá-lo em uma busca homeostática, agindo sobre o conflito e sobre o problema, evitando tornarmo-nos ele.

Até porque, estamos em um terreno novo, avançando sem um mapa, tateando e debatendo qual será o próximo passo e pautados em tudo o que desenvolvemos sem dispensar a história, a construção e a herança que carregamos.

Que parte desse trabalho independe da tecnologia e que até hoje, há uma dinâmica

feroz entre opostos que dividem opiniões ao invés de se unir pelos fatos. Acredito que precisamos levantar os olhos e as esperanças para além das necessidades individuais. Que muito do que foi criado, ainda está se movimentando. Precisamos dar as boas-vindas à energia diferente de uma nova geração, de maneira alguma cortando suas asas.

Há tanta polarização, que mesmo os debates nos grupos de WhatsApp, as reuniões por videoconferência presenciais (afinal, elas são síncronas) e tantos modelos mistos ou assíncronos não eximem os indivíduos das suas ações coletivas, bem como dos resultados que alternam entre o ambiente, o indivíduo e o tempo.

Que do medo de mudar ou do perceber o presente diante dos nossos olhos, consigamos criar outras coisas, além de mais obstáculos para nós mesmos. Os grupos e as suas transformações modificarão ainda mais, e devemos ao menos, tentar sair daquela frase de Bleger, onde a instituição toma a forma do mal que se pretende combater.

O que vejo é que, ainda há tanto para transformar, sem necessariamente colocar mais empecilhos ou mais juízos de valor. Que podemos, devemos e queremos questionar o desconhecido para criar ainda mais conhecimento por meio de uma inteligência coletiva inclusiva, talvez, para uma inteligência artificial.

Que na tecnologia e na mediação, possamos usar, com sabedoria, a nossa capacidade racional e emocional. Que consigamos ir mais fundo nas tecnologias da informação e da comunicação, e

que elas sejam alavancas, não cassetetes.

Que ao partirmos para o trabalho com tecnologias, percebamos que já nos transformamos em ciborgues com nossos implantes, próteses e apetrechos, onde a tecnologia já está em nós, nas nossas dinâmicas sociais. E que, com a nossa consciência, não nos tornemos hipócritas, arrogantes ou presunçosos, com conhecimento e dados debaixo dos dedos.

Que, como diria Jung, conheçamos todas as teorias, dominemos todas as técnicas possíveis, mas ao tocar uma alma humana, sejamos apenas outra alma humana. Afinal, meu psico on-line, o médico e o monstro vivem em nós, a tecnologia foi criada e é desenvolvida até hoje (não posso afirmar pelo futuro) por nós e muitas vezes pelos nossos movimentos.

Resumindo: não percamos a atenção naquilo que já sabemos, mas não descartemos aquilo que ainda nos é desconhecido. Que as próximas gerações de profissionais sejam melhores que a nossa, que nossos esforços estejam no presente, pois o futuro acabou de ser criado nessa transformação mediada por esta e tantas outras relações, sem jamais esquecer que, a impotência é uma justa medida para contrabalancear a onipotência de acreditar na possibilidade de controle, em um sistema ruidoso, redundante, entrópico e imprevisível.

Espero que a minha próxima carta, além de um corretor automático, de um leitor digital e do celular piscando com várias mensagens de amigos e colegas, consiga sugerir conceitos, criar referências e ensinar-me um pouco mais. Que Assistentes, Siris, Alexas, Cortanas já compreendam e trabalhem emoções, racionalizações não estruturadas e me auxiliem, como agora, para algo mais imprevisível e tangível. Quem sabe, na próxima carta, falemos

de uma psicoterapia robótica que nos obrigue a sair do status quo? Te vejo em breve, on-line, em qualquer parte do mundo ou fora dele, para um café real, pois não vou descartar nunca o ser (humano?). Até logo!

Tempo de Travessia

"Há um tempo em que é preciso

abandonar as roupas usadas

Que já têm a forma do nosso corpo

E esquecer os nossos caminhos que
nos levam sempre aos mesmos lugares

É o tempo da travessia

E se não ousarmos fazê-la

Teremos ficado para sempre

À margem de nós mesmos"

Fernando Teixeira de Andrade (1946-2008).



CARTA À CAROLINA MARIA DE JESUS

Miriam Cristiane Alves⁶⁵

Querida Carolina Maria de Jesus,

Eu falo do futuro, o ano é 2021. Você no ano de 1955, enquanto escreve seu diário, nem imaginaria o que se passa no Brasil e no mundo. Vivenciamos uma pandemia provocada pelo novo coronavírus. Março de 2020 marcou, aqui, no território brasileiro, o que passou a ser chamado de "novo normal", ou seja, tivemos que buscar novos modos de normalidade em nosso cotidiano diante do impensado, do infortúnio da pandemia da Covid-19. Estamos, há exatos dezesseis meses, buscando uma normalidade que assegure a sobrevivência; experimentando diferentes formas de se relacionar, pois, uma das principais orientações no enfrentamento à pandemia é o distanciamento físico.

Eu fico aqui imaginado o que você me diria diante de algumas "pérolas" que passamos a escutar, dentre as quais destaco: "O vírus é democrático, pois afeta as pessoas da mesma forma, basta ter contato com ele". Parece piada, não é Carolina? Em seu diário, em 15 de julho, aniversário de sua filha Vera, você diz:

65 Psicóloga, CRP 07/24471. Professora do curso de Psicologia da UFPel e do Programa de Pós-Graduação em Psicologia Social e Institucional da UFRGS. Coordenadora do Núcleo de Estudos e Pesquisas E'léékò UFPel/UFRGS. Conselheira do CRPRS, presidenta da Comissão de Processos Clínicos e Psicossociais e da Comissão Gestora da Subsede Sul.

Eu pretendia comprar um par de sapatos para ela. Mas o custo dos gêneros alimentícios nos impede a realização dos nossos desejos. Atualmente somos escravos do custo de vida. Eu achei um par de sapatos no lixo, lavei e remendei para ela calçar (Jesus, 2014, p. 11).

Uma das tarefas que executo é supervisionar estágios curriculares junto a estudantes do curso de Psicologia da UFPel e não foi uma vez, nem duas vezes, que escutei por intermédio das estagiárias, narrativas do tipo: "Ou eu morro de fome, ou eu morro de Covid", "Preciso trabalhar, não posso ficar em casa". Além dessas, também destaco: "Eu não tenho internet para continuar meus atendimentos de modo on-line". E, mais uma vez, lembro de você Carolina! Um questionamento passou a rondar meus pensamentos, provocando reflexões sobre o meu papel enquanto psicóloga e docente formadora de futuras/os psicólogas/os: De que modo oferecer, disponibilizar, manter a escuta clínica e psicossocial para as pessoas que vivenciam a "pandemia" das desigualdades sociais e raciais há séculos?

Esse questionamento me fez lembrar daquela passagem em seu diário, no dia 9 de julho, quando você escreve: "Tive sonhos agitados. Eu estava tão nervosa que se eu tivesse azas eu voaria para o deserto ou para o sertão. Tem hora que eu revolto comigo por ter iludido com os homes e arranjado estes filhos" (Jesus, 2014, p. 87). O que a Psicologia e o grande campo de atuação que podemos nominar como processos clínicos e psicossociais têm feito pela população pobre e, majoritariamente preta, deste país, nesse contexto de pandemia? De que modo os cursos

de formação em Psicologia têm respondido ao enfrentamento da pandemia da Covid-19 quanto ao que ela desnuda frente às desigualdades de raça e classe do Brasil?

Querida Carolina, quando você me questiona se o atendimento on-line democratizou o acesso a escuta clínica eu diria – sem medo de errar – que não. Pois, corroborando com o que defendem os movimentos sociais negros, afirmo que: não há democracia sem o enfrentamento das desigualdades raciais e sociais neste país! Ou seja, o grupo social e racial que continuou acessando a escuta clínica, agora permeada pela tecnologia da informação e comunicação, é aquele no qual você não faz parte; é aquele que teve direito ao isolamento físico, haja vista que, o isolamento social já é uma realidade e constância na vida da maioria da população brasileira. Ou seja, pessoas pretas e pobres vivenciam o isolamento social nesse país desde o primeiro africano sequestrado e escravizado que foi trazido para esta terra.

Novamente lembrei de você, Carolina. Lembrei daquela passagem do teu diário, era o dia 20 de junho:

(...) Não tinha papeis nas ruas. E eu queria comprar um par de sapatos para a Vera. (...) Segui catando papel. Ganhei 41 cruzeiros. Fiquei pensando na Vera, que ia bradar e chorar, porque ela quando não tem o que calçar fica lamentando que não gosta de ser pobre. Penso: se a miséria revolta até as crianças... (Jesus, 2014, p. 66).

Ler e escutar o que você diz, o que você sente, o que você vive por meio de seu diário tem sido desafiador e, ao mesmo tempo, tem provocado em mim, novos deslocamentos em direção de uma clínica política antirracista. Não é mais possível que a escuta, inclusive a permeada pela tecnologia da informação e comunicação, continue perpetuando o silenciamento de vidas, de existências, de pessoas que historicamente não têm acesso aos serviços de Psicologia.

Em minhas supervisões com estudantes, não canso de dizer: Cuidado! Nossos ouvidos têm paredes! Paredes que silenciam existências na medida em que nos impedem de escutá-las. Em que medida a pandemia se constituiu como mais uma dessas paredes? Grada Kilomba (2019) faz uso do conceito de silenciamento como efeito do colonialismo, pois o colonizador branco tinha medo de ouvir o que poderia ser revelado pela pessoa negra. Ainda, segundo a autora, para serem impedidas de falar, as pessoas negras escravizadas eram obrigadas a usar uma máscara que cobrira a boca, no intuito de silenciá-las. Deste modo, o colonizador branco não teria que ouvir e entrar em desconforto com as verdades negadas e reprimidas que, por sua vez, poderiam sair da boca daquelas/es que ele impôs o lugar de "Outro" (Kilomba, 2019, p. 41).

Nos meus delírios e travessias, Carolina, fiquei pensando nas máscaras que lhe foram impostas ao longo da sua vida e da impossibilidade, do não acesso a espaços de escuta clínica e psicossocial para você e sua família. Como você percebe tudo isso? Não precisa me responder. O seu diário me

oferece pistas sobre o que move, o que preocupa você: "7 de agosto. Deixei o leito as 4 horas. Eu não dormi porque deitei com fome. E quem deita com fome não dorme" (Jesus, 2014, p. 107). Que máscara é essa que lhe impede de comer? Que máscara é essa que é atualizada na pandemia da Covid-19 e impede muitas pessoas pretas e pobres de comerem? Que máscara é essa que naturaliza o fato de muitas pessoas não conseguirem acessar os serviços de escuta clínica e de atenção psicossocial por meio das tecnologias da informação e comunicação? E que diante desta dura realidade não conseguem propor, criar saídas para a efetivação do cuidado?

A "Máscara" do contemporâneo, para mim, se constitui em um projeto político de morte em vida e de mortificação do desejo como diria Mbembe (2017) em "Políticas de Inimizade". O autor se refere a uma ideia de soberania do Estado nação que "consiste no poder de fabricar toda uma massa de gente habituada a viver no fio da navalha ou, ainda, à margem da vida - gente para quem viver é estar sempre a prestar contas à morte" (Mbembe, 2017, p. 64).

Mas o que isso tem a ver com a escuta clínica e psicossocial?

Tudo vai depender da nossa mirada! Se estivermos olhando a partir do prisma de uma escuta clínica que se reinventou com a difusão e ampliação dos atendimentos on-line às pessoas de classe média e alta, a resposta, talvez, possa ser "nada". Se estivermos olhando desde os

óculos de uma escuta clínica e psicossocial engajada ética, social e politicamente com a construção de uma sociedade mais equânime, a resposta, talvez, possa ser "tudo".

Carolina, você deve estar cansada do meu blá, blá, blá de psicóloga e professora universitária. No entanto, para que possamos nos conectar, nos aproximar, nos compreendermos a partir de nossas escrevivências, como nos ensina Conceição Evaristo (2017), preciso lhe dizer que sou uma mulher preta, nascida na periferia e que opta por continuar na periferia por entendê-la como centro, mãe de três meninas e companheira de um migrante caboverdiano. Eu nunca passei fome, mas lembro de uma cena de minha infância, aos 7 anos, em que minha mãe fez uma canja de galinha, uma delícia - eu sempre gostei e gosto de caldos, sopas, canjas e afins -, após degustar aquela delícia solicitei repeteco. Eu não tinha ideia da cena que viria na sequência, minha mãe pegou o seu prato de canja, me entregou e disse com lágrimas correndo em seu rosto: "Eu prometo que vocês jamais passarão fome na vida como eu já passei". No dia seguinte ela chegou em casa com muitas compras, muita comida e algumas guloseimas para nós, crianças. Na época eu não senti a fome, mas senti que ela nos espreitava. Outro dia, quando contei essa história para um querido amigo, ele me disse algo que ficou em meu corpo, sendo saboreado, elaborado, passando por todos os sentidos: "Bah... Que potente né? Você nasceu duas vezes pela força de sua mãe preta - uma no parto e outra na luta!".

Carolina minha querida, vou ficando por aqui. Mas antes de finalizar essa carta, quero lhe dizer que sempre aprendo muito com o que você escreve e muitas vezes me vejo ao teu lado, no teu barraco, com

as tuas crianças. A sua escrita, a sua narrativa, a sua escrevivência alimenta a minha escuta clínica e psicossocial e subsidia a construção dessa clínica política antirracista que tem me movido, me deslocado nos últimos anos.

Um forte abraço e uma boa luta para todas nós!

Míriam Alves

Pelotas, 18 de julho de 2021.

REFERÊNCIAS

Evaristo, C. (2017). A "escrevivência" na literatura feminina de Conceição Evaristo. (Entrevista cedida a) Bruno Barros. 14 min. 28s. Rio de Janeiro: TV PUC-Rio, 16 Mai. Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=z8C5ONvDoU8>. Acesso em: 04 jun. 2021.

Jesus, M. C. (2014). Quarto de despejo: diário de uma favelada. São Paulo: Ática.

Kilomba, G. (2019). Memórias da plantação: episódios do racismo cotidiano. (Jess Oliveira, Trad.). Cobogó.

Mbembe, A. (2017). Políticas da Inimizade. Lisboa: Antígona.



O FUTURO MANDOU LEMBRANÇAS

Paula Cristiele Steinhaus⁶⁶

Bom, escrevo essa carta em junho de 2021, na esperança de que ela chegue para mim em fevereiro de 2019, quando eu estava morando na cidade dos meus sonhos e matriculada na disciplina especial de Saúde Coletiva de uma das melhores Universidades Federais do país. É engraçado e doloroso como o tempo muda a direção das coisas, ou como nós colocamos a culpa nele por não termos coragem o suficiente de seguir nosso desejo, essa velha cena histórica/histórica de que falam os psicanalistas. Bom, eu fui eu mesma meu caso clínico. Sigo sendo, talvez. Até hoje procuro entender os motivos de desistir daquilo que eu mais sonhava de uma forma tão simples. Eu só deixei pra lá, sem hesitar. E na hora pareceu uma ótima escolha, sabe por quê? Porque aqui onde moro eu tinha meu consultório, meus pacientes, e não poderia trocar isso por uma incerteza em outra cidade. A cereja do bolo (ou a gota d'água) foi o convite para trabalhar em uma escola. Isso mesmo, CON-VI-TE, meu trabalho foi requerido pela instituição e para mim isso foi uma honra, não poderia recusar. O único problema nisso é que os horários coincidiam com os dias que eu pegava ônibus para ir até SC (sim, eu estudava em outro estado). Por isso, desisti de um sonho para conquistar um trabalho tão importante quanto. Okay, mas o que isso tem a ver com a

66

Psicóloga, CRP 07/27226. E-mail: paulasteinhaus@gmail.com.

pandemia e com as novas formas de escuta hoje? Tudo! Pois eu tinha uma resistência enorme quanto aos atendimentos on-line que nem sequer pensei em propor essa modalidade de trabalho aos pacientes e alunos. Pensava que nenhum deles aceitaria ou se adaptaria ao virtual, acreditava que nem mesmo eu conseguiria me sentir suficientemente confortável para trabalhar dessa forma. Foi então que cancelei as viagens já marcadas, devolvi as passagens compradas e concentrei meus esforços ao trabalho aqui onde moro. E tudo ocorreu bem, diga-se de passagem. Os atendimentos no consultório seguiam normalmente e na escola pude desenvolver atividades que sempre gostei, como grupo com adolescentes e a orientação profissional. Tudo isso me encheu de energia, estava preparada para iniciar 2020 "com todo gás". Até que começaram as notícias, o mundo corria pra enfrentar um vírus de comportamento imprevisível e mortal. As aulas foram suspensas, os atendimentos também. Tudo parou. A princípio, acreditamos que seria somente por algumas semanas, essas semanas viraram meses e agora já passamos de um ano sem grandes mudanças. Foi tudo de repente. Não houve tempo de preparo. Ontem decretaram quarentena, hoje migramos para o on-line. Eu esperei passar na esperança de retomar logo o presencial, foram duas semanas sem trabalhar, mas para os autônomos, duas semanas sem trabalho são duas semanas sem salário. Precisei iniciar uma relação profissional com o virtual. Aquele

trabalho que poderia ter viabilizado a realização do meu sonho em outro estado, agora já não era questão de escolha, era questão de sobrevivência. Ou trabalhava assim, ou ficaria sem renda alguma. Admito que foi bem mais fácil do que eu pensava, no final das contas serviu para provar que o que sustenta realmente nosso trabalho é a escuta, independente do meio por onde ela aconteça. Eu procurei formas de deixar os pacientes mais à vontade, criei cartilhas com dicas para melhorar o atendimento on-line, pensamos juntos os melhores horários - com menos gente em casa ou quando a maioria estivesse dormindo. O vínculo já estava feito, pois todos eram pacientes presenciais, o diferente agora era esse intermediário, essa tela que nos separa e nos une. Para receber pacientes novos - muitos deles vieram nesse período - a combinação era: "fizemos uma primeira sessão e você vê se se sente à vontade com o atendimento on-line", às vezes acontecia, às vezes não. O sinal de internet caindo, o computador travando, eventuais faltas de luz ou problemas de áudio formavam um compilado de interferências que, aos poucos, foram absorvidos como parte do cenário, assim como quando uma mosca entra na sala e você e seu paciente fingem que não veem para não perder o "fio da meada". É lógico que, se a mosca - ou os problemas técnicos - traz muito ruído para a escuta é preciso interromper, solucionar o problema e, então, continuar. Já não é mais a mesma sessão, mas é uma nova sessão possível.

Outra novidade nisso tudo foi o trabalho com orientação profissional on-line. Em 2019 pude reunir mais de 40 alunos em uma sala, aplicar os

testes e fazer entrevistas e devolutivas de forma presencial. Porém, isso agora se tornou inviável, não poderia mais trabalhar dessa maneira. Nesse momento precisei ser criativa, como "substituir" os testes e ainda assim oferecer um bom resultado aos alunos? Fui, então, atrás de livros, artigos, sugestões on-line e encontrei ótimos materiais. Também me senti mais livre para criar, junto com os estudantes, formas de pensar e repensar não só sobre a questão profissional, mas sobre seus propósitos de vida e futuro. Acredito que conseguimos chegar a bons resultados com isso, ao menos é o que se pode perceber nas entrevistas. Enfim, no meio de tantas adaptações repentinas eu pude criar um espaço de trabalho que é recompensador para mim. É evidente que espero ansiosamente por estar novamente em uma sala cheia de alunos, em um consultório sem máscaras (no sentido literal), mas espero também que essa experiência sirva para eu não sentir mais tanto medo, pois correr risco é parte do processo. Se essa carta chegasse até meu passado, eu obviamente não acreditaria, talvez tivesse ainda mais medo do que já tinha na época. Porém, queria avisar a mim mesma que sobrevive quem se adapta, esse é o grande milagre da nossa espécie.

Santo Ângelo, junho de 2021.



DE UMA CARTÓGRAFA AOS FUTUROS TERAPEUTAS

Thalia Vielmo Bianchini⁶⁷

Cartografar o momento atual não é uma tarefa fácil, muito menos prazerosa, pois a cartografia, como ressalta Suely Rolnik (2016), é justamente dar voz aos afetos que perpassam o campo social o qual estamos imbricados, mergulhar em todas essas intensidades as quais se apresentam a nós. A cartografia é a experimentação do novo, do estranho, do que é estrangeiro e nem sempre é agradável, o cartógrafo fala da perspectiva da vida como ela se apresenta com suas linhas, rupturas, intensidades.

Os afetos que perpassam o campo social é o luto social. Recorrer a espaços virtuais, de alguma forma, é ir ao encontro de afetos hostis, a potência a qual somos expostos é de vulnerabilidades sentimentais, é de um luto precoce o qual experienciamos a todo momento, é a fragilidade de políticas e de governos ao enfrentamento de um extermínio em massa. Quando falamos do momento atual em que estamos vivendo, falamos de um lugar de fragilidade, de incertezas, de retrocessos, onde vidas que importam são selecionadas a partir de um índice demarcado por raça, classe e gênero.

Portanto, a clínica se apresenta como este atravessamento de intensidades que caracterizam o período atual, os quais de acordo com Katerine da Cruz Leal Sonoda (2020) é de perdas, medos, pânico, ansiedade, falta de perspectiva de futuro, sentimentos de inutilidade, sensações de vazio

67

Psicóloga, CRP 07/35247. E-mail: psithaliabianchini@gmail.com.

que por mais que estejam presentes na vida de qualquer pessoa, não o estão de uma forma patológica. Porém, o isolamento social fez com que as proporções sejam muito maiores.

Na clínica isso fica evidentemente explícito, é recorrente o discurso de vazio existencial, de solidão, de pânico e ansiedade social, quando pessoas já apresentavam dificuldade nesses mecanismos da vida, o isolamento social somado ao medo, angústia e vazio torna o mundo um lugar melancólico onde as potências de viver se esgotam. Esses são discursos que se apresentam na minha prática clínica, agora como que é a escuta de um lugar de vazio, onde parece que as potências de afeto já foram totalmente extinguidas?

Sonia Regina Vargas Mansano (2016) argumenta que na clínica de Deleuze e Guattari a prática deve ser de expansão das potências da vida, ou seja, tudo que é experimentado no cotidiano, nos encontros, da desorganização que tais provocam, tem-se um novo modo de viver, é preciso desorganizar-se dessa vida psíquica totalmente organizada quase de forma obsessiva, para que novas experimentações e novos afetos possam atravessar os sujeitos. A experimentação que nos deparamos neste momento é uma experimentação de ida que talvez não tenha uma volta, o que estamos expostos é um encontro letal, e os afetos que se atravessam são banais.

Se a clínica é a experimentação que provoca a própria potência de viver, esta que segundo Rodrigo Diaz de Vivar Soler & Edelu Kawahala

(2017) sendo modo específico de criar linhas de fuga e compreender os efeitos que são produzidos por objetos que impactam no modo de viver, como que potencializa-se um modo de vida o qual as capacidades de experimentação com as coletividades, com o todo, com o outro são limitadas e/ou cessadas?

O que produz na prática clínica através de todos esses impasses que se colocam, é fazer uma experimentação de si consigo mesmo, sem referência a outros novos, mas a outros antigos que são justamente esses objetos que impactam o modo de viver. Pois por mais que o sujeito esteja em um processo de estagnação de novos encontros, as potências corporais continuam por produzir, por mais que não estejam em seu ápice, também não estão em descontinuidade. O que produz então um corpo que se diz vazio?

Sarah Bernadette de Carvalho Alcantara (2019) recorrendo a Deleuze e Espinosa, afirmando que o corpo é um acontecimento se definindo pela sua capacidade de afetar e ser afetado, rompe com uma organização fixa, transformando o corpo em seu próprio devir revolucionário. A autora cita a filosofia da diferença como esse modo de escapar do idêntico, do que está previamente disposto como único e da generalidade. Sonia Regina Vargas Mansano (2016) mergulha na mesma obra e traz a questão dos autores sobre estarmos sujeitos e submetidos ao encontro com os outros, onde se coloca a questão central espinosiana: o que pode um corpo? Que é justamente essa análise da compreensão das causas sobre o vivido, sobre

as mudanças e variações que tais (des)encontros provocam (Mansano, 2016).

Portanto, a clínica é um devir, não limitada nem pensada sobre um prisma arquitetônico, pois a clínica não é estagnada a um território fixo, é uma prática abrangente, o encontro virtual se configura como uma diferença da própria clínica, pensada a partir do fora. Usar-se de tecnologias a favor de uma proteção e também de uma democratização e expansão de territórios sobre os acessos aos serviços de saúde mental, é uma das formas utilizadas no momento em que estamos vivendo.

Mas eu desfruto de uma inquietação que remete, além de tecnologias e práticas, que diz respeito a quem possui acesso e a partir de qual perspectiva devemos pensar sobre a democratização do serviço de saúde mental em esferas mais vulneráveis da população. O que fica evidente, para mim, como psicóloga clínica, tanto presencial como de forma remota, é que há uma determinação muito fixa de quais pessoas possuem este acesso, privando uma parte da população a qual além de sofrer com os impactos da pandemia de Covid-19, sofrem também com questões relacionadas a oportunidades de bens e serviços e nestes, estão incluídos o de saúde mental.

Essas são questões que ainda não temos resposta, pois o momento é atual e como sinalizam Silva et al. (2020), a pandemia mostrou-nos evidências de que os governos e as nações apresentam falhas em tomar medidas sobre os

impactos causados pelo vírus, e tudo em uma esfera total. Pois ainda estamos vivendo, no presente, esses impactos os quais cada dia mais se agravam e tornam mais difíceis as medidas que abarquem toda a população. Então, para os futuros terapeutas, peço-lhes que olhem para suas práticas de forma crítica e que busquem alternativas que incluam as populações e não reproduzam uma lógica exclusiva da profissão, pois nosso código de ética assegura que:

I. O psicólogo baseará o seu trabalho no respeito e na promoção da liberdade, da dignidade, da igualdade e da integridade do ser humano, apoiado nos valores que embasam a Declaração Universal dos Direitos Humanos. II. O psicólogo trabalhará visando promover a saúde e a qualidade de vida das pessoas e das coletividades e contribuirá para a eliminação de quaisquer formas de negligência, discriminação, exploração, violência, crueldade e opressão. III. O psicólogo atuará com responsabilidade social, analisando crítica e historicamente a realidade política, econômica, social e cultural. IV. O psicólogo atuará com responsabilidade, por meio do contínuo aprimoramento profissional, contribuindo para o desenvolvimento da Psicologia como campo científico de conhecimento e de prática. V. O psicólogo contribuirá para promover a universalização do acesso da população às informações, ao conhecimento da ciência psicológica, aos serviços e aos padrões éticos da profissão. VI. O psicólogo zelará para que o exercício profissional seja efetuado com dignidade, rejeitando situações em que a Psicologia esteja sendo aviltada. VII. O psicólogo considerará as relações de poder nos contextos em que atua e os impactos dessas relações sobre as suas atividades profissionais, posicionando-se de forma crítica e em consonância com os demais princípios deste Código (CÓDIGO DE ÉTICA DO PSICÓLOGO, p. 7, 2005).

REFERÊNCIAS

Sonoda, Katerine da Cruz Leal (2020). A escuta clínica em tempos de pandemia. UNIFESSPA contra a COVID-19, Pará.

Soler, Rodrigo Diaz de Vivar; Kawahala, Edelu (2017). A Potência De Viver: Deleuze e a Arte. Revista Psicol. Soc.

Mansano, Sonia Regina Vargas (2016). A respeito do conceito de potência na prática clínica: leituras deleuzianas. Revista Psicologia Argumento.

Alcantara, Sarah Bernadette de Carvalho (2019). O que pode um corpo? Espinosa e Deleuze, o desejo como produção. Revista Profanações.

Rolnik, Suely (2016). Cartografia Sentimental: transformações contemporâneas do desejo. 2 ed. Porto Alegre: Sulina.

Conselho Federal de Psicologia (2005). Código de Ética Profissional do Psicólogo. Brasília: Conselho Federal de Psicologia.

Silva, C. M.; Soares, R.; Machado, W.; Arbilla, G. (2020). A Pandemia de COVID-19: Vivendo no Antropoceno. Rev. Virtual Quim. v. 12, n. 4.



CARTA À MINHA AMIGA PSICÓLOGA

Thaíse Mendes Farias⁶⁸

Cara Colega Psicóloga,

Como tu estás? Espero que bem, diante do "novo normal". Expressão terrível essa, não? Como "normalizar" tantas perdas... Mas, precisamos ressignificar nossas trajetórias, reinventar-nos, reeditar nossos discursos, sobreviver. E, afinal, somos muito mais resistentes e resilientes do que pensamos. Mas, não sem dores. A dor faz parte da vida, mas como "dói" aceitar isso...

Bom, por aqui, muitas novidades! Amiga, lembra que até ontem eu sempre dizia que "Psicologia on-line" não era para mim? Não, definitivamente parecia que não era. Não me enxergava atuando clinicamente nesse modelo. Por mais que eu soubesse da eficácia da clínica on-line amplamente demonstrada nos estudos, eu não me enxergava numa relação com o paciente mediada por uma tela.

Recordas que, antes da pandemia, comentei brevemente contigo - sempre respeitando o sigilo que a ética da nossa profissão impõe e que nossa consciência exige - que uma paciente mudou de cidade e eu trabalhei com ela o término do nosso vínculo terapêutico, orientando que ela procurasse uma psicóloga no seu novo domicílio? Afinal, eu que não ia atender on-line (pensei

68 Psicóloga, CRP 07/28216. Especialista em Psicologia e Sexualidade. Mestre em Ciência Política. Doutoranda em Psicologia Clínica pela UNISINOS. E-mail: psicologa.thaïsefarias@gmail.com

comigo)! Mas, a pandemia chegou e fui obrigada, da noite para o dia, a atender on-line e a me adaptar a esse modelo.

Naquele primeiro momento, onde ninguém sabia direito como lidar com a situação (esse tal Covid-19 pega como? Usa ou não usa máscara? Pode ir no supermercado? Tem que passar álcool em gel em tudo mesmo? Pega no ar?), imediatamente passei meus atendimentos para modalidade remota e acreditei que seria uma breve troca. Alguns pacientes seguiram à distância e outros suspenderam os atendimentos acreditando, como eu, na brevidade da pandemia. Ledo engano...

Pois o tempo passou e a pandemia não. E hoje, atendo majoritariamente on-line, somente abrindo exceção aos pacientes que não tem o mínimo de privacidade em casa.

Mas, eu que fazia "cara feia" para o atendimento remoto, comecei a me afeiçoar por ele, sabe? Fui surpreendida pelos meus próprios pensamentos e me peguei imaginando o futuro da Psicologia enquanto profissão mediado pela tecnologia de ponta. Viajei nas possibilidades! Será que no futuro as sessões de psicodrama de grupo serão com cada pessoa na sua casa, usando óculos de realidade virtual? Será que as sessões individuais de orientação analítica serão por meio de avatares, em settings virtuais, num lindo parque do ciberespaço? E como seria o uso de aplicativos para as "lições de casa" das/os psicólogas/os adeptas/os das teorias cognitivas comportamentais? E me dei conta que a ficção científica não era mais uma utopia, mas, uma possibilidade.

Senti uma alegria muito grande, pensando em como o atendimento on-line poderia levar

a Psicologia aos quatro cantos do mundo, promovendo saúde para muitas pessoas! Que mundo lindo! Todo mundo fazendo terapia, todo mundo em processos lindos de autoconhecimento! Tu já imaginaste isso, gurria? Que sonho!

Mas, de repente, chegou uma notificação no meu celular. Eram as notícias do dia. E, nelas, haviam mais de 500 mil mortos pela Covid-19, atraso na distribuição de vacinas, aumento do desemprego, mais pessoas atravessando da linha de pobreza para a miséria, assassinato de uma jovem negra grávida por uma bala "perdida" que, ironicamente, sempre é "achada" num corpo negro... E caí das nuvens. Um aperto no peito. Angústia. Ansiedade! Tive uma crise.

Como podemos conviver com esse paradoxo entre tanto avanço e tanto retrocesso? Que mundo é esse em que é possível a comunicação síncrona entre alguém no Brasil e no Japão, mas que, ao mesmo tempo, estamos tão desconectados uns dos outros a ponto de não nos indignar a morte de tantos ao nosso lado? Como um ser humano pode ter tanta habilidade para usar as ferramentas de um smartphone e não "saber" usar máscara cobrindo o nariz e a boca? Afinal, pensar é mesmo natural? Sentir é natural? Ou são exercícios críticos que vão exigir de nós muita dedicação, empenho, vontade, coragem, autoconhecimento?

E fiquei pensando que, depois de 17 anos, eu voltei a tomar medicação psiquiátrica, agora na pandemia. Não aguentei o "tranco" das notícias ruins, do isolamento social, do medo de morrer,

da indiferença daqueles que insistem em se aglomerar e negar o que estamos vivendo - precisei seguir com a terapia psicológica aliada ao tratamento farmacológico para depressão. Senti uma súbita fraqueza, senti como se sentem meus pacientes quando se deparam que precisam de medicação: derrotados, precisando passar por um processo de enlutamento da perda da saúde mental para a doença. Amiga, foi brabo!

Eu sou uma boa profissional, modéstia à parte. Ah, para ti eu não preciso fingir modéstia, tu me conheces bem! Sabes o quanto sou dedicada, estudiosa e que a Psicologia tem uma importância crucial na minha vida! Eu tenho consciência de que meu (melhor dizendo, o nosso) trabalho ajuda as pessoas. Mas, diante da doença readquirida na pandemia, questioneei minha competência. No fundo, eu também tenho preconceitos com o adoecimento mental e parte de mim ainda tem que lutar contra a crença de que depressão e ansiedade é falha de caráter, fraqueza... Todas essas bobagens que nos levam a esquecer que, como aquela máxima atribuída ao Freud, "precisamos viver como se fôssemos de ferro, mas somos feitos de carne". Aliás, somos feitos de pensamentos, emoções... Somos feitos de sentir e de sentido. E, sim, doenças são contextuais, culturais. A história produz sintomas. A política também. E lembrei que psicóloga também é gente: adocece, não quer aceitar a doença, reluta para pedir socorro... E, depois de desnecessariamente sofrer, admite que precisa de cuidado, de ajuda, de tratamento. Enfim, eu me enxerguei demasiadamente humana

e teimosa, como muitos dos meus queridos pacientes! Também sou um corpo que sente, uma mente que sofre, uma alma que sonha...

Estava mais uma vez viajando nos meus pensamentos quando, de novo, bipou o celular! Era no WhatsApp dessa vez. Uma mensagem carinhosa tua me dava bom dia e me perguntava "como tu estás hoje?". E saí um pouco do mundo dos pensamentos para o mundo das emoções, envolvida pelo calor contido naquelas carinhosas palavras que, efetivamente, vinham de quem se importa. Eu sei que tu te importas! E não tens ideia do quanto isso faz diferença na minha vida. É, a Internet também diminui distâncias... Ela também aquece a alma e pode ser lugar de "cura" para nossas dores. Tu aí, tão fisicamente distante, mas afetivamente tão próxima de mim, acolhendo a minha dor com a tua amizade: isso não é terapia, mas é terapêutico.

Hoje, quem diria, não imagino mais a minha vida atendendo exclusivamente de forma presencial. Compreendi, mais do que isso, senti que a mesma "guilhotina que corta cabeças, corta papel". Tive esse insight (ou in site! No sítio [www... hehehe](http://www...)). A possibilidade de contato remoto não é uma subsidiária do contato presencial, é uma ferramenta essencial numa vida em que tudo é correria. Talvez o tempo "economizado" no deslocamento para a terapia presencial seja mais bem usado pelo paciente na construção e dedicação a outros vínculos...

Se posso fazer terapia em casa, se é possível evitar 30 minutos se deslocando, se é possível fazer terapia no "conforto do seu sofá", se a casa do paciente pode, a partir disso, se tornar um setting continente para ele, se é possível ressignificar positivamente as relações com este espaço chamado "lar", por que não?

E eu, que resistia tanto à terapia on-line enquanto psicóloga, pasme: sou hoje uma paciente adepta do modelo e, quando a pandemia acabar, não pretendo voltar, se possível, à modalidade presencial tão cedo... É, mudanças acontecem. Assim, sigamos nos transformando.

Bom, amiga... Sem mais. Não vou me estender mais porque quero deixar um pouco de assunto para quando, devidamente vacinadas e com a pandemia findada, pudermos trocar um carinhoso abraço! Quero te desejar força! Está difícil, eu sei. Mas, vai passar. Cuida de ti, dos teus. Não esqueças: a melhor forma de prevenção é o isolamento. Então, fica em casa, mulher! E bons atendimentos remotos!

Um abraço virtual, porém, não menos carinhoso, da tua amiga,

Thaíse.



Alquam viverra orn
um di
istiq
e. Cur
disi he
grevi
t vari

erna
dig
tiqu
ura
av
ar

**CAPÍTULO 3 - NARRATIVAS E
DEVIRES EM INSTITUIÇÕES
PÚBLICAS**

CARTA AO DESCONHECIDO

Charles da Rosa Vieira⁶⁹

Ilustríssimo Senhor Desconhecido, é com um misto de estranheza, dúvida e saudades que lhe escrevo estas palavras. Estranheza, porque ao parar para escrever-lhe me dei por conta que sua presença já é quase familiar e que, apesar do nome, já começamos a nos conhecer (ou ao menos fazermos tentativas de) há mais de um ano. Desde que a pandemia teve seu início, tive que aprender a conviver constantemente em sua companhia, mas confesso que tem dias que são mais difíceis, em que o tempo e o espaço parecem insuficientes para seguirmos em frente. Já em outros, conseguimos realmente nos aproximar, trocar, afetar e juntos construímos encontros imprevisíveis que nos causam alegria, que expandem a vida, ampliam (r)existências e possibilidades. Dias de bons encontros, como diria Espinosa.

E se falando em imprevisibilidade, a dimensão da dúvida também toma parte desta carta na medida em que o cenário ainda é incerto. Os desdobramentos dessa incerteza inundam o cotidiano de todos que vivem em nosso planeta, em especial, a nós brasileiros, que infelizmente continuamos sob um governo irresponsável e despreocupado com a crise de saúde pública instalada em nosso país. A dúvida faz parte dos nossos dias e das nossas noites, nas constantes perguntas a respeito de

69 Psicólogo, CRP 07/29583. Especialista em Saúde, área de concentração Atenção Integral ao Usuário de Drogas (HCPA/UFRGS). Residente em Saúde Mental (UNISINOS). E-mail: charlesvieira.ad@gmail.com.

como? E quando? Voltaremos a viver como antes, na dita volta à normalidade (que, cá entre nós, mais do que nunca, me pergunto: que normalidade seria essa?). A única coisa que sei é que, igual a antes, não viveremos mais.

Quando menciono essas questões, já é possível imaginar o porquê a saudade também compõe esse misto que lhe falei. Os encontros presenciais se tornaram cada vez mais raros, e convenhamos, que fazem muita falta. Saudade dos momentos de troca, do olhar, do toque, da escuta com o corpo. Passa um filme na minha cabeça quando lembro de todos momentos coletivos de troca e de encontro que já foi possível tecer até aqui e que não só deixam saudades, mas que pedem passagem em novos modos de existência. Compartilho aqui, as belas palavras de Valter Guimarães Soares (2009, p. 112) de que "a saudade é um sentimento pessoal de quem se percebe perdendo espaços queridos de seu ser, dos territórios que construiu para si".

Também quero compartilhar com o Senhor algumas sensações e reflexões que tenho feito na minha passagem por diversos serviços que atendem demandas de sofrimento e de saúde mental. Desde que a pandemia começou, eu estive vinculado a diferentes serviços públicos de saúde e assistência social, em seus diferentes níveis de atenção. As experiências no Hospital Geral, Ambulatório Especializado em Saúde Mental, Unidade Básica De Saúde, Centro de Atenção Psicossocial (CAPS II) e Centro de Referência Especializado de Assistência Social (CREAS) partilhavam algo em comum, apesar de

tor vita
Nunc

suas especificidades. Havia (e ainda há) uma demanda comum: a necessidade de escuta.

A psicanálise, conforme compartilhou Dunker (2016), nos fornece importantes pistas para a construção de uma ética da escuta. Um exercício clínico que transversaliza práticas e encontros, sujeitos e coletivos, numa dinâmica articulada de afetos e efeitos que produzem modos de subjetivação. Composições de encontros e experiências outras, como no atual contexto, em que precisamos de um mediador, um condutor virtual de encontros, desejo e escuta para que se materialize a clínica. O resultado disso são diferentes possibilidades de cuidado em ato, como diria Merhy, o cuidado no momento em que ele acontece.

Mas como viabilizar espaços de escuta em meio ao caos dos serviços públicos no contexto de pandemia? De que forma possibilitar encontros potentes, voz e lugar para demandas cada vez mais emergentes e urgentes? O que é (im)possível (re)inventar nos serviços públicos, os quais mesmo antes da pandemia já enfrentavam situações de trabalho precárias e equipes incompletas?

Allig
rius
erat

Caro Senhor Desconhecido, pude perceber em minhas andanças o quanto sua presença tomou conta também destes espaços, sendo você causa e efeito de muitos movimentos subjetivos. Causa, na medida em que se afirma e se reconhece que há sofrimento frente ao desconhecido. Efeito, quando diante de novas situações se demandam respostas criativas, do campo da experimentação, que têm seus efeitos também desconhecidos. Diante disso, quero te contar um pouco sobre

como tem sido essas experiências e como elas se tornam possíveis.

Quando estive no hospital, ocupava o lugar de psicólogo residente. Pude ter uma vivência no atendimento aos pacientes internados pela Covid-19, logo no início da pandemia. Lembro-me que a presença do Senhor era ainda mais intensa. Naquele momento muitas questões se colocavam na medida em que as restrições aumentavam a cada instante. O contato entre paciente internado e familiar demandou a criação de atendimentos via celular como forma de conexão possível. Nunca havia pensado em utilizar o telefone celular como recurso para promover um encontro "terapêutico". Foi assim que aconteceu minha primeira "experiência on-line" (e acredito que dos pacientes também), na qual já foi possível evidenciar que o uso de tecnologias da informação era capaz sim de produzir bons encontros. Olhares. Afetos.

Em minha passagem pelo Ambulatório Especializado em Saúde Mental e pela Unidade Básica de Saúde me debrucei sobre a articulação entre estes dois serviços. Neste momento foi imprescindível o uso de recursos digitais para promover encontros, para construir redes firmes e potentes capazes de suportar a presença do Senhor e convidá-lo para somar com suas contribuições também desconhecidas, mas muito esperadas. O matriciamento on-line marcou o cotidiano da Unidade Básica de Saúde na medida em que se tornava um espaço construído e

conquistado coletivamente. Espaço on-line marcado pela discussão e aproximação das/os profissionais de uma mesma equipe e que juntos (mesmo longe) praticavam o que de mais valioso podiam: o cuidado e a escuta.

Continuando minha travessia, no ano de 2021 iniciei uma nova jornada por dois serviços diferentes, o Centro de Atenção Psicossocial (CAPS II) e o Centro de Referência Especializado de Assistência Social (CREAS). Ao chegar nestes espaços já tinha em minha bagagem um ano de experiência de escuta entrelaçado pelos desdobramentos da pandemia. Tinha em minha caixa de ferramentas alguns elementos já conquistados que poderiam ajudar no início deste novo trabalho. Mais uma vez o Senhor imperava e sua presença se tornava cada vez mais intensa. No decorrer dos dias percebi algo familiar no cotidiano daqueles serviços. A necessidade de escuta novamente se fazia tão presente quanto o Senhor. Escuta qualificada e afetiva. Escuta que requeria aproximação na distância.

Pude perceber que nada substitui o encontro. A presença. O olhar. O corpo.

Mas também pude experienciar momentos em que o "encontro on-line" contemplou todas as dimensões que um "encontro presencial" contemplaria, deixando evidente que o que realmente importa é a abertura para o novo. Uma abertura para o Senhor entrar e se juntar na construção de possibilidades de vida e de existência.

Escrevo estas palavras como uma tentativa e como um exercício de aproximação entre nós, para que possamos continuar quebrando as barreiras que o cotidiano vem nos colocando. Escrevo também para compartilhar questões que me movem e me desafiam na prática clínica e repercutem nos encontros que

tenho tido. Os desafios são muitos e devem nos fazer seguir, mesmo com dúvida e incerteza, tomados por perguntas. Mas trago, por fim, uma inspiração e te convido a seguir comigo nas palavras de Rainer Maria Rilke, quando em suas cartas ao jovem poeta retifica:

Peço-lhe que tente ter amor pelas próprias perguntas, como quartos fechados e como livros escritos em uma língua estrangeira. Não investigue agora as respostas que não lhe podem ser dadas, porque não poderia vivê-las. E é disto que se trata, de viver tudo. Viva agora as perguntas. (Rilke, 2006, p. 43).

Rio Grande do Sul, inverno de 2021.

REFERÊNCIAS

- Dunker, C. I. L. (2016) Como se dá a ética da Psicanálise com sua prática? Falando Nisso, 11. Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=zPHfnOEgLBA&t=76s>. Acesso em: 21 jun. 2021.
- Rilke, R. M. (2006). Cartas a um jovem poeta. Porto Alegre: Coleção L&pm Pocket.
- Soares, Valter Guimarães (2009). Cartografia da saudade: Eurico Alves e a invenção da Bahia sertaneja. Salvador: EDUFBA; Feira de Santana: UEFS Editora.



A REINVENÇÃO DO SERVIÇO DE PSICOLOGIA NA ASSISTÊNCIA ESTUDANTIL DE UMA UNIVERSIDADE PÚBLICA

Giordana Rodrigues Chaves⁷⁰

Ao CRPRS,

Atuo como psicóloga na assistência estudantil de uma universidade pública localizada na Região Sul do Rio Grande do Sul. Em março de 2020, as atividades presenciais foram suspensas em decorrência da crise causada pela pandemia da Covid-19. Um momento de muitas angústias, dúvidas e incertezas. Nos deparamos impedidos de realizar nossas atividades rotineiras e com a certeza de que a assistência estudantil, especialmente o apoio psicológico, precisava continuar, talvez até mais, precisasse se expandir para auxiliar os estudantes neste momento de crise. Foi necessária a reinvenção do serviço, de maneira a conseguir atender de forma remota. Essa mudança proporcionou o crescimento e desenvolvimento de nossas políticas de atenção à saúde mental discente. É sobre este processo de reinvenção e sobre essa experiência que obtive grande sucesso que eu gostaria de compartilhar neste texto.

Para explicar melhor meu ponto de vista e as sensações trazidas durante este período de trabalho remoto, faz-se importante a contextualização de como ocorria nosso trabalho antes da pandemia. A equipe responsável pelas

70 Psicóloga, CRP 07/19925. Especialista em Políticas e Intervenção em Violência Intrafamiliar. E-mail: giordanachaves@gmail.com.

políticas de assistência à saúde mental dos estudantes desta universidade conta apenas com dois psicólogos. Atualmente contamos com mais de dez mil estudantes de graduação, distribuídos em dez campi, localizados em dez cidades na Região Sul do estado do Rio Grande do Sul. A multicampia e a distância entre os campi são uma marca em nossa instituição, dando características próprias às formas de organização e atuação. Para ilustrar, posso citar que a distância entre duas destas cidades é de mais de setecentos quilômetros.

O reduzido número de profissionais, a grande distância física entre os campi e as dificuldades orçamentárias acabavam por dificultar muito o trabalho destas/es psicólogas/os, que precisavam se deter em atividades de gestão e tinham poucas oportunidades de contato direto com a população atendida. O contato direto com os estudantes se dava apenas quando tínhamos a oportunidade de viajar até a cidade em que estudavam. Nestas ocasiões realizávamos reuniões, palestras, rodas de conversa e atendimentos individuais. Porém, pelos motivos relatados, as viagens ocorriam com uma frequência muito menor do que o necessário para a realização de um acompanhamento com a qualidade que gostaríamos.

Com a emergência da pandemia, o distanciamento social controlado e a suspensão

das atividades presenciais, surgiu a necessidade de readaptação e oferecimento do atendimento de forma on-line. Esta era uma demanda nova e que nunca havia sido pensada em nossa instituição. Além disso, era preciso uma resposta rápida, já que os níveis de ansiedade e sofrimento emocional subiam drasticamente com o passar dos dias e com a incerteza do que viria. Foram cerca de trinta dias intensos, de muita pesquisa, estudo e dedicação da equipe para se reinventar, criar e organizar uma nova forma de atuação. Era necessário estabelecer um serviço de atendimento on-line, que fosse acessível aos estudantes, que seguisse os preceitos éticos da profissão e que garantisse a qualidade no atendimento. Participamos de cursos e capacitações, realizamos muitas leituras e buscamos estar atentos às orientações e normativas que estavam sendo, quase que diariamente, publicadas pelos mais diversos órgãos, como a Organização Mundial da Saúde, Conselho Federal de Psicologia, Conselhos Regionais de Psicologia e Governo Federal, de forma a elucidar e guiar as/os profissionais e instituições na realização do seu trabalho neste novo contexto.

Algumas das nossas principais dúvidas naquele momento giravam em torno de questões como: quais os procedimentos para obter a permissão para realizar o atendimento de forma on-line? Quais as possibilidades da Psicologia escolar e educacional neste momento de pandemia? Quais os limites de atuação com relação ao atendimento em momento de crise? Quais plataformas são passíveis de utilização? Quais recursos utilizar para oferecer um serviço acessível ao nosso público?

O primeiro desafio, e também o mais fácil de

sanar, foi com relação aos procedimentos de cadastramento e obtenção de permissão para o atendimento on-line por parte do Conselho Federal de Psicologia. A operação é tecnicamente simples, porém, naquele momento conturbado e em que muitas/os profissionais buscavam pelo mesmo objetivo, demoramos alguns dias até que fosse possível concluir este ato.

Tivemos grande preocupação e cuidado com relação aos limites do serviço, considerando as especificidades da Psicologia na área da educação e as particularidades do atendimento on-line. Nos preocupamos muito com relação ao atendimento de situações de crise e de casos graves. Buscamos orientações junto ao Conselho Regional de Psicologia, e ficamos mais seguros com as novas indicações, alterações e publicações que tratavam do assunto.

Além disso, outro ponto nevrálgico foi a escolha da plataforma em que ocorreriam as atividades on-line. Eu não tinha grande conhecimento e experiência na área da tecnologia da informação e comunicação. Foi preciso que pedíssemos ajuda aos profissionais da área. Realizamos muitos testes e simulações para compreender qual seria a plataforma mais adequada e de melhor acesso para nosso público. Diversas plataformas foram experimentadas, sempre em busca por opções que garantissem o sigilo e segurança dos envolvidos. Com o passar do tempo, a instituição disponibilizou um maior número de opções para as atividades on-line.

Porém, na maior parte do tempo, utilizamos a mais popular delas, já que ela propicia que um maior número de indivíduos consiga o acesso. Este é um fator muito importante, pois precisamos considerar que grande parte dos discentes de nossa universidade provem de famílias em situação de vulnerabilidade socioeconômica.

Nossas ações mais imediatas, ainda durante o primeiro mês de suspensão das atividades presenciais, foram a elaboração e divulgação de uma cartilha sobre a importância dos autocuidados à saúde mental, fundamentada nas orientações que estavam sendo lançadas pela Organização Mundial da Saúde, e a realização de um webinar transmitido on-line, aberto à toda comunidade acadêmica, para falar sobre esta temática.

As primeiras semanas do novo serviço foram os momentos de maior tensão para a equipe. A falta de experiência no atendimento na modalidade on-line causava alguma insegurança. Nos primeiros dias havia um certo desconforto diante da tela, uma sensação de que aquilo não era muito natural. Porém, com o decorrer das semanas e com as boas experiências que estavam ocorrendo, logo me acostumei à nova sistemática e esta sensação foi desaparecendo, dando lugar à sensação de satisfação por estar oferecendo um serviço tão fundamental naquele momento. As ações foram trazendo bons frutos, se desenvolvendo e ampliando-se cada vez mais.

Atualmente, atuamos de diversas formas, todas on-line, sendo que ainda permanecemos em trabalho remoto. Além das atividades de gestão, criação e desenvolvimento de políticas institucionais de atenção à saúde mental

estudantil. Agora temos a oportunidade de realizar atividades mais próximas aos discentes. Promovemos rodas de conversa em parceria com as equipes dos campi, oportunizando o diálogo sobre questões importantes, tais como: saúde mental, cuidados emocionais, relacionamentos interpessoais, combate à violência, combate ao preconceito, cultura da paz, comunicação não-violenta, estratégias para manejar a ansiedade, entre muitas outras. Também realizamos grupos semanais, onde os estudantes podem compartilhar seus anseios, receber o apoio dos pares e das/os profissionais, aprender novas estratégias de autocuidado para suas vidas e promover seu autoconhecimento e desenvolvimento pessoal. Além disso, são realizados atendimentos individuais para tratar de demandas específicas e que requerem maior atenção. Procedendo encaminhamentos para as redes municipais de atendimento, ou para profissionais da rede privada, para que os indivíduos possam realizar os tratamentos adequados às suas necessidades. Também iniciamos um processo de aproximação com as equipes multiprofissionais responsáveis pelo acompanhamento dos acadêmicos, de forma a promover maior debate, compreensão e sensibilidade na atuação junto à questões relativas à saúde mental.

Ao longo destes mais de quinze meses de funcionamento deste novo serviço, já recebemos diversas manifestações e solicitações de que o serviço permaneça nestes moldes mesmo após

o retorno às atividades presenciais e o fim da crise sanitária. Tanto os estudantes, quanto as equipes multiprofissionais responsáveis pelo seu acompanhamento, reconhecem a importância deste serviço on-line e, por muitas vezes, já solicitaram a permanência do mesmo após a volta às atividades presenciais, já que ele ajudou a diminuir a distância física que existe entre as/os profissionais de Psicologia e os alunos dos diversos campi da instituição.

Apesar de toda angústia e dor causada pela Covid-19, eu gostaria de compartilhar que para mim este foi um momento de grande realização profissional e que para nossa instituição foi uma oportunidade de avanço e desenvolvimento das políticas de atenção à saúde mental dos estudantes. A pandemia impulsionou a criação de um serviço on-line que atende a muitas das necessidades institucionais da assistência estudantil. Com todas as reinvenções necessárias, foi possível estar mais próximo da população atendida, ainda que virtualmente, ampliando e qualificando seu atendimento.

Atenciosamente.



AFROCONTO NA TESSITURA DAS TELINHAS

Raquel da Silva Silveira⁷¹

Caro Conselho Regional de Psicologia,

Puxa, há quanto tempo não nos falamos, hein? Imagino que a última vez que te visitei foi bem antes da pandemia chegar. Acredito que não tenho muitas desculpas para a minha ausência, mas não custa te contar que os compromissos da universidade acabam tomando conta de todo o meu tempo. Além disso, a maternidade e os cuidados com a casa também dificultam a minha chegada a ti. Então, quando vi que estavas disposto a receber cartas sobre a escuta clínica da Psicologia em diversas esferas, justamente neste momento triste da pandemia, me encorajei a te escrever.

Engraçado, né? Toda essa tecnologia, a profusão das redes sociais e seu dilúvio de informações, a angústia da instantaneidade autoimposta pelo WhatsApp, e o teu convite para a escrita de uma carta. Adorei!

Sabe, a primeira coisa que quero te contar é o quanto essa experiência de reclusão e de transformação da casa em espaço único de trabalho tem sido um desafio, ora muito

⁷¹ Psicóloga, CRP 07/10164. Doutora em Psicologia Social e Institucional (UFRGS). E-mail: raquelsilveira43@gmail.com.

triste e cansativo, ora aberto ao inesperado dos encontros virtuais. Sim, eu imagino que tu vais me dizer o quanto esta é uma situação privilegiada: o direito de trabalhar em casa durante a pandemia do coronavírus no Brasil. Certamente é verdade, e isso aumenta a minha responsabilidade enquanto servidora pública e professora. Por isso mesmo preciso dividir contigo o que temos produzido nestes tempos, pois para sobreviver a necropolítica (Mbembe, 2018) dos nossos governantes, é preciso produzir espaços coletivos de resistência e de produção de saúde.

Estou eu aqui falando um monte, mas pensei que talvez não te lembres de mim, por isso vou me apresentar brevemente, pra saberes por onde tenho andado, e que linhas tramam a minha existência. Sou servidora pública, professora de Psicologia Social e Institucional da UFRGS. Sou uma mulher branca, sem deficiência, cisgênero, heterossexual, 53 anos, casada e mãe de uma adolescente de 15 anos. Por tudo isso, sou uma mulher da "norma", privilegiada pela branquitude e pela classe social. Ainda assim, de vez em quando tenho meus dias de "não aguento mais essa clausura". A impossibilidade do encontro presencial, do sair na rua, do caminhar a pé pela cidade, tudo isto faz falta demais. Para piorar a situação afetiva, a convivência diária com o número de mortes pelo Covid-19 e pela violência policial produzem tristeza, luto, medo, raiva...

Desde 2010 comecei a estudar e a aprender sobre o racismo e o sofrimento psíquico, e conto isso por entender que é impossível falarmos da

escuta clínica da Psicologia sem enfrentarmos a grande lacuna nas formações em Psicologia sobre essa temática. Lembro do quanto o texto "Enegrecer o Feminismo" de Sueli Carneiro (2003) me provocou um enorme estranhamento na primeira leitura. Nossa, Senhor Conselho, foi um choque! Nas palavras vindas da Sueli, me vi confrontada com os meus privilégios e negligência profissional.

Imagino que para as pessoas negras que lerem este depoimento, isto deva parecer absurdo, e é, pois denuncia a ignorância da branquitude, inclusive de docentes universitárias. Hoje consigo entender que isto é efeito do racismo, que conforme nos ensina Carlos Moore (2007) é uma forma de dominação e exploração que atravessa a história da humanidade. O racismo está em todas as instituições sociais, sustentado pelas desigualdades socioeconômicas, pela iniquidade na distribuição dos recursos materiais e simbólicos e, fortemente, na produção de subjetividade. Assim, o mito da democracia racial continua silenciando os impactos do racismo na população brasileira e na constituição psíquica.

Trago esta discussão teórica para pensar que durante a pandemia, a população negra é afetada de forma radicalmente diferente e injusta em relação à população branca. Por isso, tenho proposto ações de pesquisa e extensão na temática das relações raciais e promoção à saúde, e achei que seria bacana te contar

nesta carta sobre uma atividade de extensão chamada Afroconto e Outros Contos. Penso que essa experiência que tenho vivido em coletivo é singular para pensarmos a escuta clínica permeada pela tecnologia e o encontro dos serviços públicos com a formação em Psicologia, durante a pandemia.

Tenho certeza, Senhor Conselho, que tu já acompanhaste muitos debates sobre a clínica e o fazer psicológico, e bem sabemos como são múltiplas as possibilidades de leitura e atuação da clínica psicológica. A abordagem que trago aqui está ancorada na Psicologia Social e Institucional brasileira e latino-americana. Majoritariamente branca, mas pelo menos situada no nosso continente e no nosso tempo, ufa! No meio dos estudos encontrei esta citação que achei bem legal pra nossa conversa: a escuta clínica é uma postura ética e política diante do sujeito humano. Não é o local que define a clínica, e sim, a posição do profissional e os objetivos de libertação e potencialização dos sujeitos (Moreira, Romagnoli & Neves, 2007, p. 620). Estes(as) autores(as) estavam discutindo a clínica social, afirmando a potência da clínica nos espaços coletivos, na rua, ali onde se fizer necessária e potencializadora. Num exercício de costura conceitual, também na Análise Institucional brasileira é possível pensar a clínica sob este paradigma, afirmando a complexidade da vida e sua inscrição nas

relações de saber-poder.

Nesse caminho, a concepção de clínica que me constitui é o saber-fazer de uma escuta atenta aos marcadores sociais da diferença que produzem subjetividade. Racismo, sexismo, capacitismo e classe social na produção de subjetividade capitalística são eixos de dominação que organizam as hierarquias e as desumanizações da nossa sociedade. Desta forma, construímos, coletivamente, este projeto de extensão, com apoio das políticas públicas de bolsas para estudantes de graduação, o Afroconto. O objetivo principal é contar histórias com personagens negras e/ou em contextos africanos para crianças de escolas públicas.

Quando chegou a pandemia e o isolamento social, ficamos muito inseguros(as) quanto à continuidade do projeto. Inicialmente achamos que seria impossível fazer contações on-line, contudo, recebemos um pedido muito especial. Uma psicóloga integrante da equipe de saúde mental da região Leste/Nordeste (LENO) demandou a contação do Afroconto para as crianças que estavam sendo atendidas pela equipe de forma virtual. Um dos argumentos para o pedido era justamente o isolamento social das crianças, pois devido à pandemia, ainda no seu princípio, em 2020, as escolas públicas estavam sem atividades. Assim, aceitamos o desafio e começamos a construir o espaço virtual da contação. Solicitamos a equipe de saúde mental que nos encaminhassem crianças negras e brancas, na faixa etária entre 5 e 8 anos. O alerta sobre encaminharem crianças negras se dava em virtude do público-alvo do Afroconto ser as crianças negras. Mas também o são as crianças brancas, pois acreditamos no potencial antirracista desse projeto. Contudo, se essa sinalização não for

feita, é possível que as crianças negras não acessem os serviços em virtude do racismo institucional.

O que temos vivido com as crianças, quinzenalmente, é muito mais surpreendente do que imaginávamos. As crianças interagem de forma intensa com a hora da contação. Trazem seus bichos de estimação, seus e suas bonecas(os), seus livros. Fazem todas as brincadeiras corporais que sugerimos, escutam atentamente as histórias e tecem seus comentários. Temos também um WhatsApp da contação, onde as crianças cantam, mostram seus desenhos, enfim, tudo muito potente e vivo.

Mas preciso contar um dia muito especial. Estávamos no meio da contação e uma das crianças perguntou: gente, gente, só os adultos podem contar histórias?

Opa, o que é isso? Pensamos. Paramos tudo e respondemos: não! Vocês querem contar histórias?

- Queremos (responderam em coro as crianças).

Sem pestanejar, eles pediram que saíssemos da "sala" que eles iam inventar e ensaiar uma história. Nós só pedimos pra terminar a que estávamos contando. Foi muito engraçado, pois escutaram o final da história, deram uma comentadinha e mandaram a gente se retirar para eles ensaiarem. Naquele momento ficaram dois meninos, e juntos, criaram uma história de lobo e caçador, que foi encenada apenas com

as suas mãos. Terminado o ensaio, ouvimos eles dizerem: e agora, como a gente chama eles de volta?

Lembrando que estávamos com as câmeras fechadas, pois tínhamos saído da sala virtual. Então abrimos as câmeras e perguntamos se estava na hora. Sim! Eles responderam. A contação foi linda, com eles agachados e mostrando apenas as mãos-atrizes. Num próximo encontro, não o imediato, eles pediram para seguir com os novos episódios, e desta vez colocaram meias nas mãos, para montar o figurino. Por fim, nos avisaram que farão pelo menos uns dez episódios.

Esta experiência do Afroconto tem sido um espaço potente de promoção à saúde, não só das crianças, mas da equipe, que é composta por quatro integrantes negros(as) e eu, uma mulher branca. Paralelo a isso, temos construído espaços de trocas com a equipe de saúde mental, a qual sugeriu a inserção do Afroconto no Projeto Terapêutico Singular das crianças. Acredito que esta construção é muito rica, pois o que se produz durante a contação do Afroconto tem uma potência diferente do espaço da psicoterapia individual, mas também é o fazer clínico da Psicologia. A escuta que produz abertura, que expande a vida, que acolhe a dor.

Bom, por ora, Senhor Conselho, acho que vou terminando por aqui. Certamente eu teria muitas outras aprendizagens e indagações bacanas sobre os saberes e fazeres das escutas clínicas da Psicologia permeadas pela tecnologia, mas deixo pra outro dia de prosa. Por fim mesmo, tenho aprendido que a gente não

cabe nas telinhas, e por isso mesmo, a gente se esparrama em afetos. Bora contar, escutar e inventar histórias! Afroconto na roda aí, meninada encantada!

Um abraço, com desejo de que possamos nos reencontrar pessoalmente.

Raquel da Silva Silveira.

Porto Alegre, 30 de junho de 2021.

REFERÊNCIAS

Carneiro, S. (2003). Enegrecer o feminismo: a situação da mulher negra na América Latina a partir de uma perspectiva de gênero. In: Ashoka Empreendimentos Sociais; Takano Cidadania (Orgs.). Racismos Contemporâneos. Rio de Janeiro: Takano Editora.

Mbembe, Achille. (2018). Necropolítica. São Paulo: N-1.

Moore, C. (2007). Racismo e sociedade: novas bases epistemológicas para entender o racismo. Belo Horizonte: Mazza Edições.

Moreira, J. O., Romagnoli, R. C. & Neves, E. O. (2007). O Surgimento da Clínica Psicológica: Da Prática Curativa aos Dispositivos de Promoção da Saúde. Psicologia Ciência e Profissão, 27 (4), 608-621.



AS (IM)POSSIBILIDADES DA PSICOLOGIA NA ATENÇÃO BÁSICA DE PORTO ALEGRE EM 2020

Sabrina Dummer Vaz⁷²

Nesta carta endereço-me à vocês, usuárias e usuários do SUS, residentes na cidade de Porto Alegre. Aqui pretendo contar a experiência do meu primeiro ano de residência numa Unidade de Saúde. Início narrando a respeito da felicidade que me preencheu quando, no começo do ano de 2020, soube que havia sido classificada para atuar como residente em Psicologia na cidade de Porto Alegre, dentro de um programa de especialização renomado. Uma reviravolta. Estava ansiosa para conhecer Porto Alegre, a equipe, os colegas residentes e vocês, usuárias e usuários; e pensar quais ações seriam possíveis neste espaço tão rico e potente, que é a Atenção Básica.

No dia 11 de março de 2020 iniciei, de fato, minha atuação como residente na Unidade de Saúde. Neste mesmo dia, a Organização Mundial de Saúde (OMS) declarou a situação de pandemia de Covid-19 (OPAS, 2020). Como a Covid-19 é uma doença com possibilidade de ser letal, na qual o contágio se dá através de gotículas e secreções das vias aéreas, é necessário o uso de máscaras e distanciamento social para evitar um número alto de contágio e sobrecarregamento do sistema de saúde (Brasil, 2020).

Junto a mim, nesta unidade estava uma

72 Psicóloga, CRP 07/31869. Residente no Programa de Atenção Básica em Saúde Coletiva da Escola de Saúde Pública do Rio Grande do Sul (ESP/RS). E-mail: sabrinadummervaz@gmail.com.

residente de Serviço Social, e nossa semana típica de atividades incluía: atendimentos individuais e conjuntos (interconsulta), facilitação de grupos, visitas domiciliares, o Programa Saúde na Escola, Vigilância em Saúde, discussões de casos, reuniões de equipe e intersetoriais, dentre outras ações. Com a chegada da pandemia, várias destas atividades foram postergadas para um segundo momento, que não aconteceu. Ao passo que nos ambientávamos ao território, o estado do Rio Grande do Sul publicava as medidas de reorganização da Atenção Básica (Rio Grande do Sul, 2020). Não seria possível realizar grupos, os atendimentos individuais presenciais foram limitados aos casos classificados como mais urgentes. o que diminuiu consideravelmente o nosso potencial de atuação naquele momento.

Além disso, anterior à chegada do coronavírus no Brasil, outro fato atravessava a vida dos trabalhadores das equipes de Atenção Básica de Porto Alegre: a extinção do Instituto Municipal de Estratégia de Saúde da Família - IMESF. O IMESF era uma fundação que gerenciava a Estratégia de Saúde da Família na cidade de Porto Alegre, à qual a maioria dos trabalhadores da Atenção Básica do município estava vinculada, excetuando poucos servidores do município e os terceirizados. Com a extinção, Porto Alegre demitiu em 2020 cerca de 1800 trabalhadores capacitados para trabalhar na Atenção Básica, em meio a uma

tor vita
Nunc

pandemia (Gomes, 2020). Percebi que não só os vínculos trabalhistas estavam enfraquecendo, mas o próprio vínculo dentro da equipe e com a população atendida. Esses obstáculos transformaram-se num desafio. Então refleti: o que seria possível à Psicologia na Atenção Básica, num contexto de pandemia somado à precarização dos vínculos trabalhistas, que tanto afetam os próprios trabalhadores, mas também a população?

No imaginário de grande parte da população a/o psicóloga/o realiza somente psicoterapia individual; e geralmente é o que as pessoas esperam que façamos nos locais onde, porventura, atuamos. Em meio a pandemia, sem outras opções de atuação e com os vínculos da equipe bastante fragilizados, não restam muitas opções para a/o psicóloga/o senão atuar no âmbito dos atendimentos individuais, realizando outras atividades a distância, como telemonitoramento das usuárias e usuários com Covid-19. Frente a este desafio, refleti sobre como poderia ampliar as ações para além do consultório. Como atuar de forma mais coletiva, promover saúde, maior participação e envolvimento da população adstrita? Como aproximar novamente a equipe da população?

Allig
riau
erat

A partir desta reflexão, percebi na tecnologia um instrumento para viabilizar essa aproximação. Sabe-se que, em 2020, o Brasil já contabilizava mais de um smartphone por habitante (FGV, 2020); e que a maioria das pessoas que possuem smartphone fazem uso do aplicativo WhatsApp (Mobile Time & Opinion Box, 2020). Então, em maio de 2020, nós residentes, criamos um grupo

no aplicativo WhatsApp e adicionamos cerca de 100 pessoas do território, a partir do cadastro no prontuário eletrônico. Com esse grupo criado foram produzidos e publicados materiais sobre o fluxo da unidade durante a pandemia, sobre saúde mental, sobre o SUS, fizemos busca ativa de quem não atendia o telefone, acionamos vizinhos para encontrar quem precisávamos contatar, fizemos telemonitoramento de Covid-19. Foi um espaço bastante utilizado pela população como forma de buscar informações. Algumas pessoas até elogiaram a iniciativa de criação do grupo na recepção da unidade.

Em agosto de 2020, antes da Campanha de Prevenção ao Suicídio, elaborei materiais sobre saúde mental, cartazes e vídeos que ia colocando no grupo do WhatsApp. Então, no início de setembro de 2020, propus um segundo grupo, de ajuda mútua, que ocorreria toda quinta à tarde, durante uma hora. O grupo tinha como propósito ser um espaço de maior proximidade, de compartilhamento de experiências cotidianas. Alguns temas foram trazidos, como a angústia da espera do resultado do teste de Covid-19 (PCR), a preocupação com a necessidade de pegar o ônibus lotado todo dia, o cuidado com as plantas, a programação da TV, o café da tarde ou chimarrão, as crianças em casa com aulas on-line ou sem aulas. Em sua maioria, os temas foram discutidos através de áudios no aplicativo. Apesar de não ser um grupo voltado para mulheres, foram elas que constituíram este espaço. Eu pretendi que este grupo fosse

o mais horizontal possível, sem gerar a expectativa de prescrição de comportamentos, de validação de atitudes, falas ou colocações, podendo também poder viver este espaço, compartilhando da perplexidade dos acontecimentos e da realidade com as usuárias presentes. Um grupo que fosse característico da clínica ampliada: escutar e dialogar ao invés de prescrever, trabalhando com oferta e não com restrições ou julgamentos (Brasil, 2007). O grupo foi aberto a quem quisesse participar e o link para a reunião era colocado toda quinta no primeiro grupo criado. Uma média de 3 a 4 pessoas participavam dos encontros. No total foram quatro encontros realizados, pois no início de outubro de 2020 houve a troca completa de equipe com a contratualização das unidades, advindas das demissões do IMESF. Assim, nós residentes trocamos de unidade. O grupo de ajuda mútua foi um espaço que possibilitou trocas afetuosas, angústias, revoltas, tristezas. Ainda que, com apenas quatro encontros, este grupo foi potente, e todas lamentamos seu término abrupto, tal qual foi a demissão de toda equipe.

Com essa experiência pude perceber algo que gostaria de compartilhar aqui: entre o SUS ideal e o SUS possível, se atravessam inúmeras variáveis que facilitam ou dificultam a viabilidade das ações dos trabalhadores. Para quem busca a unidade pode ser evidente que não há profissionais suficientes, ou que a/o profissional não permanece muito tempo, ou ainda que aquelas visitas que aconteciam através da Agente Comunitária de Saúde não acontecem mais. Algumas destas variáveis podem ser consequência da falta de um plano de carreira que seja atrativo e mantenha aquele profissional vinculado na equipe ao longo dos anos; ou a portaria que reduziu drasticamente

o número de Agentes Comunitárias e ampliou as suas atividades, inviabilizando aquela visita na sua casa (Brasil, 2017); e a própria extinção do IMESF, que garantia, de certa forma, a vinculação das/os profissionais através de concurso. São eventos que acontecem antes do atendimento em si, mas que afetam diretamente o serviço final que você usufrui.

Não se pode negar que há o despreparo de alguns profissionais para trabalhar no SUS, e é necessário que antes, no seu processo de formação, eles sejam devidamente capacitados. É igualmente um desafio capacitar aquela/e profissional que já atua no SUS, pois, neste cenário, ela/ele pode não estar mais trabalhando naquele local no mês seguinte. Como incentivar as/os profissionais à experimentação neste contexto? Apesar deste cenário, é necessário apontar que há muitas/os trabalhadoras/es capacitadas/os e abertas/os a propor novos modos de fazer o trabalho em saúde, incansavelmente empenhados em tornar o SUS ainda mais potente.

Lembremos que nenhum direito é garantido por si só; que o próprio SUS foi construído com a luta de muitas pessoas, e o que vimos nos últimos anos é uma tentativa de desmontá-lo a qualquer custo. Uma das formas de defender o SUS é ocupar os espaços dos Conselhos de Saúde, tanto locais quanto municipais. Estes locais são de extrema importância, pois é neles que a voz das usuárias e usuários é garantida quando nos referimos à saúde. Ademais, é preciso reivindicar, retomar e

promover espaços coletivos, garantidos em lei, ou não. Também é um lembrete para mim.

REFERÊNCIAS

Brasil. (2007). Clínica Ampliada, Equipe de Referência e Projeto Terapêutico Singular. Brasília: Ministério da Saúde. Disponível em: https://bvsmms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/clinica_ampliada_2ed.pdf. Acesso em: 21 jun. 2021.

Brasil. (2017). Portaria nº 2.436, de 21 de setembro de 2017. Aprova a Política Nacional de Atenção Básica, estabelecendo a revisão de diretrizes para a organização da Atenção Básica, no âmbito do Sistema Único de Saúde (SUS). Brasília: Ministério da Saúde.

Brasil. (2020). Coronavírus Covid-19: O que você precisa saber. Brasília: Ministério da Saúde. Disponível em: <https://coronavirus.saude.gov.br/>. Acesso em: 21 jun. 2021.

Gomes, L. E. (2020). Em meio à pandemia, Marcheazan pressiona profissionais da saúde do Imesf a aceitarem demissões. SUL21. Disponível em: <https://www.sul21.com.br/cidades/2020/05/em-meio-a-pandemia-marcheazan-pressiona-profissionais-da-saude-do-imesf-a-aceitarem-demissoes>. Acesso em: 21 jun. 2021.

Fundação Getúlio Vargas. (2020, 8 de junho). Brasil tem 424 milhões de dispositivos digitais em uso, revela a 31ª Pesquisa Anual do FGVcia. Disponível em: <https://portal.fgv.br/noticias/brasil-tem-424-milhoes-dispositivos-digitais-uso-revela-31a-pesquisa-anual-fgvcia>. Acesso em: 21 jun. 2021.

Organização Mundial da Saúde. (2020, 11 de março). OMS afirma que COVID-19 é agora caracterizada

como pandemia - OPAS/OMS | Organização Pan-Americana da Saúde. Disponível em: <https://www.paho.org/pt/news/11-3-2020-who-characterizes-covid-19-pandemic>. Acesso em: 21 jun. 2021.

Mobile Time & Opinion Box (2020). Uso de Apps no Brasil - Dezembro de 2020. Disponível em: <https://www.mobiletime.com.br/pesquisas/uso-de-apps-no-brasil-dezembro-de-2020/>. Acesso em: 21 jun. 2021.

Rio Grande do Sul. (2020). Recomendações para a organização interna das equipes de Atenção Básica do RS frente à pandemia do COVID-19. Recuperado em Disponível em: <https://saude-admin.rs.gov.br/upload/arquivos/202003/18115312-nota-orientadora-para-equipes-de-ab-frente-a-pandemia-covid-19.pdf>. Acesso em: 21 jun. 2021.



REFLEXÕES SOBRE A PRISÃO EM TEMPOS DE PANDEMIA: CARTA PARA OUTRA PSICÓLOGA

Sandra Correia⁷³

Querida Alice,

De acordo com o que tenho visto nas muitas mensagens de WhatsApp que recebo, especialmente desde o início desta pandemia de Covid-19, não perguntarei se estás bem, mas vou logo dizendo: Espero que estejas bem! É estranho estar te escrevendo essa mensagem como "carta", já que nos tempos em que as redes sociais prevalecem absolutas para nos comunicarmos, tornando até mesmo o uso das mensagens de correio eletrônico obsoleto, o exercício de escrever uma carta é familiar quase somente para as pessoas da minha geração, que nasceram trinta anos antes do final do século passado.

Mas há uma outra população entre os/as vulneráveis⁷⁴ para quem, por força de restrições disciplinares e não por opção, escrever cartas nunca caiu em desuso. Me refiro à população privada de liberdade, a PPL, como algumas agências de pesquisa e formação em saúde têm designado as pessoas presas. Para as mulheres presas, a parcela desta população com a qual

⁷³ Psicóloga no Sistema Prisional/RS, CRP 07/12518. Mestranda do PPG em Psicologia Social e Institucional (UFRGS). E-mail: sandrasancor@aol.com

⁷⁴ Segundo Michelly E. do Carmo e Francine L. Guizardi, "Grupos ou indivíduos fragilizados jurídica ou politicamente na promoção, proteção ou garantia de seus direitos de cidadania". Carmo, Michelly E. do; Guizardi, Francine L. (2018). O conceito de vulnerabilidade e seus sentidos para as políticas públicas de saúde e assistência social. Cadernos de Saúde Pública, v. 34, n. 3. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/0102-311X00101417>. Acesso em: 14 jun. 2021.

estou mais familiarizada, as cartas escritas a mão estão mais ainda em voga durante a pandemia como forma de comunicação com o mundo extramuros⁷⁵. São cartas destinadas às mães pedindo que cuidem dos filhos e filhas – seus netos e netas, geralmente crianças – que os alimentem e mediquem, que não os deixem sair do pátio, perguntando como estão de saúde e se um certo fulano de tal está ajudando nas despesas. Os pedidos de desculpas por estarem presas trazendo sofrimento para os seus, são apelos que aparecem envoltos em revelações para a destinatária, sobre o contexto de vida da autora que a levou a ser presa. Também são escritas cartas românticas, enviadas para os companheiros/as ou namorados/as. Silvia ⁷⁶escrevia para sua companheira, egressa, para que ela não a abandonasse na prisão. Ana pedia para enviar suas cartas escaneadas para e-mail do setor psicossocial da unidade prisional onde o marido estava recolhido, para que ele recebesse notícias suas e da bebê que estava prestes a dar à luz. Por determinação do Conselho Nacional de Justiça às administrações penitenciárias, um recurso tecnológico utilizado na unidade onde trabalho é a videochamada por Skype. Através de videochamada, Ana Conversou com o companheiro,

75 As cartas a serem enviadas pela presa não são lidas, chegando algumas já fechadas para serem postadas. Este conteúdo se refere a minha leitura de cartas durante anos de atuação em presídios que, por qualquer motivo, foi autorizada pela autora.

76 Os nomes citados nessa carta são fictícios.

mostrando a barriga e, entre outros assuntos, tentavam chegar a um acordo sobre o nome a ser dado à bebê. Se o risco de contágio impediu a convivência através das visitas presenciais aos finais de semana, por outro lado, essa forma de comunicação à distância permitiu, mesmo que virtualmente, um momento de contato com a intimidade doméstica propiciada pela visão e audição de diferentes elementos (inclusive humanos) que não seriam possíveis com uma visita presencial no ambiente da prisão por um familiar específico. A chamada de vídeo permite a "entrada na sala" de vizinhos, sobrinhos, mães de santo, os animais de estimação, um aparelho eletrônico novo, artesanato, um presente que o visitante recebeu de Flávia, e muitos outros, que presencialmente não seriam vistos ou ouvidos por ela. Esses estímulos ampliam as linhas de fuga dos dispositivos disciplinares aprisionadores em direção a outros sentidos de vida singulares, a partir desse encontro de corpos virtuais.

Sabe Alice, é paradoxal que um momento tão angustiante e enlutado tenha tornado possível as autoridades adotarem recursos tecnológicos para aproximar as pessoas que já poderiam ter sido incorporados como rotina na realidade prisional. A mim sempre me causou espanto, e me causa mais ainda nesse momento, que as administrações prisionais teimosamente demonizem os aparelhos de celular, como uma praga a ser perseguida, apesar de vivermos em um mundo onde nos tornamos reféns dos dispositivos de comunicação. Não há telefones

públicos à disposição nas prisões, monitorados ou não, e então quando a pandemia exige isolamento de toda a sociedade, a prisão não sabe o que fazer com as normas que ela mesma estabelece, por exemplo, a restrição da comunicação telefônica a não ser pelas visitas presenciais cadastradas. As prisões, de fato, são locais de violações de direito, onde as funções declaradas da pena - retribuição, ressocialização e defesa da sociedade - não se cumpriram. De uma forma mais ampla, o sistema penal não apenas não cumpre a promessa de contenção da criminalidade como seleciona sujeitos a serem criminalizados, reproduzindo as desigualdades sociais de raça, gênero e classe⁷⁷.

Essas cartas chegam ao Serviço Social algumas vezes abertas e as próprias autoras fazem questão de revelar seu conteúdo, escrito em papéis que variam entre um pedaço de carteira de cigarro, uma folha de caderno ou de ofício. Uma característica recorrente dessas cartas é a presença de muitos corações vermelhos desenhados com lápis colorido nas bordas da folha ou no final da carta. Aqueles corações com setas que os namorados se enviavam no meu tempo de escola, sabe? A prisão tem um quê de infantilização das mulheres, de forma que nada nos permite inferir que há na prisão qualquer projeto de recuperação, reinserção, ressocialização, ou qualquer outro "re" que

77 Andrade, V. R. P. (2012). *Pelas Mãos da Criminologia. O controle penal para além da (des)ilusão*. Rio de Janeiro: Revan: ICC.

seja. Nada há a ser retificado no ser humano. Se para Michel Foucault, a prisão se especializou na instituição-modelo para a docilização dos corpos pelas disciplinas⁷⁸, de acordo com Alessandro De Giorgi⁷⁹, a administração prisional se baseia em um cálculo que permite prever o risco que um sujeito ou um grupo representam. Essa tese parece fazer mais sentido quando se observa as prisões brasileiras, talvez da América Latina, onde se evidencia um desalento no projeto de recuperação do sujeito desviante e o fortalecimento de um planejamento de risco, em que esse suposto "risco" tendo sido detectado, o sistema de justiça se empenhe em manter o sujeito perigoso segregado tanto quanto possível. A defesa desse projeto de segregação social explica a razão da manutenção de uma gestante na prisão quando há sobejos dispositivos legais que permitiriam mantê-la em liberdade ou a recaptura de pessoas acusadas de tráfico em zonas onde dificilmente é possível distinguir entre a prática de tráfico, o uso/abuso de drogas e, simplesmente, morar em áreas socialmente vulneráveis. A relação da prisão com o sistema de justiça me ensinou o desmentido do adágio que eu ouvia quando criança, de que "Ser pobre não é defeito".

Bem, querida, eu gostaria que me mandasse notícias sobre tuas práticas nesse momento e sobre o que expus aqui de modo tão resumido, porque os relatos de experiências seriam muitos mais do que eu poderia aqui descrever. O sofrimento dessas mulheres é algo que não me endurece, embora quando

78 Foucault, M. (2014). *Vigiar e Punir. Nascimento da prisão*. Petrópolis: Vozes.

79 De Giorgi, A. (2006). *A Miséria Governada Através do Sistema Penal*. Rio de Janeiro: Revan: ICC.

eu era uma jovem psicóloga, achasse que iria me acostumar com as imagens, cheiros e sons da prisão. Isso não aconteceu, talvez porque eu não queira me acostumar. Prefiro continuar sentindo.

Porto Alegre, inverno de 2021.



Imagem: acervo da autora.

Alquam viverra orn
um di
distiq
e. Cur
disi he
grevi
t vari

erna
dig
tiqu
ura
av
ar

**CAPÍTULO 4 - SENTIRES E
SENTIDOS NO PROCESSO DE
FORMAÇÃO**

PSICOLOGIA E TECNOLOGIA EM TEMPOS DE PANDEMIA

Andiara Pereira Castagna⁸⁰

Querido Conselho Regional de Psicologia do Rio Grande do Sul,

Em 2020, me vi no último semestre de Psicologia e com um grande desafio em frente. Devido a recessão, eu como muitos brasileiros deixei a capital e retornei ao interior. Me perguntava: como continuarei aperfeiçoando minha prática depois da formatura sem ter instituições de formação no local? Como será minha atuação nesse momento de pandemia?

Devido ao risco de contágio da Covid-19, as sedes do Conselho Regional de Psicologia (CRP) estavam fechadas para atendimento externo, então de acordo com o site, enviei minha documentação pelo correio. Ao receber o e-mail do CRP fiquei muito emocionada ao ver meu número de inscrita! Foi o início do nosso vínculo! Quando finalmente me tornei oficialmente psicóloga. Me senti pertencente a categoria mesmo estando em casa em frente a tela do computador. Me fez pensar no quanto podemos usar a tecnologia em prol da nossa profissão, como foi utilizada pelo CRP ao possibilitar minha atuação. Lembrei da minha

80 Psicóloga, CRP 07/34247. E-mail: andiara.castagna@gmail.com.

psicoterapeuta, que me informou sobre o cadastro e-Psi e a possibilidade de realizar psicoterapia on-line. Fiquei me questionando: como seria construído esse setting por meio da tela? Como poderei me conectar com meus pacientes sem estar presente fisicamente?

Visando uma maneira das pós-graduações em Psicologia seguirem formando profissionais de uma maneira segura, foi cogitado o impensável, possibilitar o ingresso de alunos no modo remoto. Devido ao meu interesse em psicanálise, vi na Associação de Psicoterapia Psicanalítica (GAEPSI) a oportunidade de aprender mais sobre psicoterapia psicanalítica em uma instituição consolidada da capital, mesmo residindo há mais de 600 km.

No primeiro dia da formação me questionava: como deve ser estudar em um grupo de pessoas que só interagem pela tela? Como vou me manter tanto tempo só conversando em uma videochamada? Como é construir um vínculo com uma instituição sem acesso a sua sede física? Tive uma surpresa ao perceber que a conexão entre as/os psicólogas/os com desejo genuíno de aprender e de contribuir com a fala um do outro fazia com que o tempo passasse depressa e os estranhamentos iniciais como as travadas nas chamadas (evidenciando a presença de um terceiro entre nós), os barulhos externos (inevitáveis ao home office) e as dificuldades em lidar com a tecnologia (falar com o microfone desligado e não conseguir compartilhar a tela) foram sendo superados e aos poucos se tornaram problemas do cotidiano de pouca importância.

Meu curso é composto por seminários, isto é, consiste em leitura prévia de textos selecionados e posterior discussão em aula. É curioso pensar

no sentimento de pertencimento despertado na ideia de que todos reservam um tempo na sua semana para realizar a leitura e posteriormente debatermos juntos em videochamada.

Ao ver meus colegas, reconheço psicólogas/os com objetivos semelhantes, cada um com suas subjetividades, mas todos movidos pelo desejo de aprender mais e, assim, se tornarem a melhor versão de terapeuta que eles podem ser. Falam o quanto ser on-line foi decisivo na escolha, pois possibilita a participação remota. A distância foi um fator, já que uma delas mora na Eslovênia e eu moro no interior, mas mesmo os demais colegas que moram em Porto Alegre e Região Metropolitana relatam preferir a modalidade on-line devido ao tempo de deslocamento gasto no presencial.

Em minha primeira sessão de psicoterapia on-line, gerou um estranhamento me ver refletida na tela. Na prática presencial não estamos acostumados a nos ver como em um espelho atuando. Me senti um tanto limitada, não podendo ver nem ser vista de corpo inteiro, apenas uma parte. Fiquei me questionando: será que vou conseguir me vincular tanto quanto me vinculava em sessões presenciais? Ao mesmo tempo me vinham a cabeça motivações que pautavam minha prática: usar a tecnologia é uma possibilidade de atuar. A saúde mental das pessoas está abalada e precisam do nosso suporte nesse momento. A psicoterapia on-line é permitida pelo CRP. Existem outras/os psicólogas/os que estão atuando desta maneira e

que seus pacientes estão sendo beneficiados.

O setting on-line é onde o paciente estiver sozinho e se sentir confortável para conversar. Nós como terapeutas, somos convidados a acompanhá-los. Já fui levada para o carro, quarto, sala de estar, pátio, sala de reunião de empresa... É intrigante pensar que por um lado a câmera limita a visão, por outro nos permite ver o que não aparecia no consultório.

Neste momento em que a pandemia da Covid-19 segue se alastrando sem previsão de diminuição do número de mortos diários, há um impacto negativo na saúde mental da população brasileira, não só pelas sequelas da Covid-19, mas também pelos impactos econômicos, sociais e políticos. Portanto, tende-se a aumentar a demanda por psicoterapia on-line, visto que é uma forma de atuação segura e benéfica para os pacientes. Assim como me senti conectada ao CRP ao receber o e-mail com o número de inscrição, acredito que o paciente pode se sentir conectado ao terapeuta na psicoterapia on-line e que podemos (ouso dizer que devemos) utilizar a tecnologia em prol da melhoria da nossa atuação - sem nunca perder, a humanidade.

Com carinho,

De um/uma das/os muitas/os psicólogas/os que acreditam nos benefícios que a Psicologia clínica proporciona a saúde mental da sociedade brasileira.

Andiara Pereira Castagna



COMPARTILHANDO PESOS: A ESCUTA EM TEMPOS REMOTOS

Bruna Leticia da Silva Bueno⁸¹

Escrevo essa carta em um momento que sinto todos os 'sintomas pandêmicos'. Me sinto tão cansada, mesmo tendo dormido mais do que as 8h recomendadas. Está completamente difícil realizar tarefas que, antes, era tão comum e rápido. Estou morando sozinha, a solidão aperta muito as vezes. Me sinto tão angustiada com meus familiares, amigos, o país todo que ainda não tomou a vacina. Me sinto tão mal por aqueles que perderam seus amores. No mês passado, em apenas uma semana, meus pais e eu recebemos a notícia de que seis conhecidos perderam a vida por conta da Covid-19. Sinto ânsia ao ouvir a voz do presidente e seu desgoverno. Não vejo mais notícias, não consigo mais, pois sei que o dia seguinte, após saber as notícias, serei completamente inútil. Existem 522 coisas na minha mente, e eu não sei que caminho seguir.

Produtividade é tão complicada nesses tempos.

Recordo do meu último semestre que tive a oportunidade de ter aulas presenciais e foi me dada a tarefa de ler a obra de Byung-Chul Han, "Sociedade do Cansaço". Han traz sobre a transferência de uma sociedade disciplinar,

81 Estudante de Psicologia da Universidade Federal de Pelotas (UFPel).
E-mail: bruleticiab@gmail.com.

analisada por Foucault, para uma sociedade de desempenho. Para Han há o sujeito dono do próprio desempenho, a pessoa é responsável por prestar o seu melhor serviço. "O sujeito de desempenho se entrega a liberdade coercitiva ou a livre coerção de maximizar o desempenho. O excesso de trabalho e desempenho agudiza-se numa autoexploração" (Han, 2015, p. 29).

Lembro como essa obra me impactou naquele semestre, sem nem mesmo saber o que estava por vir. Sem saber que experimentaria do que é ser agressora e vítima ao mesmo tempo (Han, 2015) de mim mesma, de não entender o ciclo que eu estava: não conseguir ser tão produtiva quanto eu gostaria, transformava o meu dia em melancolia. Se eu conseguisse ser produtiva, meu dia foi incrível.

Por que felicidade está tão ligada à produção?

Ainda relembro sobre meu último semestre presencial, lembro sobre a tão esperada chegada ao final do curso e início da experiência profissional de forma mais autônoma. É hora de colocarmos o que aprendemos em três anos ou mais em prática. E desse modo, chega a mistura de sentimentos: o medo do primeiro atendimento, o aperfeiçoamento da prática, a rotina das supervisões e o anseio de aprender e recolher todo o conhecimento que seu orientador lhe puder passar. A cada atendimento, um diário de campo era realizado com o máximo de detalhes possíveis para que a supervisão seja bem aproveitada, para que o retorno ao paciente seja benéfico.

E então, chegou a pandemia.

Como dar continuidade sem um setting? Setting on-line? E aqueles que não possuem acesso? E todo o peso da pandemia para os pacientes? E todo o peso

da pandemia para nós futuras/os psicólogas/os e psicólogos/os atuantes?

Em um primeiro momento, o que ficou foi a frustração de não poder entregar uma experiência de estágio melhor que a primeira vez. Depois, o medo de não conseguir oferecer um ambiente terapêutico para aqueles que precisam.

Isso tudo me faz pensar sobre a necessidade geral de que precisamos cuidar da nossa saúde mental, tanto pacientes quanto psicólogas/os e futuras/os psis. Que colocar seus sentimentos para fora - falando, escrevendo, transformando em arte - é essencial para mantermos saudáveis. Quando iniciei uma disciplina nesse semestre remoto, tive a oportunidade de formular uma pergunta que tanto me angustiava sobre a formação de grupos terapêuticos de forma remota: como eles se dão? Como seria a melhor forma de quebrar gelo? Existe alguma dinâmica que possa ser aplicada de forma on-line?

Ao longo das leituras propostas, das aulas sobre o assunto e de minha própria experiência, me chega uma resposta: precisamos urgentemente falar e ser ouvido. Se encontramos um local ou alguém que ofereça essa oportunidade, não perdemos nosso tempo. Se encontramos um ambiente acolhedor, que trocamos nossas experiências e angústias de forma empática, isso será terapêutico sem nenhuma dúvida. Expor o que se sente faz com que o peso diminua, e a potência de dividir o peso que carregamos é gigante e terapêutica.

Também vejo o quanto devemos escutar aqueles que sofriam antes e agora muito mais com a pandemia. Esse espaço de escuta deve sempre estar atento aos atravessadores que permeiam essas vivências, e como se readaptar para que seja inclusivo e acessível para todos. Em momentos como esse, em que o cuidado com a saúde mental é imediato e urgente, o que me foi respondido é o verdadeiro setting, é a escuta clínica, o encontro e o quanto esse momento é terapêutico.

Com isso, finalizo pensando nas formas que a Psicologia reexistiu e se redescobriu com o cuidado com a saúde mental em tempos tão difíceis.

Que continuemos nos reencontrando, reformulando e reexistindo.

REFERÊNCIAS

Battistelli, Bruna (2020). "Cara colega de universidade". Coleção Pandemia Crítica (n-1). Disponível em: <https://www.n-1edicoes.org/textos/35>. Acesso em: 21 jun. 2021.

Han, Byung-Chul (2015). Sociedade do Cansaço. Tradução de Enio Paulo Giachini. Petrópolis: Vozes.



ESCUITA ON-LINE: INTERVIR E INVENTAR DESDE O UNIVERSO DIGITAL

Camila Pereira Alves⁸²

Estimadas Futuras Colegas,

Chegamos na metade do ano de 2021 e há quinze meses reinventamos diariamente modos (im)possíveis para atravessar a pandemia e os seus efeitos mortíferos. Tenho escutado vocês em sala de aula e percebido o quanto tem sido difícil suportar essa digitalização compulsória da vida e sustentar relações exclusivamente on-line. O cansaço das telas e a experiência interminável do ensino remoto emergencial, que adotamos no ensino superior, tem dificultado alguns processos de aprendizagem e a compreensão do ofício da Psicologia, não é mesmo? Algumas de vocês ingressaram no curso de Psicologia ano passado e ainda não conhecem sua turma e, tampouco, os espaços físicos da universidade. Outras começaram a se questionar se essa escolha profissional é ainda viável e interessante. Nós mesmas nunca nos encontramos presencialmente. Por isso, decidi escrever-lhes essa carta.

Escutar vocês nos últimos meses, me fez pensar na importância de compartilhar a

82 Psicóloga, CRP 07/21308. Doutoranda em Informática na Educação (UFRGS). E-mail: psicamilalves@gmail.com.

prática clínica que venho desenvolvendo através das tecnologias de informação e comunicação digitais (TICD) e, com isso, quero lhes dizer que a vida sempre pede passagem, nos convocando a inventar continuamente modos de ser e agir nesse mundo, como a psicanalista Suely Rolnik (2018) tem nos convidado a fazer.

De saída, afirmo que tenho me surpreendido positivamente com o que podemos produzir na prática clínica on-line. Afirmo isso de antemão porque quero lhes confessar que essa modalidade de trabalho era impensável na minha clínica alguns anos atrás. Eu era uma psicóloga da presencialidade, que não conseguia conceber atendimentos on-line na minha clínica, acreditava que não conseguiria sustentar o trabalho desta forma, afinal, como seria possível escutar as questões dos sujeitos mediados e atravessados pelas TICD? Acreditava que na ausência dos corpos físicos, algo impediria a transferência. Era aquela teimosia do preconceito com o digital tão bem comentado pela pesquisadora Lúcia Santaella (2021). Um preconceito próprio de quem habita o campo das ciências humanas.

Mas com a chegada da pandemia e o distanciamento social, vivi profissionalmente o que vocês também têm vivido nos seus percursos formativos: migramos aceleradamente para os ambientes virtuais. Aliás, um privilégio social, violentamente marcado nessa pandemia entre aquelas que puderam sustentar o trabalho através das TICD e aquelas que foram obrigadas a retornar para seus trabalhos na presencialidade.

O fato de termos migrado compulsoriamente

para o universo digital me parece ser um fator de produção da tecnofobia que o filósofo da tecnologia Yuk Hui (2020) comenta e que escuto de vocês quando conversamos sobre esses tempos e modos de encontro. A imposição do universo digital nas nossas vidas parece ter levantado uma barreira de intolerância com essas tecnologias, coisa que não parecia ser assim antes da pandemia, quando nos conectávamos por livre e espontânea vontade com as redes sociais ou plataformas que nos interessavam.

Se me contassem anos atrás que hoje eu estaria interessada na escuta clínica que podemos fazer através das TICD, eu provavelmente daria gargalhadas. Mais uma vez, se confirma na experiência aquilo que Freud afirmava com o conceito de a posteriori: 'o depois retroage sobre o antes e o antes só se faz pelo depois' como nos lembram as psicanalistas Ana Amor e Daniela Chatelard (2016, p. 66). Assim, estimadas futuras colegas de profissão, compartilho como tenho navegado pela experiência da escuta clínica on-line, querendo já lhes dar um spoiler: podemos e, na minha opinião, devemos ocupar os espaços digitais como psicólogas. A partir da nossa análise de implicação, há muito para inventarmos e intervirmos nessas novas instituições que se forjam no universo digital e há muito o que ser trabalhado nesses campos, a partir da posição que ocupamos com o nosso Código de Ética.

Um dos primeiros pacientes que reencontrei na clínica on-line veio para as sessões ocupado com as reverberações de uma importante literatura para mim: *A Metamorfose* (2001), do escritor tcheco Franz Kafka. Esse reencontro, também literário, marcou profundamente a minha transição para o universo digital e abriu a escuta clínica on-line que, até

então, eu não reconhecia ter. Vocês lembram da resenha? Não?! Pois lhes conto um pouquinho até que vocês possam retomar a leitura dessa obra.

Gregor Samsa é o protagonista da novela. Um caixeiro viajante, que mora com seus familiares e, em determinado instante da vida, começa a viver uma metamorfose corporal. O tempo de passagem da vida e a mutação do corpo exige do enredo que o protagonista atravessasse quase toda a obra isolado em seu quarto, recebendo os cuidados possíveis dos familiares, que percebem que algo se transforma, mas a clausura do quarto não permite afirmar o que é. O nascimento das várias pernas, a alteração do dorso e tantas outras mutações vão guiando as leitoras por uma narrativa que faz sentir no nosso próprio corpo a metamorfose. Acho que esse tempo de distanciamento social e relações por imagens em telas também transformaram os modos como percebemos nossos corpos e os colocamos na cena clínica desde o home office. Encontrar na arte e na literatura modos de operar inventivamente com esse deslocamento para o universo digital me fizeram descobrir a cada novo acoplamento com as TICD que os corpos que conhecia na presencialidade adquiriam outras configurações on-line.

Em tempos, de ausência do contato físico e de ressignificação dos encontros entre humanos e a máquinas, tenho pensando no quanto a pulsão vital pede passagem e se embrenha pelos recôncavos mais inesperados, mesmo que a nossa

humanidade ainda não tenha percebido. Para alguém que preconceituosamente via as máquinas digitais como algo frio e opaco anos atrás, é a própria metamorfose perceber-se acoplada com as tecnologias digitais, abrindo outros fluxos de intensidade para que as manifestações dos inconscientes aconteçam. Já fazíamos uma clínica ampliada e peripatética que se movia pelos territórios existenciais de cada sujeito, mas dar-se conta que a transferência num processo de escuta também acontece quando estamos a quilômetros de distância, conectados pela/com a rede mundial de computadores e que o processo analítico de fala e escuta também acontece quando nos situamos no universo digital é revolucionário.

A transferência não é comunicação. Todas vocês já sabem disso, mas se às vezes fica difícil abstrair o que esse enunciado afirma, trago mais uma constatação da clínica on-line que me faz perceber a atualização dos conceitos com os quais trabalhamos. Mesmo quando o microfone desliga sozinho, quando a conexão com a internet está fraca e a fala fica cortada, quando a imagem congela ou o som desaparece por alguns instantes ou ainda quando estamos reconectando a chamada através das tecnologias de comunicação que mediam nosso encontro, ainda assim, é possível escutar.

Viver esses tempos de clínica on-line me fez constatar que apesar das dificuldades com o uso das tecnologias, do não letramento digital de vários pacientes que precisaram aprender a se relacionar com o outro a partir de smartphones e aplicativos e dos preconceitos que nós mesmas

temos com o universo digital e o imaginário robotizado que nos perfila como profissionais da escuta, há uma metamorfose acontecendo na forma como compomos nossos modos de pensar, agir e escutar.

Por isso, quero lhes fazer um pedido: não caiam na armadilha binária do presencial x digital! Permitam-se aprender e inventar outros modos de existir e se relacionar com as demandas e desejos dos sujeitos. O universo digital e as TICD demandam de nós a compreensão de que esse universo que passamos a corporificar com as nossas experiências é prenhe de multiplicidades, é um rizoma. Não se trata apenas de uma adaptação, apenas uma transposição da nossa prática tradicionalmente estabelecida nos consultórios com paredes para o universo que se arma nos settings on-line.

A literatura kafkaniana que acompanhou a minha transição como psicóloga para o universo digital foi uma companheira nesse processo de significação e invenção de outros modos de ser uma profissional da escuta. Com isso, futuras colegas, conluo essa conversa lembrando que os agenciamentos maquínicos que produzem subjetividades são híbridos que articulam coletivos, sujeitos, instituições, tecnologias, arte... Num movimento de composição. Não se trata da primazia de uma instância ou outra, mas de percebermos que a vida pulsa no emaranhado que nos constitui. A vida pede passagem nas brechas, naquilo que escorre pelos domínios do instituído. Há muito o que escutarmos e metamorfosarmos.

Nos abraçaremos na primavera. AbraSUS.
Porto Alegre, inverno de 2021.

REFERÊNCIAS

- Amor, A. R. S.; Chatelard, D. S. (2016). Considerações sobre o tempos e a constituição do sujeito em Freud e Lacan. *Tempo Psicanalítico*, Rio de Janeiro, 48(1), p. 65-85.
- Hui, Y. (2020). *Tecnodiversidade*. São Paulo: Ubu Editora.
- Kafka, F. (2001). *A metamorfose*. Porto Alegre: L&PM.
- Rolnik, S. (2018). *Esferas da Insurreição: notas para uma vida não cafetinada*. São Paulo: n-1 Edições.
- Santaella, L. (2021). O metabolismo digital das humanidades. In C. Rocha, H. A. D do Nascimento & F. A. A. M. N Soares. (Orgs.). *Humanidades digitais: performatividades na cultura digital*. Ebook. Goiânia: Cegraf UFG, pp. 2-11.



POR QUEM AS CARTAS DOBRAM?

Carlos Gassen Nascimento⁸³

Amatuzzi (2001) disse que a palavra escrita é um dos distanciamentos da fala, é uma forma de comunicação onde quem se expressa não há de saber como quem lê compreenderá essa fala. Sendo assim, uma carta tem um uma pessoa destinatária, mas nada impede que outras pessoas se comuniquem com a dita carta, e nada garante como a fala será "escutada". Então... Para quem é esta carta? Não sei... As Pessoas Profissionais Psicólogas? Pessoas sendo atendidas? Pessoas humanas? Eu? É uma carta endereçada a você.

Em março de 2020, no meio do meu último estágio prático do curso, no serviço de Psicologia da Pró-Reitoria de Assuntos Estudantis (PRAE) da Universidade Federal de Pelotas (UFPel), a Organização Mundial de Saúde (OMS) anunciou a pandemia de Covid-19 (OPAS, 2020).

Ao mesmo tempo, tanto a UFPel quanto o estado do Rio Grande do Sul anunciaram as medidas a serem tomadas para enfrentarmos esta situação e evitar a propagação do vírus. Sendo o Covid-19 uma doença fatal de contágio através de secreções das vias aéreas, se fez necessário o uso de máscaras e distanciamento

83 Graduando em Psicologia na Universidade Federal de Pelotas. E-mail: carlos8_gn@hotmail.com.

social para evitar a sobrecarga do Sistema Único de Saúde (SUS) (Brasil, 2020). E assim veio a quarentena.

Aulas suspensas, estudantes viajando para lá e pra cá, atividades interrompidas, incertezas para todo lado, crise instaurada. E agora? Entramos quase todos em refúgio, nas nossas casas, com nossas famílias. A cidade estava cheia, mas as ruas vazias. Precisa(vá)mos lutar juntos para vencer esse vírus, juntos, mas separados.

Como diz Raul (1979): "Nunca se vence uma guerra lutando sozinho. A gente precisa entrar em contato". Então recorremos para o meio digital virtual, as confraternizações a distância, mídias sociais, escritório em casa... Nossa subjetividade projetada na rede; tal qual a carta comunica palavras com distanciamento e sem certeza, no virtual, às vezes, parece que nossos desejos e sentimentos ecoam e não repercutem em nada. Toda essa força sendo contida e guardada.

Ainda emprestando as palavras de Raul: "É sempre mais fácil achar que a culpa é do outro. Evita o aperto de mão de um possível aliado". Eu sempre fui contra psicoterapia a distância; essa é uma característica da distância, ela me mantém achando, no universo absoluto do sempre e nunca, evitando contato com ferramentas que podem ser aliadas. Sofrendo tantas interrupções e frustrações, me senti compelido a continuar atuando, agora à distância, afinal, é preciso entrar em contato.

Sim, é diferente, sim, é pior! Espaços diferentes vem com peculiaridades diferentes, normas diferentes, sentimentos diferentes. A tela do computador é como um divã freudiano que

não quebra o contato visual, mas quebra o contato entre os corpos; eventualmente é até melhor, eventualmente não. Porém, ainda é gratificante... Funciona! Ainda é um encontro, um vínculo, uma escuta.

Estas características não são só da clínica psicológica, são de todo este novo normal. É preciso coragem para não ficar parado, convencendo as paredes do quarto para dormir tranquilo, sabendo no fundo do peito que não é nada daquilo: negando a realidade e adiando a vida na espera do retorno do normal. Por mais simples que as respostas para lidar com a pandemia de Covid-19 possam parecer para mim, para outros parecem difíceis, para outros são contraditórias, e para alguns parecem até desnecessárias!

Entre ciência, religião e senso comum, temos diversos grupos separados, mas todos com a mesma tarefa. Lutando na mesma guerra contra o vírus, sozinhos. Pessoas adoecendo, pessoas morrendo, atendimentos on-line acontecendo... Eu me pergunto: quanta coragem precisamos para apertarmos as mãos?

Já que mencionei Freud, me permito falar de trauma: podemos interpretar esse terrível acontecimento global como o mais recente trauma da humanidade. Eventos traumáticos têm a capacidade de afetar a pessoa durante toda uma vida. É preciso ressignificar e elaborar em cima desse sofrimento.

Talvez a origem do trauma venha da própria

distância que viemos criando através das vias digitais tecnológicas. Talvez a ressignificação seja feita através das mesmas ferramentas tecnológicas digitais virtuais. Hoje não conseguimos nos encontrar ao vivo a ponto de o presencial virar letal e mortífero. A mesa virou! Hoje, no virtual, temos um espaço para nos conectar de forma mais saudável... Será que o encontro à distância é Redução de Danos ou é Ressignificação? Quem sabe um dia vamos conseguir apertar as mãos, cara a cara, e não sair com um "ego desorganizado".

Voltando ao Raul, o que quero falar nessa carta, sem saber COMO você vai escutar:

"Coragem, se o que você quer é aquilo que pensa e faz; Coragem, eu sei que você pode mais."

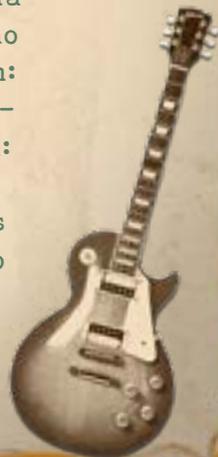
REFERÊNCIAS

Amatuzzi, Mauro Martins (2001). Por uma Psicologia Humana. São Paulo: Alínea Editora.

Brasil (2020). Coronavírus Covid-19: O que você precisa saber. Brasília: Ministério da Saúde. Disponível em: <https://coronavirus.saude.gov.br/>. Acesso em: 26 jun. 2021.

Organização Mundial da Saúde. (2020, March 11). OMS afirma que COVID-19 é agora caracterizada como pandemia - OPAS/OMS | Organização Pan-Americana da Saúde. Disponível em: <https://www.paho.org/pt/news/11-3-2020-who-characterizes-covid-19-pandemic>. Acesso em: 26 jun. 2021.

Seixas, Raul (1979). Música "Por Quem os Sinos Dobram". Por Quem os Sinos Dobram. Gastão Lamounier. Warner Music Group.



NOTÍCIAS E REFLEXÕES DO DIZ AÍ 2021

Diego Portella Viana⁸⁴

Queridas/os colegas do Diz Aí,

Espero que estejam todas/os bem!

Gostaria, antes de tudo, de agradecer por todo aprendizado, pela acolhida e oportunidade de prosseguir, mais um tanto, nessa proposta tão potente e imprescindível que é o grupo Diz Aí.

Tenho certa dificuldade com a escrita, mas nesses tempos difíceis do isolamento tenho algumas cartas não enviadas, como uma forma de conversar com meus pensamentos e lidar com a saudade do filhote, que esse mês passado completou 2 anos. Outro aniversário que passamos distantes, fisicamente. Então as cartas têm sido o meio de conversar com ele, e de aproximá-lo dele dentro de mim, de planejar e afirmar desejos de vida boa, nesse tempo difícil.

Relendo uma delas, de maio do ano passado, 2020, retomo a intensidade daquele período do começo da pandemia, de completa e absoluta incerteza, impotência, medo. No dia 19 de março, a Organização Mundial da Saúde (OMS) declarou pandemia do novo coronavírus e as medidas de isolamento. Pela primeira vez, vimos as máquinas do capital pararem do dia para a noite. Um tempo

de suspensão que pareceu nos fazer entrar em outra dimensão, onde podíamos ver com uma lupa cada frame da história e enxergar além, além de nós mesmos, e ao mesmo tempo, profundamente nós mesmos. Teríamos que inventar sobre o viver. Por um momento, nos vimos dividindo o mesmo planeta, pertencendo a mesma espécie, nos vimos até coletivamente solidários, supostamente capazes de juntos garantir o cuidado, a responsabilidade com o outro, a vida. Dizia para ele, na carta, sobre esperar. Mas dizia também sobre o terrível projeto político de retrocessos, perda de direitos, desmonte de garantias históricas arduamente estruturadas em nosso país. Que o desafio era agora reverter essas políticas para no futuro podermos existir mais plenamente.

Enfim, hoje estamos vivendo a tragédia anunciada, correndo para minimizar os danos da irresponsabilidade. É muito triste. É surreal. As forças destrutivas encarnadas em Jair Messias são sintomas da nossa história colonial perversa que tomaram proporções inimagináveis. A legitimação e amplificação dos discursos de ódio, do preconceito de toda ordem, da arrogância, da manipulação, nos trouxe ao país cindido que hoje é o que mais mata no mundo, pelo vírus, mas sobretudo pela política de morte declarada à nossa diversidade.

Queridas/os, quero compartilhar sobre a importância que vejo nesse espaço, nesse grupo, nesse espaço de encontro e de escuta clínica. Tenho aprendido muito com as leituras e com as experiências compartilhadas, e acredito que esse lugar seja um dos lugares que precisamos

consolidar e ampliar como forma de romper os silenciamentos, resistir e construir outras realidades. A experiência do grupo no formato virtual está atravessada por uma série de questões que ainda estamos aprendendo a identificar e pensar, mas acredito que o fato de estarmos vivendo essas realidades juntos nos aproxima, identifica e vem possibilitando encontros verdadeiros capazes de cuidado. Apesar de estarmos já cansados das telas, e sobrecarregados nessa nova rotina de trabalho onde os limites temporais e espaciais estão dissolvidos, esse lugar do compartilhar parece ser um "oásis em meio ao caos", conforme palavras que já escorreram em nossos encontros.

O grupo flutua quanto ao número de participantes por encontro, variando de 2 a 5 pessoas, e está aberto à comunidade acadêmica e externa à universidade. Temos nos questionado quanto a operatividade do grupo com muitas pessoas, já que até então percebemos uma boa interação e dinâmica nos encontros, permitindo abordar assuntos de forma mais substancial, na medida em que se alargam as falas. Enfim, estamos atravessando uma transformação sociocultural e político-econômico hiper acelerada com a experiência pandêmica, que reconfigura totalmente a dinâmica da vida e das relações, e nos convoca a novos comportamentos. A desmaterialização compulsória da vida que o digital nos lançou é complexa; inventamos novas personas, novos avatares, e assim, novas

angústias, novos modos de existir e experienciar os afetos e o desejo. O isolamento conectado nos tem feito viver dias iguais, planejados. Pandemias são traumas que se inscrevem nos corpos, se inscrevem na cultura, e certamente essa experiência coletiva global marca seriamente a trajetória do antropoceno. Há uma reorientação radical do mercado para o trabalho à distância e para a economia de serviços "uberizados", que responsabilizam por completo a/o trabalhadora/r e com isso caminhamos para o pior nível de desigualdade e acumulação. Ou seja, a instabilidade generalizada e velocidade do novo faz urgente a criação de estratégias de cuidado, de escuta, de encontro.

Confesso que é minha primeira experiência mediando um grupo, antes, na disciplina de Processos Grupais, tive a oportunidade de observar os encontros de um grupo de Alcoólicos Anônimos, que por coincidência, há poucos dias, a convite de um amigo, observei novamente, só que desta vez virtualmente. Me pareceu funcionar muito bem o modo on-line ali, também. O grupo terapêutico é com certeza um dispositivo revolucionário capaz de transformar, de dar suporte a transformações de maneira profunda na medida que vincula as/os participantes.

Sobretudo o grupo Diz Aí, tão urgente. E aqui me implico como homem branco cisgênero, pensando minha branquitude e condição de privilégio, afim de me aproximar dos sofrimentos produzidos pelas violências epistêmicas que invisibilizam e inviabilizam tantos modos de existência. Formas sutis e explícitas de operação da supremacia branca, patriarcal, que oprimem há séculos, e me pergunto o que significa ser homem branco? Será a minha escuta clínica capaz de acolher sensivelmente tantas

feridas da pele preta? Dos corpos femininos? Dos corpos transgênero? Silvio de Almeida (2018), em uma palestra sobre a discriminação racial na educação brasileira diz que a raça é história e poder, é uma tecnologia política, sempre a serviço de garantir as hegemonias.

Penso que o desafio é enorme e que estamos longe, mas a cada dia, mais próximo. Hoje, depois de termos a bancada mais conservadora da história, 30 representantes entre trans e travestis fazem respirar a política institucional nos mostrando a força e resistência da luta; é isso, o compromisso de luta.

Ontem, vendo uma linda conversa entre a Linn da Quebrada, Jup do Bairro e a Judith Butler (Problemas de Gênero, 2021), me trouxe muito. Discutiam sobre como seria possível pensar a não-violência justamente em um território como o Brasil, onde a violência está dada, institucionalizada, sofisticada, cruel e cotidiana para corpos negros, femininos, LGBTQI+. É possível não ter a violência como resposta? Então trazem o trabalho da Audre Lorde (2007), sobre "Os usos da Raiva" e pontuam: a não-violência nada tem a ver com passividade, com amor, com inação. É preciso reagir. A raiva pode ser compartilhada e cultivada e ela é capaz de produzir revoltas coletivas e projetos de educação em massa. "A maneira como agimos é nossa forma de fazer um mundo novo, portando, com raiva, nunca com violência" (Problemas de Gênero, 2021).

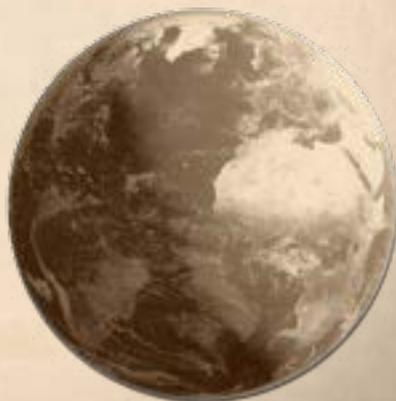
Bom, é preciso ocupar e inventar espaços de urgência, é preciso ir de todas as formas, por todas as plataformas, de todas as linguagens, para um mundo onde caibam todos os mundos, sem hesitar. É tudo pra ontem.

REFERÊNCIAS

Almeida, Silvio (2018). História da discriminação racial na educação brasileira - Silvio Almeida - Escola da Vila 2018. Canal Centro de Formação da Vila. Disponível em: https://www.youtube.com/watch?v=gwMRRVPL_Yw. Acesso em: 20 jun. 2021.

Butler, Judith (2021). Judith Butler debate os problemas de gênero com Linn da Quebrada e Jup do Bairro | Transmissão. Canal Brasil. Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=DMge3Uc9sUs>. Acesso em: 25 jun. 2021.

Lorde, A. (2007). The uses of angry. Sister outsider. New York, NY: Crossing Press Berkeley. (Original work published in 1984).



VIVENDO ENQUANTO LUTO

Diônvera Coelho da Silva⁸⁵

Escrevo esta carta para todas/os psicólogas/os em formação, para lhes falar que as situações que estamos vivenciando neste contexto de pandemia nos demandam conhecimentos e saberes que vão além das coisas ensinadas nos manuais clássicos de Psicologia. Quero contar um pouquinho sobre como eu imaginava o último período do curso. Via-me em uma das salas de atendimento psicológico da clínica da universidade, feliz e radiante, embora cheia de dúvidas. Provavelmente eu estaria tentando lidar com um algum pensamento que me dissesse que eu não era ou seria boa o suficiente, que a pessoa que eu iria atender, não iria gostar de mim, e não voltaria para as próximas sessões, ou pior, ela/ele pediria para trocar por outra/o colega. Em todo caso, eu estaria pronta para atender, eu teria uma caixinha de lençinhos para estender quando as pessoas chorassem, eu também poderia abraçá-las, pelo menos aquelas e aqueles que se sentissem à vontade com um pouco mais de aproximação. Eu também imaginava que poderia encontrar meus colegas pelos corredores, e, após os encontros, iria compartilhar as primeiras impressões sobre os atendimentos. Imaginava que os encontros iriam começar e terminar num

85

Psicóloga, CRP 07/35442. E-mail: diionveracoelho@gmail.com.

período de uma hora, seguindo a reserva da sala que tinha esse tempo pré-determinado. Tudo parecia tão certinho. Mas as coisas mudaram, era março de 2020, eu estava empolgadíssima, pois iria atender duas crianças, me preparava para isso há algum tempo, e estava prestes a realizar dois sonhos, o de fazer o estágio em clínica e o de trabalhar com crianças. Porém, os encontros, bem como as aulas, tiveram que ser interrompidos por um tempo indeterminado. Em seguida, um vazio tomou conta de mim, e agora, como vai ser? Eu me perguntava. Mesmo assim, insisti em imaginar como as coisas seriam. Podia crer que no meio do ano, as coisas voltariam ao "normal" e que minha vida, os meus planos, seguiram os rumos que eu tinha traçado, mas nada foi como eu imaginava. Muitas coisas mudaram, não só na minha vida, mas na vida de milhões de pessoas que em diferentes partes do mundo viram seus planos, desejos, e sonhos serem transformados, muitos deles para sempre.

Esta carta, caras/os colegas, é um convite para revermos aquela ideia antiga sobre normalidade que tanto gera discussões quando pensamos a saúde mental. É também um convite para que vocês possam viajar no tempo comigo, para percorrermos algumas lembranças de luto.

Me transporto ao ano de 2017, quando perdi minha avó, e um ano depois minha cadela Yuki. Lembro que foi a primeira vez que eu senti meu corpo todo desmoronar. Eu não via sentido em quase nada e uma das coisas que me manteve em pé, foi o meu amor pelas pessoas, pela Psicologia.

Tinha a esperança em meu peito de um dia atender e conseguir fazer alguma diferença na vida de alguém. Uma das coisas que passava pela minha cabeça, era como a gente falava pouco sobre a morte, como o curso parecia não pensar na terminalidade, exceto nas aulas de desenvolvimento humano, ainda assim, as discussões eram rápidas, eu ficava a pensar, por que falamos tão pouco sobre o luto? Será que as pessoas não morrem? Será que ninguém sofre com a morte de alguém que ama? Será que as perdas simbólicas não geram dor? Assim, comecei a observar essa parte da experiência humana, e compreendi que existia uma grande falha em minha formação. O luto não estava presente em nossas discussões, busquei mais informações sobre o assunto, e encontrei muitas pessoas que estavam pensando em como podemos lidar com as nossas perdas, naquela época decidi que faria o meu trabalho de conclusão de curso sobre o luto, e o nome do trabalho já estava até escolhido, se chamaria: Vivendo enquanto Luto.

Assim que a Covid-19 se espalhou pelo mundo, matando milhões de pessoas, gerando diferentes perdas, o tema voltou. Tivemos que mudar nossa forma de olhar e encarar a vida, embora não pareça ter sido assim para todas as pessoas, como por exemplo, alguns dos nossos políticos que continuam a levar uma "vida normal", negando a ciência, e o mínimo de gentileza às pessoas que perderam alguém pela doença. Sobre continuar com uma "vida normal", me questiono: é possível ter uma "vida normal" quando milhares

de pessoas estão desempregadas, muitas delas sem ter o que comer? É possível ter uma "vida normal" quando chegamos aos mais de 500 mil mortos pela Covid-19 somente no Brasil? Talvez a gente nunca tenha tido uma "vida normal", pois afinal, muita gente já era o principal alvo das políticas de morte. Muita gente vivenciou o luto, vendo pessoas próximas serem atingidas de bala perdida, muita gente vive enquanto luta—diariamente, então, quem sabe, nós que lidamos com o sofrimento humano precisamos enxergar para além da "vida normal" que estávamos acostumados a ter, porque ela era irreal e absurdamente injusta e geradora de sofrimento para uma grande parcela da nossa sociedade.

Muito foi falado, que pela primeira vez, as/os psicólogas/os estavam a passar pelas mesmas dificuldades que os pacientes, será? Pude perceber alguns dos meus "desprivilégios" na clínica, pude perceber as desigualdades sociais na clínica também, e para aquelas/es que acreditam que a clínica não é social ou política, bem, precisamos urgentemente desconstruir essas questões, pois num contexto pandêmico, e para além dele, a clínica precisa ser social e política, pois torna-se difícil sua sustentação sem a compreensão de que muitas das pessoas que atendemos não têm um espaço adequado para viver, tão pouco para fazer terapia. Presenciei a falta de privacidade, de computador, telefone, internet, e talvez aquilo que muita gente afirma, ainda seja verdade, é um luxo cuidar da saúde mental.

Lembro que alguns colegas, que pouco se

comprometiam com as discussões sobre a realidade social do nosso país, foram contra os atendimentos on-line, e para isso falaram das pessoas mais pobres, e eu fiquei tão irritada. Primeiro porque infelizmente essas pessoas sempre foram excluídas e só agora alguns colegas resolveram pensar nelas, justamente para defender o estágio presencial. Eu era uma das pessoas que acreditava que a clínica precisava funcionar, e tentar ao máximo possível incluir todas as pessoas. Porém, sabemos que as diferenças são enormes, e muitas delas, infelizmente não conseguirão ou não se adequarão aos atendimentos on-line. O que indica que temos problemas estruturais que precisam ser resolvidos através de políticas públicas, vejam como a clínica é política também. Além disso, alguns estudantes precisavam continuar com o estágio porque também não tinham condições de se manterem na universidade por mais tempo.

Minha experiência na clínica, que foi acompanhada por esse período pandêmico e de finalização do curso, demandou de mim e dos colegas muita flexibilidade, não imaginava ser possível atender alguém por ligação telefônica, às vezes a chamada caía, e eu precisava ligar para a pessoa novamente. O assunto também se interrompia devido à instabilidade da internet, e a sessão tinha que recomeçar várias vezes. Teve um dia que o conector da bateria do celular da pessoa que eu atendia estava com problema, e eu não podia fazer uma prática de mindfulness porque ela precisava ficar numa posição que garantisse que

o celular estava sendo carregado. Bem, essa era uma das dificuldades, que me faziam pensar no cotidiano sofrido, nas privações de todos os tipos que ela e várias pessoas estavam a passar.

Nesses casos, penso que só podemos contar com a sensibilidade, e uma escuta atenta que não promova constrangimento ou invalidação. Um dia não notei o choro da pessoa que atendia, senti raiva da falta de definição da tela, me senti arrasada, me senti a pior psicóloga do mundo, bem isso é um exagero, mas foi exatamente assim que me senti. Fiquei a pensar o que mais estou deixando de ver ou de notar? E por mais que essa realidade seja difícil, como ela está sendo importante para nos deslocar de nossos lugares confortáveis? Ou talvez isso não faça diferença para muitas pessoas, que estão tão isoladas e alienadas em seus lugares que não conseguem e nem querem ver o que está se passando lá fora. Muitos de nós, psicólogas e psicólogos, não sabem como é a realidade das pessoas mais vulneráveis, e também não fomos preparados para lidar diretamente com a realidade das nossas pacientes, muitos de nós, sequer sabe o quão duras são muitas dessas realidades. Particularmente, não sabia sobre as dificuldades que é para uma mulher mãe realizar o atendimento em casa sem ter a interferência das/dos suas/seus filhas/os, e o quanto aquele momento era necessário para que ela pudesse se organizar para lidar com as exigências de uma maternidade solo e de outras questões sociais e históricas que atravessavam sua vida. Por fim, colegas, eu desejo profundamente que a gente saiba respeitar as dores das pessoas e as pessoas como elas são, os seus lutos, que a gente possa sonhar e lutar contra as opressões como está escrito no Código de Ética da Psicologia. Que a gente possa se

alegrar quando perceber que as pessoas estão indo além das estruturas racistas, sexistas, classistas, capacitistas e LGBTQfóbicas. Que a gente possa lutar pela continuidade e ampliação das políticas públicas em Saúde Mental do nosso país. Que a gente possa lutar pelo Sistema Único de Saúde (SUS), que a gente possa valorizar as/os profissionais de saúde, as/os professoras/es, que a gente não se aliene do mundo ou se feche em nossa profissão, porque tudo está interligado, fazemos parte de uma grande rede. Que a clínica seja política e social, que ela esteja espalhada pelas ruas, becos e calçadas. Antes de me despedir, quero compartilhar com vocês um sonho que tive logo que encerrei os atendimentos como estagiária. Sonhei que estava atendendo uma pessoa na sala da clínica de Psicologia da Universidade, a terapia foi acontecendo, e quando chegou o seu final, eu fiquei muito contente, pois eu tinha uma certeza: a de que eu saberia ser psicóloga na vida real, como se o mundo virtual não fosse real. Penso que de alguma forma ainda está impregnado em mim a ideia de que o que estamos fazendo não é real. Estranhamente procurei no sonho satisfazer as minhas angústias, e um pouco das coisas que imaginei viver antes da pandemia. Muitas questões estão sendo colocadas, como tudo aquilo que perdemos, o fato é que no sonho eu também pensei: "me saí bem, não tem diferença

nenhuma", mas tem, porque eu não conheceria a vida real da pessoa em sua casa, suas relações com seus familiares, e nem as dificuldades quanto as coisas que para muitas pessoas parece simples, como ter uma boa conexão de internet, ou aparelhos eletrônicos. Sim, concordo com as/os minhas/meus professoras/es, muitas coisas ficaram para trás, mas uma coisa foi reafirmada dentro de mim, que a vida nunca foi "normal", e que a pandemia acentuou mais ainda as desigualdades e diferenças sociais que já existiam anteriormente a ela e que, por enquanto, o que nos resta é viver enquanto lutamos por uma vida, por uma prática psi com consciência crítica, por uma vida que seja real e humanamente possível para todas as pessoas. Espero que essa carta chegue até vocês, com carinho.

Diônvera.



REMINISCÊNCIAS DE UM ESTÁGIO DE PSICOLOGIA

Elisabete Frigeri Domingo⁸⁶
Marina Pante⁸⁷

Aos estudantes de Psicologia,

Como estou contente de ter chegado aqui, ao tão esperado estágio do curso de Psicologia. Foram tantos anos construindo conhecimentos teóricos, fazendo inúmeros trabalhos, provas e demais atividades. Sim, por este momento muito esperei, buscando vivenciá-lo da melhor forma possível, criando um ótimo vínculo terapêutico com os pacientes, podendo estar presente naqueles 50 minutos de atendimento, buscando dar o suporte, seja pelo olhar ou pelas palavras... Esse era meu desejo. Mas, será que algo poderia dar errado, será que algo poderia sair do meu controle?

Em uma noite de segunda-feira, em meados de março, com o coração um pouco apertado, conectei meu notebook na tomada, vagarosamente abri o Google Meet e enviei um link de videochamada ao meu primeiro paciente. Lembro tão bem daquele dia, pois não eram as expectativas que eu havia construído para o meu primeiro atendimento. Mas

86 Graduada em Psicologia - Universidade de Santa Cruz do Sul. E-mail: elisabetefdomingo@mx2.unisc.br

87 Psicóloga, CRP 07/21347.

eu poderia fazer algo diferente? Havia outra solução? Já ouvi algumas/alguns psicólogas/os falarem que a gente nunca esquece do primeiro paciente, por isso, sempre valorizei esse momento, e talvez até, idealizei demais. Sabe quando a gente começa a se sentir tão frágil frente a uma situação, bem, esse era meu sentimento, fragilidade... Fragilidade imposta por uma tela, por uma conexão de internet que poderia cair a qualquer momento, por uma pessoa desconhecida pra mim, alguém que eu entraria em contato a primeira vez por uma videochamada. Difícil, desafiador, perturbador, paralisador, ansiogênico... Apesar de todas essas dificuldades iniciais, busquei ouvir o meu primeiro paciente, com atenção, com cuidado, com empatia.

Um telefone toca na sala de atendimento, será que deveria ser atendido? Quando atendo, ouço uma voz bem baixa, com alguns ruídos que prejudicavam a comunicação. Era uma paciente, e sua ligação havia sido transferida para minha sala, ela não tinha como fazer o atendimento através de uma videoconferência, apenas por telefone. Naqueles 30 minutos de atendimento eu só poderia escutá-la, não sabia como era seu rosto, suas feições e expressões. Eu tinha o poder de ouvi-la atentamente, cada palavra, cada suspiro, cada pausa... Talvez eu era a única pessoa que a podia ouvir sem julgamentos, que poderia acolhê-la na sua dor. Através de um telefone, com um volume baixo e alguns ruídos.

As disciplinas que mais gostei durante a formação eram as relacionadas com a infância, pois elas nos desafiavam constantemente, o setting com

uma criança precisa proporcionar o lúdico, pois segundo Melanie Klein (1981) resulta a importância do brincar como uma forma de expressar e elaborar seus conflitos, desejos, ansiedades e fantasias. Era impensável fazer um atendimento com uma criança através da tela de um computador, parecia tão ineficaz, estranho, antiterapêutico, mas aconteceu. Estava posto um grande desafio, criar um vínculo através de uma videoconferência, proporcionar um setting terapêutico, compreender a dinâmica familiar e as principais queixas, enfim, uma sessão de terapia infantil on-line. Na minha primeira experiência com o atendimento infantil, busquei construir um material colorido e ilustrativo, que pudesse chamar a atenção e incentivar o envolvimento. A partir dali se iniciou uma saga de pesquisas por recursos digitais como jogos, imagens, apresentações e vídeos, que pudessem fazer sentido nos atendimentos.

Não posso esconder minha frustração inicial com tudo o que estava acontecendo, pois em cinco anos de curso, jamais imaginei que minha prática seria no formato virtual. O sentimento era de que minha formação não seria completa, de que ela seria falha e não me proporcionaria um bom entendimento da prática clínica. Apesar de me sentir invadida por muitas emoções, compartilhei meus pensamentos e sentimentos em minhas supervisões, com colegas de estágio e com

tor vita
Nunc

colegas já formados e formadas. Apesar de todas as limitações impostas pelo atendimento on-line, percebi que tanto eu, enquanto terapeuta, quanto meus pacientes, buscavam dar o seu melhor, naquele ambiente possível para o momento. O coração foi se acalmando aos poucos, fui me sentindo mais confortável, mais adaptada, mais feliz.

Em meio ao processo de estágio, surgiu a oportunidade de coordenar um grupo terapêutico on-line sobre luto, temática tão necessária de ter espaços de fala. Realmente senti que era possível, e começamos a organizar e divulgar. Já estamos coordenando este grupo há quatro meses, e posso dizer que tem sido uma experiência muito positiva, pois pessoas de outras localidades, ou pessoas que não conseguiriam acessar o serviço de saúde estão conseguindo participar. Worden (2013) ressaltou a importância de pessoas enlutadas disporem de espaços de fala, para que possam compartilhar suas histórias, suas dores, e também ouvir o outro que também sofre. Estamos proporcionando um cuidado especializado e atento aos participantes do grupo, uma iniciativa que não seria possível se não utilizássemos das tecnologias a nosso favor.

Alig
riau
erat

Pouco a pouco aquela angústia inicial foi diminuindo, alternativas foram sendo encontradas a cada novo desafio. Ainda encontro algumas dificuldades para estruturar a sessão, e algumas imprevisibilidades acabam acontecendo. Apesar de todas as dificuldades e readaptações, percebi quantas habilidades

desenvolvi a partir dos cenários que iam se apresentando. Aquela chamada reinvenção, é, acho que ela fez parte do meu dia a dia.

REFERÊNCIAS

Klein, M. (1981). *Psicanálise da criança* (3a ed.). (P. Civelli, Trad.) São Paulo: Mestre Jou. (Trabalho original publicado em 1932).

Worden, W. J. (2013). *Aconselhamento do Luto e Terapia do Luto: um manual para profissionais da saúde mental*. Tradução Adriana Zilberman, Leticia Bertuzzi, Susie Smidt. São Paulo: Roca.



PELA GRANDEZA DOS ENCONTROS E A POTÊNCIA DO AFETO

Helen Carvalho Gomes Soares⁸⁸

Aos que estiveram desse lado lendo minha carta espero que esteja tudo bem, dentro do que é possível estar bem. O tempo em que estamos vivendo tem sido desafiador, as vezes penoso, outras vezes doído. É difícil traduzir em palavras bonitas e construir frases coesas à experiência de existir numa pandemia quando os sentimentos nos tomam o corpo sem pedir licença. Raiva, medo, angústia, indignação, solidão, desesperança. Palavras que se repetem diariamente em todas as conversas. Comigo não é diferente, desse lado daqui também tem sido difícil. Gostaria de começar essa carta de uma forma leve, positiva, mais alegre, mas escolho ser radicalmente honesta com a realidade que me é imposta. Hoje ao acordar cometi o erro de abrir sites de notícia, a chamada anunciava: 500 mil mortos por Covid-19. Precisei respirar fundo e entrei em completo silêncio.

Ao fundo, da janela do meu quarto, escutava uma mãe com sua filha brincando logo pela manhã. Quantos filhos amorosos perdemos? Quantas mães sensíveis perdemos? Quantos amigos que faziam rir? Quantos namorados apaixonados? Quantas vidas potentes foram aniquiladas? Sei que não é confortável pensar nessas perguntas, mas é impossível ignorá-las. Mais do que isso, como é possível entre uma morte e outra, seguirmos

88 Graduada em Psicologia na Universidade Federal de Pelotas (UFPEL). E-mail: heelensoares@gmail.com.

trabalhando, lavando os pratos, pagando as contas, escolhendo o almoço, entregando os artigos dentro do prazo? Como é possível pensar a existência em um país com um governo colocando em curso, a todo vapor, uma política de morte? Esse cenário político instaurado sob os pilares da desumanização e do genocídio é a consequência de um sistema hegemônico, branco, patriarcal, racista, sexista que nunca produziu nada além de destruição.

Nesses dias tão caóticos e instáveis em que estamos vivendo, tento procurar espaços onde seja possível sentir os afetos em segurança, poder repousar para retornar mais forte. Espaços esses que podem se dar numa leitura, ouvir uma música, uma conversa, uns minutinhos apreciando a brisa do dia. Em um desses momentos fiz a leitura de "Ideias para Adiar o Fim do Mundo", de Ailton Krenak (2019), que me marcou profundamente. Ailton reflete sobre o sistema de mundo atual em que vivemos onde há o regime do antropoceno, ou seja, a ideia de que o planeta existe para nos servir, que todos os recursos são para nos satisfazer mesmo que isso signifique explorar até que não reste mais nada. E como proposta para subverter essa ordem, Krenak propõe a ideia de paraquedas existenciais. Os paraquedas existenciais são as possibilidades de romper com essa humanidade que nos é vendida a partir de uma gestão neoliberal de vida - que concede a poucos o status de humanidade - e poder expandir visões de uma existência que não se

limite à razão colonial.

Refletindo sobre os paraquedas existenciais, pensei na potência de uma Psicologia situada e profundamente sensível às múltiplas subjetividades como uma dessas possibilidades. Como uma jovem mulher branca, lésbica, universitária, estudante de Psicologia, fui seduzida pela possibilidade de ser uma agente de mudança, de conhecer mundos, produzir conhecimentos, porém, vivários sonhos derrubados por um governo que ameaça diariamente as universidades públicas e a pesquisa brasileira. Ainda assim, também vi cada professora/o acreditando na força da educação, na pesquisa eticamente situada e contextualizada, em cada grupo de estudos e pesquisas onde se debatia e se pensava em estratégias para se criar vida a partir de uma Psicologia ancorada em epistemologias antirracistas, antissexistas e não heteronormativa. Ler Bell Hooks, Audre Lorde, Frantz Fanon, Paul B. Preciado, Grada Kilomba, Leticia Carolina Nascimento e tantas outras e outros, é um suspiro de alívio no meio de tantos conflitos. Mesmo em um mundo hostil, essas autoras e autores nos mostram que ainda é possível dançar sobre os escombros, como nos diz a poeta Matilde Campilho (2018)⁸⁹.

Durante meu estágio obrigatório em Promoção e Prevenção em Saúde, que precisou ser reinventado ocorrendo de forma on-line, foi possível entender que a presença e a escuta clínica não estão atreladas a um espaço físico,

89
2018.

Poesia "Dançar sobre os escombros" publicada em suas redes sociais em

mas a uma conexão de afetos e encontros. Para Dutra (2004), a especificidade da escuta clínica é oferecer um espaço seguro para compreender a/o outra/o como sujeito que pensa, sente, fala e constrói sentidos que se expressam, se criam e se modificam num determinado mundo e num certo momento de suas histórias. É partindo desses pressupostos de acolher e construir um espaço de escuta protegido que surge a proposta das Rodas de Autocuidado oriunda do projeto de extensão Diz Aí, vinculado ao curso de Psicologia da UFPel.

O Diz Aí tem como princípio a construção de uma clínica feminista e antirracista, objetiva construir espaços coletivos e individuais de escuta terapêutica e de promoção de autocuidado para pessoas cujo sofrimento psíquico está transversalizado pela violência racista, sexista e LGBTIA+fóbica. Portanto, se coloca à disposição no enfretamento dessas violências fundantes de nossa sociedade. Carneiro (2013) afirma que para construir uma práxis crítica da Psicologia é fundamental recusar posições neutras em termo de valores, já que essas posições anulam o potencial de celebração da diversidade humana. Portanto, é uma práxis que denuncia todas as opressões que anulam a pluralidade estando comprometida com a emancipação humana. Para que seja possível a construção de práticas de saúde emancipatórias é essencial que temas como racismo, sexismo e LGBTIA+fobia sejam discutidos. Assim, as Rodas de Autocuidado nascem para dar seguimento a esse projeto, porém, numa nova modalidade, pensando

todos esses atravessamentos no atual contexto pandêmico. A importância de repensar a atuação do Diz Aí na pandemia surge da preocupação com as implicações psicológicas decorrentes do atual cenário, que se trata não apenas de uma crise sanitária, mas de uma crise social.

Dessa forma, as Rodas de Autocuidado foram realizadas por meio de plataforma virtual onde se pudesse abordar variados temas e trocar experiências e informações para pensar estratégias no enfrentamento desse novo momento em que vivemos de maneira coletiva. Com encontros semanais, as/os participantes falavam sobre suas questões pessoais, dificuldades, estratégias que experimentavam para lidar com o novo cenário e reflexões livremente. Mesmo mediados pela virtualidade, foi possível perceber que houve entrosamento entre todos os presentes em cada encontro. Cada momento do grupo de escuta, cada história contada, dor compartilhada ou conquista comemorada mostrava-me que o cuidado ético e a escuta sensível são revolucionárias em um sistema mundo que nos quer impotentes, adoecidas/os, mortificadas/os.

Ter sido atravessada por esse novo contexto ainda na graduação, que necessitou que os atendimentos fossem on-line, provocou diversos questionamentos sobre a efetividade e a qualidade do atendimento. Como se daria a formação do vínculo? Como garantir um espaço seguro? Será que todas/os se sentirão confortáveis nesse modelo? Foi bastante desafiador e, por vezes, gerou angústia sobre a minha capacidade de manejar o grupo. Porém, ao passar de cada encontro, ficou evidente que a

escuta clínica não é sobre as quatro paredes de um consultório, mas uma escuta do movimento, do não lugar, uma escuta que não impõe regras onde sua potência mora justamente na fluidez e reinvenção da existência. Essa experiência, com toda a certeza, transformará minha atuação profissional futura e a forma como enxergo a clínica psicológica.

E se pudesse dizer como últimas palavras, as esperanças que tenho para os dias que enfrentaremos é o da potência do afeto e do encontro. Ler uma carta, ouvir alguém, acolher uma dor, partilhar as angústias, são essas atitudes que salvam o dia, respiram a vida e nos impulsionam a continuar. Parafraseando Emicida na música Amarelo "por fim, permita que eu fale, não as minhas cicatrizes achar que essas mazelas me definem é o pior dos crimes é dar o troféu pro nosso algoz e fazer nóiz sumir" (Emicida, 2019).

REFERÊNCIAS

Dutra, E. (2004). Considerações sobre as significações da Psicologia Clínica na contemporaneidade. *Estudos de Psicologia*, v. 9, n. 2, p. 381-387.

Carneiro, N. S. (2013). Contra a violência do inexistir: psicologia crítica e diversidade humana. *Psicol. Soc.*, Belo Horizonte, v. 25, n. 1, p. 40-47.

Emicida (2019). *Amarelo*. Gravadora: Laboratório Fantasma.

Krenak, Ailton (2019). *Ideias para adiar o fim do mundo*. São Paulo: Companhia das Letras.



A PANDEMIA DAS REINVENÇÕES

Luciana Patricia Ruff⁹⁰

O primeiro a ser interrompido pela pandemia foi o estágio. No começo, ninguém sabia muito bem o que esperar, o pavor e pânico tomaram conta. Foram necessários alguns meses para que organizações e reajustes fossem feitos, tomando os devidos cuidados com esse novo vírus. Isso me tirou meses de experiência com o atendimento clínico, pois, afinal, o estágio não poderia ser realizado no formato on-line. Assim, se passaram semanas em busca de maneiras para usufruir da melhor forma deste período de estágio, sem que isso prejudicasse meu aprendizado.

Em meio a tudo isso, me encontrava no último ano de faculdade e ao mesmo tempo, realizando o trabalho de conclusão de curso, o famoso TCC. O tema inicial era outro, mas foi trocado para o impacto na saúde mental dos Agentes Comunitários de Saúde durante a pandemia da Covid-19, não necessariamente por querer me aproveitar do momento que estávamos vivendo, mas porque me vi sem saída depois do tema escolhido ter se apresentado muito insólito e de difícil compreensão.

No fim, escolher este tema teve um resultado positivo. Conversar com essas profissionais sobre o impacto que o isolamento social e as mudanças em seus ambientes de trabalho estavam causando, não apenas em sua saúde mental, mas

90

Psicóloga, CRP 07/34467. E-mail: lucianaruff@hotmail.com.

igualmente nas suas perspectivas de futuro, no medo pelos seus entes queridos, por receios de estarem cuidando de maneira adequada de sua saúde, enquanto, assertivamente continuavam a exercer seus ofícios, pelo bem da comunidade e de si mesmos, foi algo bem impactante na minha carreira acadêmica.

Na sequência de coisas que a pandemia impactou e modificou, veio a banca do TCC. A tão temida e esperada banca, foi realizada de forma simplória no meio da minha sala de estar. Em um dia no qual eu não conseguia definir se o suor era advindo do calor de dezembro ou do nervosismo. Pelo menos ninguém poderia me ver tremer e caminhar sem parar pela casa, balbuciando palavras-chave para não esquecer durante a apresentação.

No meio disso tudo, no decorrer de 2020, a turma de formandos do primeiro semestre esperava de maneira esperançosa pela formatura presencial. Escolheram tudo, a produtora, as músicas, a camiseta, tudo como manda o figurino, mas, na véspera deste tão esperado momento, veio a notícia de que a formatura seria on-line. Como amigos próximos estavam nessa turma, acompanhei de perto a angústia deles, depois de anos aguardando este evento especial, veio esse balde de água fria. Eu e minha turma tivemos mais sorte, já sabíamos, antecipadamente que nossa formatura seria on-line. Digo sorte, pois pude elaborar meu luto com calma, mas não nego que

em muitos momentos praguejei questionando porque justo na minha vez isso foi acontecer. Bem, mais uma reinvenção para a lista.

Essa reinvenção e adaptação a este contexto não foi fácil, mas era um caminho de mão única. Me vi entre aceitar aquilo que não poderia mudar, ou continuar sofrendo. Mesmo depois de sete anos de graduação, sete anos de idas e vindas de ônibus para a universidade, sete anos sonhando com esse grande dia, escolhi a aceitação. E essa aceitação teve um gosto amargo, não vou mentir. Depois de tanto tempo sonhando acordada com o grande dia da formatura, a realidade caiu pesada em cima de mim. Depois de tudo isso, minha formatura foi na garagem da casa da minha mãe, eu em frente ao notebook, torcendo para a conexão não cair bem na hora que chamariam meu nome, e depois das palavras "eu juro" proferidas por mim, e a comemoração da minha mãe, meu marido e meu irmão, que eram os únicos que podiam estar presentes comigo em uma terça-feira, as 15h da tarde, eu ouvi um silêncio.

O silêncio dos pássaros, das pessoas na rua. O silêncio de tudo ao redor seguindo seu ritmo normal de um dia de semana de trabalho, e eu tinha acabado de me formar. Tinha acabado de me tornar psicóloga. Esse momento teve um gosto de alegria, entusiasmo, misturado com gosto ácido da realidade.

Mas não para por aí. Depois de formada veio o primeiro atendimento on-line, seguido quase que no mesmo instante por uma ansiedade e receios crescentes. Primeiro que ninguém te conta ou ensina como você irá criar um vínculo com o paciente através de uma tela, seja do computador ou do celular. E mais, na faculdade não temos uma disciplina intitulada:

"como atender seus pacientes no modo on-line, mantendo tudo que você aprendeu ao longo da graduação e praticou no estágio, só que sentado na cadeira desconfortável da sua sala, enquanto o paciente fala palavras entrecortadas pelo sinal ruim da internet e você tenta captar a essência do seu discurso, em meio aos barulhos externos que continuam acontecendo na rua". Mas é certo, esse seria um título muito longo para uma disciplina.

Mas mesmo assim, saí da graduação crua nesse sentido. Meu primeiro atendimento foi horrível, não tinha habilidade com essa parte do digital, apesar de usar as redes sociais há muito tempo. Mas essa conexão necessária para estabelecer o setting terapêutico simplesmente não é ensinada em uma tarde em curso de marketing. Essa habilidade para soltar as amarras de escutar e acolher com uma pessoa estranha, que você não pode sequer ver pessoalmente, dificulta todo o processo.

Foi então que eu percebi que precisaria sentir na pele o que meus pacientes iriam passar. Iniciei minha psicoterapia on-line. Lembro que no primeiro dia estava ansiosa, mas muito ansiosa. Isso resulta em parte pelos meus traços de ansiedade social. Ligar para alguém ou enviar uma mensagem sempre foram acontecimentos muito ansiogênicos para mim, desde a adolescência. Fazer uma videochamada para alguém, desconhecido, e ficar encarando nossos rostos na tela do celular foi muito

estranho no começo, confesso.

Mas o processo de psicoterapia on-line, não apenas me auxiliou no processo geral da minha vida, mas favoreceu principalmente, no atendimento dos meus futuros pacientes no formato virtual. Com o tempo, através de videochamadas com amigos, participação em grupos de estudo, palestras, cursos on-line, foi surgindo uma adaptação, um conforto maior em poder realizar essas atividades no conforto de casa. Inclusive, participei de um congresso, que, se não fosse no formato on-line, não seria possível minha presença.

Com o tempo, fui aprendendo qual a melhor plataforma para atendimento on-line, fiquei mais próxima dos aplicativos de sala de aula. Também, com o passar das semanas, a ansiedade e o medo do desconhecido mundo virtual foram se dissipando. E, então, veio o inverno, e com ele descobri que poder atender um paciente numa manhã gelada de 4°C, vestida de maneira elegante da cintura para cima e de pijama da cintura para baixo, além de me fazer sentir como o William Bonner, me fez pensar nos benefícios desse tipo de atendimento, não apenas para mim, mas principalmente para meus pacientes.

O fato de eles não precisarem sair de casa horas antes do horário marcado, sem trânsito, sem correria, sem ficar em uma sala fria esperando ser chamado, sem precisar deixar os filhos com alguém, sem precisar desmarcar outros compromissos do dia, podendo marcar o atendimento para depois do horário do trabalho. Além disso, fazer a chamada no conforto de sua casa, tomando seu café ou chimarrão, do lado

da lareira, com uma roupa confortável e depois de encerrada a chamada, poder prosseguir com o seu dia, exatamente de onde parou antes de iniciar o atendimento, e com o adicional de não precisar se aglomerar ou se preocupar com o contágio do vírus, tornou isso um ponto positivo dessa adaptação e reinvenção psicoterápica em um contexto pandêmico.

Parando para pensar, mesmo com todos esses "pontos positivos", não posso dizer que sejam pontos positivos factuais, pois eles não foram frutos de uma escolha, mas de uma imposição. O psicólogo Viktor Frankl⁹¹ dizia que sempre podemos tirar algo de bom em qualquer situação, desde que esta tenha sentido ou seja significativa de alguma maneira. Acredito que a pandemia me fez enxergar as coisas por outra perspectiva, me fez encarar medos e ansiedades, me fez procurar, de maneira despretensiosa, outras alternativas e, o mais importante, me forçou, não de maneira pejorativa, mas de maneira produtiva, a olhar o lado bom das coisas.

No início, mesmo em meio ao caos da notícia da pandemia, acreditávamos que duraria apenas algumas semanas, no máximo alguns meses. Hoje, depois de um ano e meio vivendo em um contexto pandêmico, tendo passado por todas as experiências que a pandemia proporcionou, além de tudo, passando por todos os desafios que ela impôs e ainda impõe, posso dizer que

91 Frankl, Viktor E. (2019). Em Busca de Sentido: um psicólogo no campo de concentração. São Leopoldo: Vozes.

me tornei uma profissional melhor. Não apenas por ter superado meus próprios desafios internos, mas por ter me permitido enfrentá-los para que fosse possível realizar esses atendimentos no formato on-line, para que minha flexibilidade permitisse me abrir para essas novas demandas, para que eu conseguisse compreender o lado dos pacientes nessa situação.

A pandemia, com certeza abriu precedentes para o mundo digital que não será fechado depois que esta acabar. A tecnologia facilita muita coisa em nosso dia a dia. Recentemente descobri que até mesmo as compras de supermercado podem ser feitas através de um aplicativo e entregues em sua casa. A grande questão é a nossa resiliência sendo colocada à prova. É a minha, a sua, a nossa capacidade de superar a nós mesmos, superar as dificuldades impostas pelo contexto e pelo ambiente social, engolir meio no seco que precisamos encontrar possibilidades e alternativas e continuar buscando o lado bom das situações. É compreender que existem situações e contextos que não podem ser modificados, mesmo que queiramos muito. Mas que, existe escolha entre a dor e o sofrimento. Como já dizia o ditado budista: "a dor é inevitável, o sofrimento é opcional". Eu escolhi aceitar a dor, e permiti que ela ajudasse a me reinventar!



COTIDIANO EM IMAGENS: POSSIBILIDADES DE PRODUÇÃO DE CUIDADO DURANTE O ISOLAMENTO SOCIAL

Paula Monmany Jobim⁹²

Querido/a colega,

Retorno contigo lá para o início de 2020, quando começava minha prática de estágio pelo Instituto Junguiano do Rio Grande do Sul. O estágio acontece em uma ONG que acolhe crianças e adolescentes de um bairro periférico de Porto Alegre, realizando atendimento de psicoterapia para a comunidade e atividades com os/as jovens no turno inverso da escola. O frio na barriga, a animação e a ansiedade oscilavam, como geralmente acontece comigo ao iniciar uma nova prática, conhecendo um local novo e suas dinâmicas de funcionamento.

Pensando nisso, questiono-me se todo o início de atuação não nos coloca em um lugar de observador/a de alguma forma, buscando entender sua maneira de ocupar aquele espaço. E como observadora nessas semanas estive casualmente instigada com os olhares. Pensava: "Como será que essas crianças veem este local? Que formas de cuidado ganham foco neste contexto?".

92 Psicóloga, CRP 07/34184. Pós-Graduada em Psicologia Clínica Junguiana. Participante do Núcleo de Estudos e Pesquisa dos Complexos Culturais, Política e Individualização do IJRS. E-mail: paulajobim97@gmail.com.

Por convite do estágio podemos escolher uma temática para trabalhar no formato de oficinas com os/as jovens, e já estava evidente para mim o que eu gostaria de pensar: "O que veem esses olhares que olham esse mesmo local de outro lugar?". Parece, agora, que desde o início eu já havia sido capturada pela vontade de fazer uma oficina de fotografias, refletindo sobre a ideia de narrativas do território.

Já sabia por onde começar, mas o que não esperava era que essas primeiras semanas fossem as únicas presenciais que teria na ONG. No início de 2020 começamos a vivenciar a pandemia, em que novas palavras passaram a compor o cotidiano, como quarentena, isolamento social e máscara de proteção. E o cenário mudou. Eu já não cruzava com olhares, o território do estágio saiu do meu campo de visão e fui surpreendida pelo excesso de luz que vinha da tela do computador ao retomar as aulas e minhas outras ocupações de forma remota.

Tudo foi adiado, inicialmente com esperanças de um (nem tão) breve retorno; porém, aos poucos a dimensão da situação que vivenciávamos na cidade, no país e no mundo foi se tornando cada vez mais alarmante e permeada por muito sofrimento. Neste momento inicial me percebi em silêncio, em luto, a sós. Pensar a cidade e os lugares por onde circulamos se tornou vazio para mim e não conseguia imaginar possibilidades para a oficina acontecer. Precisávamos ficar em casa, e, por estar em uma situação que me possibilitava fazer minhas atividades remotamente, segui de forma estrita a cada recomendação de saúde.

Aos poucos, esse silêncio foi sendo

transformado em imagens. Não em palavras, mas em fotos. Algumas despreziosas, de qualquer jeito, sem foco ou até com luminosidade fraca. Agora acho que foi o possível, e que essas imagens de alguma forma traziam as noções de falta, de vazio e de tristeza do momento. Aos poucos, a dedicação para as fotografias foi aumentando, na mesma proporção em que comecei a observá-las em sequência, pensando que estava quase desenvolvendo um diário de campo.

A oficina voltou a habitar meu imaginário, e, ao mesmo tempo, surgiram demandas de cuidado vindas da ONG, só que dessa vez elas não estavam voltadas para os/as jovens, mas sim para os/as funcionários/as. Na instituição, o cuidado com os/as cuidadores/as tornou-se algo importante. O afastamento físico do local de trabalho, a sensação de esgotamento pela necessidade de ficar em casa constantemente e a tristeza pelo momento atual marcaram a atuação da equipe, que, mesmo remotamente, ainda realizava ações de assistência.

Foi então que, junto do colega com quem realizaria a oficina inicialmente, e acompanhada pelas nossas supervisoras, idealizamos uma versão remota da oficina de fotos direcionada aos/as profissionais. Considerando que todos/as tinham acesso a recursos para fotografar, compartilhar as imagens e acessar aos encontros on-line, demos início ao nosso projeto voltado para o

registro e reflexão do cotidiano pelas fotografias. Escolhemos uma plataforma de videochamada grupal e combinamos um horário em que todos/as poderiam estar presentes, como coordenação, educadores/as, serviços gerais, entre outros.

Nos deparamos com diferentes tensões que não prevíamos inicialmente, como a demora para que todos/as os/as participantes conseguissem entrar na sala de reuniões on-line, falas cruzadas e interrompidas, conexão de internet fraca e dificuldade de ativar o som ou de ligar a câmera. Ao mesmo tempo, conseguimos facilitar muitos processos nesse intercurso. Realizávamos, por exemplo, o convite para os/asicineiros/as registrarem suas fotos ao longo da semana e enviarem no grupo de WhatsApp que compartilhávamos. Assim foi possível permitir que eles/as interagissem com a dinâmica da oficina ao longo da semana e aproveitassem nossos encontros para as reflexões, revendo as imagens tiradas.

À medida que a oficina ia sendo desenvolvida, percebi também um maior engajamento meu em fazer registros fotográficos. Através dessas vivências grupais e até individual, comecei a entender a fotografia enquanto um dispositivo artístico e expressivo que pode movimentar regimes discursivos, possibilitando um afastamento temporal e espacial para observarmos desde uma perspectiva coletiva os símbolos culturais (Paladini, 2019). E que o rever dessas composições também tem um enorme potencial quando nos permitimos implicar, deixando que emergjam diferentes sensações, sentimentos e novas percepções sobre a realidade (Gaillard, 2010). No nosso caso, refletimos sobre os sentimentos

de falta da rua, da comunidade e saudades, compartilhamos estratégias de cuidado que cada um/a estava tomando individualmente, falamos sobre o desejo de que todos/as estivessem bem e expectativas de melhora do cenário de pandemia. Todas as reflexões nesse sentido foram disparadas a partir do olhar para as fotografias em grupo.

Além disso, acredito que nossos encontros ganharam maior potência quando começamos a entender mais sobre como o isolamento social, que naquele momento estava em um dos períodos de maior restrição, afetava as dinâmicas relacionais e cotidianas. O espaço da casa transformou-se em palco de acontecimentos, em que registros domésticos do cotidiano passaram a compor o imaginário social (Schneider & Benia, 2020). Nesse sentido, por exemplo, eu pude perceber que as fotografias tiradas capturavam o interior das residências e a experiência de isolamento, da mesma forma que minhas fotos também faziam. A oficina, então, passou a se ocupar também do olhar para essa rotina diária, dos espaços habitados, busca por autocuidado e cuidado com os/as colegas.

Escrevendo essa carta lembro de um dos meus questionamentos ao iniciar o estágio: "Que formas de cuidado ganham foco neste contexto?". Talvez a provocação que fica seja sobre a renovação e reinvenção frente a completa mudança do contexto em si, e, nesse

tor vita
Nunc

sentido, a importância em lidar com o sentimento de impotência, buscando possibilidades de criação mesmo durante o isolamento social. Para isso, precisei rever expectativas, angústias e desejos, respeitar meu momento de silêncio e meu reencontro com a fotografia, para em seguida ser profundamente tocada pelo encontro com os/as oficinairos/as.

Acredito que a potência residiu nesse processo. Nesse cenário fizemos juntos/as o exercício de observar desde nossas distâncias físicas o próprio espaço interno da instituição. Voltamos nossos olhares ao cuidado de quem cuida, colocando nossos silêncios em fotos e sentimentos em trocas. Incluo também uma forte sensação minha de aproximação com a equipe, acolhendo uma demanda, recebendo dela um retorno muito significativo sobre o trabalho da oficina e aprendendo sobre o impacto que estes/as têm na comunidade. Gosto de acreditar que nas breves horas de encontros virtuais e trocas de fotos, nós conseguimos diminuir um pouco o distanciamento das casas com emoções e acolhimento, buscando uma forma de enfrentar esse primeiro semestre de 2020 um pouco menos isolados/as.

Com carinho, Paula.

REFERÊNCIAS

- Allig
riau
erat
- Gaillard, C. (2010). Jung e a arte. *Pro-Posições*, 21(2), 121-148.
- Paladini, P. A. (2019). *Entre o pensar e o fazer:*

narrativas através das fotografias de quem vive a periferia. RELACult-Revista Latino-Americana de Estudos em Cultura e Sociedade, 5(5).

Schneider, G.; Benia, R. (2020). Imagens de um tempo suspenso: dramaturgia do não acontecimento nas fotografias contemplativas da pandemia. INTERIN, 25(2).



RENASCER: NÃO COMO A FÊNIX, MAS COMO MULHERES QUE HABITAM ESTE MUNDO

Ramoni Graff⁹³

Eis que, após mais de um ano com o estágio de formação interrompido em função da pandemia, eu me encontro sentada em frente a uma tela e com uma janela de reunião aberta aguardando as integrantes do grupo terapêutico Renascer entrarem na sala. Acho que nunca estive tão nervosa aguardando um atendimento começar. Para mim, que há apenas um semestre estava estagiando de forma presencial, com os elementos da linguagem presencial, e que agora, sem mesmo dominar o atendimento "normal" me lanço a clinicar neste "novo normal". Me pergunto que geração peculiar de profissionais está por vir, nós que estamos passando 2 anos ou até mais da nossa formação em meio a pandemia. Pensar que isso representa quase metade da nossa formação.

Desde o início deste estágio que é vinculado à uma UBS, fui essa estagiária que não se restringe apenas a clínica, ao atender entre quatro paredes. Para mim, a prática da Psicologia no SUS não deve seguir os padrões de uma Psicologia para as classes médias, pois sabe-se bem, que este não constitui a maioria do público e das demandas que chegam as portas do serviço. Assim, antes da pandemia eu me lançava a conhecer o território, a comunidade, realizar intervenções em sala de espera, facilitar a comunicação entre usuárias/os e profissionais,

93 Estudante de Psicologia, Universidade Federal de Pelotas (UFPEL). E-mail: ramoni.graff@gmail.com.

fazer atendimento domiciliar, buscar recursos na comunidade, centros comunitários, escolas, CRAS, buscar por projetos municipais de promoção de atividades físicas, oficinas de promoção de renda, conhecer a cultura e o estilo de vida local, me empoderar das potências do território e trazer recursos para o cuidado em saúde mental. Eis que uma vez vem um estudante de medicina e pergunta "Tá, mas tu quase não fazes terapia de verdade, né?" "Isso tudo é terapia, de verdade".

Diante disso, eu me coloco a pensar como adaptar tudo isso que a Psicologia representa e transmitir através de uma tela. Como dar o meu melhor com o distanciamento físico das pessoas e do território? Como fazer um acolhimento caloroso? Como promover as trocas através de uma tela fria, de luz azulada que cansa nossos olhos? Como atravessar as mãos na tela e tocar o outro que habita o outro lado?

E lá me encontro pensando em como fazer renascer este grupo de mulheres que já se reinventaram e já renasceram algumas vezes antes mesmo da pandemia. Aí me pergunto: o que eu tenho a ajudar estas mulheres tão fortes, de tanta luta? Mas, este grupo não é sobre mim, e nunca foi. Quando elas começaram a me situar, e contar como andam esses tempos estranhos, eu percebo que este ano que passou, elas continuaram tendo contato virtual e cuidaram umas das outras da melhor forma que puderam. Percebo, que não sou eu que tenho que fazer

renascer esse grupo, pois ele nunca deixou de ser.

*Mas é preciso ter força
É preciso ter raça
É preciso ter gana sempre
Quem traz no corpo a marca
Maria, Maria
Mistura a dor e a alegria
Mas é preciso ter manha
É preciso ter graça
É preciso ter sonho sempre
Quem traz na pele essa marca
Possui a estranha mania
De ter fé na vida⁹⁴*

Mas vamos dar uns passos para trás, pois engana-se quem pensa que meu trabalho começa ali, com o início do grupo descrito no início desta carta. Retomar os contatos das mulheres a partir do smartphone foi uma tarefa mais difícil do que eu esperava. Tive algumas complicações para entrar em contato, pois algumas não atendiam o telefone e, para outras, a ligação dizia que o número não existia. E com uma e outra usuária que consegui estabelecer contato, fui adquirindo o contato das outras. Aí começa um processo de escuta, afinal, já fazia um ano de interrupção do grupo desde que a pandemia começou. Muitas delas estavam ansiosas para compartilhar experiências vividas ao longo deste período. Acolhi, e explicitiei a importância dessas falas serem compartilhadas no grupo, e investigar as condições que elas possuíam em fazer parte do grupo on-line.

Já se coloca um desafio: precisava prover estratégias para que cada uma obtivesse um espaço

94 Elis Regina (1992). Maria Maria. Álbum: Elis Por Ela. São Paulo: Philips Records.

que garantisse o sigilo. E as ideias foram das mais variadas: desde colocar um rádio do lado de fora da porta do cômodo onde fariam o encontro para que o ruído do rádio fosse mais alto do que a conversa partilhada on-line, estabelecer horários em que outros familiares estivessem fora de casa, até fazer o atendimento dentro do carro, na garagem.

Mas o maior desafio era fazer com que estas mulheres cuja faixa etária se situava entre 35 e 67 anos, algumas com noções limitadas do uso da tecnologia, a baixar e utilizar um aplicativo no celular para realizar os encontros. Com isso, considero que o atendimento do grupo já envolvia a pedagogia das práticas on-line, recursos audiovisuais, tutoriais com imagens, vídeos explicativos, ligações que duravam horas, acompanhando o passo a passo. Por fim, chegamos aos primeiros encontros com várias delas sem conseguir entrar na sala, por não acharem o aplicativo na tela inicial, por não acharem o botão "iniciar reunião" dentro do aplicativo e as mais distintas dificuldades.

Era um trabalho realmente minucioso, que demandou tempo de aprendizagem, e que após meses de adaptação obtiveram mais autonomia no uso da tecnologia. Isso trouxe também maior qualidade de vida e aproximação das formas de comunicação delas com a família e o mundo externo. Entretanto, enfrentar essa dificuldade fez com que sentimentos como autodepreciação, inaptidão e baixa capacidade, se expressarem no grupo

e precisaram ser ressignificadas. Ressaltou-se coletivamente os saberes que elas possuíam, enaltecendo aqueles conhecimentos culturais, de vida e transgeracionais: saberes ricos e raros, que não se encontram nos livros e que não podem morrer no unitário.

Se antes da pandemia eu explorava o território, buscava recursos, agora, aquelas mulheres eram o meu território de recursos. Cada qual com as suas experiências de vida, auxiliavam as outras a passarem por situações das quais já vivenciaram. Cada uma compartilhava os seus recursos, e como Adalberto Barreto⁹⁵ muito já falou, "todo mundo tem o que aprender, e o que ensinar".

*Viver
E não ter a vergonha
De ser feliz
Cantar e cantar e cantar
A beleza de ser
Um eterno aprendiz
Ah meu Deus!
Eu sei, eu sei
Que a vida devia ser
Bem melhor e será
Mas isso não impede
Que eu repita
É bonita, é bonita
E é bonita⁹⁶*

A Terapia Comunitária Integrativa (TCI) é um modelo de terapia que abre caminhos para o fortalecimento comunitário, visa unir os conhecimentos populares e científicos, promover

95 Adalberto Barreto é brasileiro nordestino, psiquiatra e antropólogo. Fundador da Terapia Comunitária Integrativa. Atualmente a TCI é uma Política Pública de Saúde, usada principalmente na Atenção Básica. Sendo utilizada em diversos países, em toda América Latina, França, Itália, Suíça entre outros.

96 Gonzaguinha (1982). O Que É O Que É? Álbum: Caminhos do Coração. São Paulo: Gravadora EMI-Odeon.

a cidadania e relações horizontais, e fazer os saberes circularem e gerar um caminho de cura coletivo. Promove a culturalidade e dá abertura para músicas, cantigas, metáforas, alegorias, histórias, poemas e outros recursos. Nos pressupostos da TCI encontrei meios para fortalecer aquele grupo, não só das capacidades individuais e na autoestima, mas nas relações.

A escuta terapêutica em atendimento remoto passa por novos objetos de escuta, principalmente por se tratar de um grupo onde todas querem se sentir seguras, encontrar um espaço de confiança para compartilhar suas aflições, suas tristezas, suas conquistas. O barulho ao fundo de uma TV ligando, uma porta sendo fechada ou ruídos no ambiente, sempre trazem alguma tensão para o grupo e o medo de que alguém seja escutado. Nestes momentos, o silêncio se coloca, e é espantoso como os silêncios são ansiogênicos na frente da tela.

A escuta, que as vezes é permeada por ruídos da tecnologia ou gaguejada com voz robótica seguidas de um "eu acho que a internet tá ruim", por muitas vezes, se conectam justamente os momentos mais tristes, trazendo um certo infortúnio. É como se, além da distância física, a tecnologia agisse para distanciar essas falas. Como pedir para alguém repetir uma fala que foi feita a muito

tor vita
Nunc

custo, com sofrimento, com choro, mas que não foi compreendida por completo, pelos ruídos, interrupções?

E ficamos acometidos por aquele sentimento, de querer estarmos mais próximas. Como eu queria poder ver as integrantes do grupo terapêutico, ver os pezinhos ansiosos batendo no chão, sentir o calor das faces com lágrimas e as faces sorridentes. Reconhecer aquela expressão de quem está pronta pra expurgar um monte de falas que têm sido engolidas e que procuram um lugar para serem lançadas sem serem julgadas.

É uma ilusão achar que não estávamos sendo ouvidas por outros, pois nós estávamos. Com o grupo acontecendo de forma remota, obtivemos outros agentes terapêuticos ao longo dos encontros que, frequentemente, se tornavam protagonistas pelos rituais de encerramento. Eles invadiram as câmeras com seus bigodes longos, focinhos e patinhas: os pets. E não era incomum, eles serem colocados como fatores essenciais para romper com os sentimentos de solidão e isolamento, sendo considerados importantes agentes do bem-estar.

A solidão e o isolamento são uma das demandas mais presentes neste período e aquele encontro semanal não media afetos, não economizava nas trocas. Se ninguém caiu com as rasteiras da vida é porque estávamos apoiadas, segurando umas nas outras.



TECENDO REDES E CONEXÃO: GRUPO VIRTUAL DE APOIO À ENLUTADOS POR VÍTIMAS DE COVID-19

Thaís Caroline Guedes Lucini⁹⁷

Aos participantes do grupo de apoio à enlutados por vítimas de Covid-19,

Todas as vezes que li e estudei sobre luto e sobre grupos, em busca de solidificar uma base teórica, que fosse minimamente sensível e humanizada para trabalhar com enlutado, nunca, nem na minha melhor imaginação, cheguei perto da intensidade e emoção que é coordenar um grupo de apoio, quem dirá durante uma pandemia que matou milhares de pessoas em todo o mundo. Uma pandemia que destruiu verdades e rotinas, sem falar das vidas e famílias. E diante de tudo isso, havia uma demanda crescente: pessoas enlutadas por familiares vítimas da Covid-19. Enquanto estagiária de Psicologia Hospitalar, tenho vivenciado a dor e o sofrimento de famílias diariamente, mas reunir esse sofrimento em um grupo, como forma de tecer uma rede de apoio, foi um desafio que no começo pareceu assustador. O que me motivou foi a ideia de poder acolher cada um de vocês, de mostrar que o grupo poderia se tornar um espaço seguro e de aconchego em meio a essa dor. A pandemia tem imposto medidas de isolamento social e de contato, inclusive nos rituais fúnebres, o que tem contribuído para tornar esse momento da despedida ainda mais difícil. Buscar o seu familiar, dentro de um saco preto, sem podê-lo ver pela última vez os

97 Graduada em Psicologia Universidade Feevale. E-mail: thaiscaroline1232@gmail.com.

impactou de forma significativa. A morte é certa, mas também deveria ser digna, é o que disseram. Segundo Bromberg (2000), os rituais fúnebres são essenciais nos momentos de elaboração da perda e precisam ficar registrados, ajudando a simbolizar essa mudança, elaborar as perdas associadas, facilitar a comunicação social e dar sentido à nova realidade. Proporcionar um ritual de despedida é uma forma de relembrar o quanto especial e querido este familiar era pelas outras pessoas. As cerimônias auxiliam a honrar o legado de quem se foi e a elaborar o luto de quem fica. A proposta de realizar o grupo surgiu em função da grande demanda e da possibilidade de fazer deste setting um espaço de trocas, de construção, aprendizado e principalmente acolhimento coletivo. Optei, junto de minha colega, pela modalidade de grupo operativo, que segundo Pichon-Rivière (1998) assemelha-se ao funcionamento do grupo familiar. Zimerman (2000, p. 157) também caracteriza como um: "conjunto de pessoas reunidas por constantes de tempo e espaço, articuladas por sua mútua representação interna, que se propõe, implícita ou explicitamente, uma tarefa que constitui sua finalidade". Um dos objetivos da técnica dos grupos operativos, como sinaliza Pichon-Rivière (1998) é o de auxiliar na minimização dos medos básicos e o de favorecer o rompimento dos estereótipos que funcionam como barreira à mudança. A proposta do grupo virtual de apoio abriu as portas dessa oportunidade para pessoas de diferentes estados do Brasil. Tivemos um grande número de inscritos,

mas poucos participantes, principalmente os que se mantiveram ao longo dos 10 encontros. Percebo que hoje esse número é o que menos importa. Hoje o que me importa, percebendo tamanha dor e sofrimento, é poder proporcionar um espaço em que vocês pudessem se sentir seguros e acolhidos, que percebessem o grupo como um espaço de vocês e para vocês. Ao longo dos encontros, senti que mesmo a milhares de quilômetros de distância, estávamos próximos, como se logo atrás da tela, tivesse cada um dos participantes. Queria poder oferecer um lenço em cada lágrima que vi escorrer, mas não pude, então fiz o que estava ao meu alcance. Escutei atenciosamente a cada palavra de dor, olhei nos olhos e percebi todas as lágrimas que escorriam e me fiz presente, eu estive ali, atenta ao sofrimento de cada um. Acolhi e falei todas as palavras sensíveis e acolhedoras que eu poderia falar naquele momento. Parecia pouco perante a imensa dor, mas eu sabia que não era, porque alguns deles não tinham qualquer pessoa que fizesse esse pouco e, então, eu estava ali, pronta para fazer sempre que fosse necessário. A cada encontro fomos tecendo essa rede de apoio e no final, até alguns sorrisos e agradecimentos surgiram. Em algumas semanas, os participantes se conectavam e trocavam e eu ficava de espectadora, percebendo a beleza da evolução, que poderia ser pequena, mas era muito valiosa! A conexão, às vezes, tentou atrapalhar, mas não foi maior do que a nossa vontade de estar presente, então se o notebook não dava, o celular o substituí, e no improviso, ali estávamos. Estamos sujeitos à

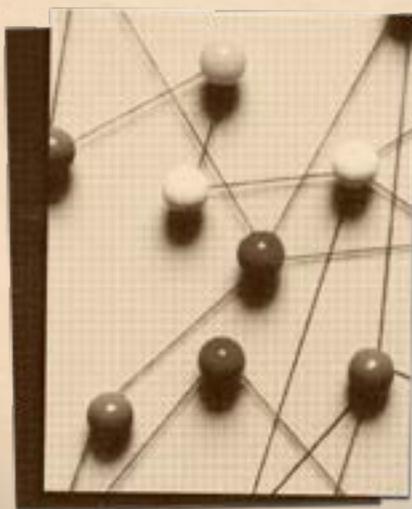
instabilidade tecnológica e tudo bem! Vivemos em uma era digital em que a compreensão e paciência também são componentes que nos auxiliam a tecer essa conexão e aproximação virtual. A distância pode existir fisicamente, mas afetivamente, ela dá um jeito de se fazer presente. Que a instabilidade nos permita crescer e nos auxilie nessa rede, que só cresce e fortalece!

REFERÊNCIAS

Bromberg, M. H. P. (2000). A psicoterapia em situações de perdas e luto. Editora Livro Pleno.

Pichon-Riviére, E. (1998). O processo grupal. 6^oed. Rev. São Paulo.

Zimmermand, D. E. (2000). Fundamentos Básicos das Grupoterapias. Porto Alegre: Artmed.



ATENDIMENTOS PSICOLÓGICOS ON-LINE DURANTE O ESTÁGIO FINAL DA GRADUAÇÃO, EM MEIO À PANDEMIA

Walério Flores da Silva⁹⁸

Olá, minhas amigas, amigos e colegas do Conselho Regional de Psicologia do Rio Grande do Sul - CRPRS, estou muito feliz em poder compartilhar com vocês um pouquinho de minha trajetória acadêmica, mais especificamente os atendimentos em clínica, por ocasião da conclusão do curso em 2020. Como vocês bem sabem, junto com o ano letivo, também veio a Covid-19, e com ela muitas mudanças. Essas mudanças exigiram de todos nós, uma imensa capacidade de adaptação, coragem e resiliência. A começar pela própria instituição de ensino, a qual teve de se ajustar, não só nas questões pedagógicas, técnicas, sanitárias, como também jurídicas e éticas. Eu lembro que me senti numa encruzilhada, onde tive que decidir rápido, entre ficar em casa ou enfrentar o novo. Pois tinha pela frente dois enormes desafios; encarar o medo do vírus e o risco do contágio, como também empreender um novo método de atendimento, o teleatendimento ou atendimento on-line. Três objetivos me nortearam: primeiro foi o desejo de concluir a graduação; segundo o de ajudar pessoas, e eu sabia que cada vez mais elas necessitariam de atendimentos, e terceiro; desenvolver e aprender uma nova forma de fazer psicoterapia, utilizando os meios da Tecnologia

da Informação - TI. Confesso que o mesmo frio na barriga, que havia sentido há um ano antes, durante os primeiros atendimentos presenciais em clínica, senti novamente no primeiro atendimento on-line. Um misto de preocupação e entusiasmo. Mas principalmente, me senti muito feliz e realizado em poder fazer parte de uma equipe muito competente e comprometida, seguindo todos os protocolos de saúde exigidos para o momento à época. Esse trabalho na clínica-escola, além de ensinar a prática ao formando, também colabora com a prestação de serviço em saúde à comunidade local de Santa Maria, de forma acessível e com olhar humano às demandas sociais e educacionais, dando oportunidades para pacientes em vulnerabilidades sociais.

Dentre os pacientes que atendi, vou relatar apenas dois. Uma jovem de 21 anos e um adolescente de 16, os quais me mostraram as duas faces do atendimento on-line. A primeira, já havia a um ano terapia presencial na clínica-escola com outra colega minha. E o segundo, havia feito terapia presencial comigo, também na clínica-escola. A jovem mulher de 22 anos, estudante universitária, trouxe inicialmente com muita emoção e ansiedade, suas questões parentais e de relacionamentos amorosos e sociais. Com demandas no sentido de querer entender essas questões atuais e que se repetiam. Problemas

que trazia da infância, conflitos atuais com colegas de apartamento e com familiares. Ela foi uma paciente consciente de suas questões, conseguindo elaborar e ressignificar de forma positiva e construtiva, as interpretações e intervenções do então estagiário que vos escreve, hoje psicólogo. Isso tudo, levaram-na a reflexões que a deixaram mais tranquila acerca das próprias vivências experienciadas. Em síntese, a paciente conseguiu se vincular e estabelecer uma aliança terapêutica muito boa comigo, ainda que em meio à pandemia, decidiu tomar rumos na sua vida, que segundo ela jamais tomaria se não fosse a terapia. Então, colegas do CRPRS, a psicoterapia on-line foi muito importante para ela, num momento delicado de sua vida, devido às perdas e ao próprio isolamento.

Quanto ao adolescente, que já vinha em atendimento presencial comigo desde 2019, com um vínculo muito bem estabelecido, as coisas não ocorreram da mesma forma. Provavelmente devido a sua própria estrutura egóica, mais rígido, superego extremo, e com alto grau de cobranças e exigências, talvez, tudo isso tenha dificultado a sua adesão à terapia on-line. Segundo ele, disse-me que não gostou da terapia porque tinha a impressão de que eu não prestava tanto a atenção nele, quanto durante os atendimentos presenciais anteriores. Contudo, os atendimentos se mantiveram e ele desenvolvia muito bem as sessões, porém, sem a mesma adesão e dedicação do ano anterior, a qual ele foi incrivelmente assíduo. Os desafios éticos, técnicos e teóricos foram muito grandes, tanto do meu lado como

terapeuta, como do lado do próprio paciente. A segurança da informação em TI, obviamente depende também de outros profissionais da área para que ocorra, diferentemente dos atendimentos presenciais, onde basicamente dependemos somente de nós mesmos. Situações em que o paciente relatou não se sentir seguro em falar determinados assuntos, porque temia ser ouvido por outros dentro das suas casas. Assim como outros assuntos que eles mesmos diziam que iriam falar somente quando retornasse ao atendimento presencial. Tudo isso revela um pouco da diferença entre os dois modos de atendimentos (presencial e on-line), no entanto, também confirma que tanto um quanto o outro, são de extrema importância e com resultados altamente positivos, principalmente na nossa atual situação.

Quanto às questões técnicas e teóricas, não encontrei tanta dificuldade, porque já tinha uma experiência em clínica pelo viés da Psicanálise, e também no manuseio dos meios de TI. Assim como às supervisões e os debates acerca do tema que ajudaram muito. Caros colegas do CRPRS, concluo essa carta dizendo que na terapia, o principal é o CONTATO COM O OUTRO, ainda que por uma tela, ela proporciona o que há de mais sagrado num atendimento psicológico, a ESCUTA. E isso, por si só, já é algo que deve ser levado muito em consideração. Não tenho dúvidas, de que o novo normal, irá exigir cada vez mais de nós profissionais da

área de saúde mental. As consequências desse um ano e meio de distanciamento e isolamento social já estão aí e aumentarão cada vez mais. Me despeço, desejando a todos(as) vocês do CRPRS votos de estima e consideração, torcendo para que tudo isso acabe logo, que em breve vocês estejam vacinados e protegidos, assim como eu. Um abraço e tudo de bom, cuidem-se.

Santa Maria - RS, 22 de junho de 2021.

Atenciosamente, Walério Flores da Silva.



Alquam viverra orn
um di
istiq
e. Cur
disi he
grevi
t vari

erna
dig
tiqu
ura
av
ar

**CAPÍTULO 5 - FRONTEIRAS
ENTRE O DOMÉSTICO E O
PROFISSIONAL**

A ESCUTA CLÍNICA RESSIGNIFICADA PELO PAN-TEMPO

Caren Schultes Borges⁹⁹

Caros colegas,

A escuta clínica precisou ser reinventada, embora já existisse na modalidade on-line. Em 2018, no Congresso Brasileiro de Inovação em Avaliação Psicológica, Neurociências e Interdisciplinaridades - Startpsi, ocorrido em Porto Alegre, no Rio Grande do Sul, os debates entre profissionais das diversas áreas da Psicologia permeavam as possibilidades e impossibilidades da avaliação psicológica on-line e a eficácia do atendimento psicológico on-line. Na prática, alguns aplicativos e plataformas já estavam sendo testados e lançados e fiquei muito interessada. Resolvi, então, me cadastrar no e-Psi para estar amparada pelo Conselho Federal de Psicologia - CFP. Naquela época, os atendimentos psicológicos via tecnologias da informação e comunicação (TICs), eram o recurso excelente para as demandas do consultório particular para pacientes em viagem ou com alguma impossibilidade de deslocamento contemporâneo ou por agenda rígida, ou ainda, por estarem em recuperação de procedimentos médicos. Jamais imaginei que a habilitação serviria para o atendimento a

99 Psicóloga, CRP 07/11501. Psicoterapeuta Familiar Sistêmica. Especialista em Avaliação Psicológica. Mestre em Desenvolvimento Regional. Membro da Sociedade de Psicologia do Rio Grande do Sul - SPRS. E-mail: carensborges.csb14@gmail.com.

on-line para a aparelhagem do novo espaço profissional. A rotina da família inteira foi modificada. A ética pelo sigilo precisava ser muito bem respeitada. Me realoquei no quarto com vista. Meu esposo compreendeu melhor, mas minha filha pré-adolescente custou a entender que a mãe estava em casa full time, mas não estava totalmente disponível. O lar, lugar de descanso e refúgio, tornou-se também lócus de produtividades. As janelas envidraçadas viraram telas, víamos o mundo por ali. Reaprendemos a assistir as fases da lua e sonhar com a vida em Marte. Além das agendas conciliadas com intervalos diferentes e a campanha das tele-entregas, a nova rotina foi se transformando em hábito. Um hábito exigente de atualizações, pois inúmeras vezes, precisamos melhorar o pacote de dados da internet. E, no meu caso, foi preciso muitos cursos de atualizações profissionais, em especial, para casais e famílias. Além de lidar com as falhas tecnológicas e driblar os ruídos da casa. Seguidamente recebia a visita da mascote felina e latidos que imprimiam o ambiente doméstico.

Nas reuniões da instituição a qual colaboro, uma clínica de Psicologia e Psicopedagogia, debatemos muito os protocolos de biossegurança para o retorno da modalidade presencial, fizemos lives com convidados da área da Biologia. E adotamos, quando lançado em agosto de 2020, o Protocolo de Biossegurança para trabalho presencial das/os psicólogas/os em processos clínicos e psicossociais no âmbito público e privado durante a pandemia da Covid-19, elaborado pelo CRPRS. Mas a maior dificuldade

de adaptação do consultório on-line era a clínica com crianças. Soube de profissionais que se colocaram em risco para atender presencialmente as crianças com necessidades especiais, a exemplo de autistas. Discutíamos também as diferenças de honorários. O on-line não poderia ser mais acessível, ainda mais com toda a capacitação profissional investida. E, se o hibridismo nas modalidades de atendimento seria saudável aos pacientes e para nós enquanto profissionais da saúde mental. Fato que modificamos a prática de ofertar cursos e palestras, todos passaram para a modalidade on-line. Precisei de muito tempo e disposição para essas novas realidades profissionais. Inclusive meu próprio processo psicoterápico de Psicanálise em grupo passou a ser on-line, com leitura orientada. Estudar o masoquismo no feminino em plena pandemia foi desafiador, mas dali emergiu o prazer pela escrita. Quando vi, estava publicando poesias e meus pacientes indo morar na praia ou no campo. Esse tempo todo foi um misto de alegrias e frustrações. A primeira publicação como escritora foi na versão digital. A cerimônia de posse na Associação de Escritoras do Brasil - AJEBRS foi on-line pelo Zoom. A alegria pelo convite e a honra em pertencer, o recebimento da medalha pelos correios e cerimônia sem conhecer "verdadeiramente" ninguém, jamais vou esquecer. Uma visão de "pessoas-busto", como nas obras de arte. Apenas uma metade, mas

as falas pareciam inteiras. Esta mesma sensação de alegrias com frustrações percebi nos pacientes. Em especial, um sofrimento imensurável, pelos adolescentes secundaristas: o namoro virtual e a formatura on-line. O choro pelas telas, sem o lenço para ofertar, foi difícil de metabolizar. As marcas desse "Pan-tempo" não serão efêmeras.

A ótica da Psicologia Positiva e os estudos de Viktor Frankl, assim como estudos sobre a resiliência psíquica foram, todos, de suma importância para a ressignificação da escuta clínica. A meu ver, a qualidade do vínculo segue premente ao olhar do terapeuta. O interesse genuíno ao momento do outro é percebido, mesmo pelas telas. Estar "presente", sem distrações e intervindo qualitativamente em diálogos coerentes com as realidades (internas e externas), somado ao domínio de teorias e técnicas é um caminho possível para a eficácia da terapia on-line. A gravidade de alguns casos, obviamente, pediram outros recursos e intervenções. Não vivenciei na prática clínica situações extremas de risco de suicídio ou outros riscos graves de adoecimento psíquico. Embora o medo ganhasse sombras fantasmagóricas. Mas acompanhei famílias demasiadamente estressadas pela condição imposta de adaptação radical ao isolamento social e as perdas subjacentes. Percebi com a demanda atendida em consultório privado que a capacidade de insight não foi prejudicada pela modalidade on-line. A percepção tem sido maior ao sofrimento psíquico com origens pela exposição prolongada ao estresse e à desesperança. Alguns sintomas se tornaram comuns na maioria dos pacientes, como desânimo, insônia e apatia social. E os maiores pilares de risco de adoecimento psíquico são justamente: estresse,

ansiedade e depressão. As vacinas trouxeram alívio e ganharam o significado de esperança. As incertezas quanto ao futuro vêm sendo ressignificadas e trilham novos horizontes de superar a crise sanitária, embora a vacina não tenha chegado a tempo para muitos. O luto e a ressocialização tem sido o maior desafio.

As videochamadas via Skype (plataforma digital escolhida pela maior segurança e privacidade das conversas) são sempre feitas por mim, como se eu chamasse à porta do consultório virtual. Aprendi em curso on-line de atualização profissional, pela SPRS e pela Projecto Psi, alguns cuidados necessários aos atendimentos remotos e montei um protocolo de orientação para as sessões on-line. Esse protocolo foi fundamental para a adesão dos pacientes antigos e novos.

Com a intenção de compartilhar minhas aprendizagens nesse período atípico que vivenciamos da realidade brasileira e global, acredito que qualquer contribuição à melhoria de nossa prática possa trazer legitimidades à categoria. Nesse intuito, de juntos tecermos a qualidade de nossos serviços em Psicologia clínica, explico meu jeito de iniciar os atendimentos na modalidade on-line. Logo após o contato telefônico e agendamento da primeira sessão on-line, envio por mensagem de WhatsApp o seguinte texto: Orientações para a sessão de terapia on-line. Escolha um local arejado e iluminado, uma poltrona confortável.

tor vita
Nunc

Avise que estará em reunião e peça para não ser interrompido. Ajuste o celular ou tablet para o modo "não perturbe". Acesse uma boa rede de Wi-fi. Tenha um copo d'água às mãos. Vá ao WC antes de iniciar a sessão. Esteja com as mãos livres, utilize um suporte para seu aparelho. Dê preferência para o uso de fones com microfone. Aguarde a videochamada, eu faço a chamada. O tempo de duração da sessão dura em torno de 45 minutos. A reunião será feita via Skype. Não é necessário uma conta. Eu envio o link de convite. Esteja disponível no horário combinado. Até breve.

A partir dessa partilha me coloco à disposição de outras trocas possíveis sobre o exercício da Psicologia via TICs. E proponho uma provocação: será que a escuta clínica ressignificada pelo "Pan-tempo" remodelou a visão estéril sobre a impossibilidade de substituição da modalidade presencial para a on-line? A opção de seguir somente com atendimentos on-line após o fim da pandemia se torna uma opção viável? Vale refletirmos.

E, para finalizar... Poesia!

Pan-tempo¹⁰⁰

Pan-tempo

Co-tempo

Com tempo

Não passa o tempo

Com pranto

100 Poesia publicada na coletânea Palavras 2020 pela AJEBR lançada na 66^o Feira do Livro de Porto Alegre On-line.

Sem pranto
Isolamento
Isola-tempos
Isola dentro
Isola mente

Com respeito
Sem respeito
Distanciamento
Somos tantos
Desalentos
Perdemos tempo

Pan-tempo
Não passa o tempo
São novos tempos



FAZER DOS OUIDIDOS A BOCA OU PARA MINHA AVÓ CELINA

Clara Faes Schönardie¹⁰¹

Porto Alegre, 24 de junho de 2021, 17h45min.

Me vi num intervalo entre um paciente e outro sentada no banco mais alto da casa que eu trouxe pra perto da janela do meu "novo consultório" - que já nem é tão novo assim, afinal de contas, eu já moro nele há alguns anos. Foi uma tentativa de me aproximar da rua. Há um ano em meio em home office é até estranho pensar em quanta coisa eu fazia fora de casa. Olhei para a avenida mais próxima, movimentada, carros buzinando, a árvore que foi cortada há alguns anos e só restou o tronco, as pessoas, as máscaras, a vida acontecendo. De fundo, tocava a música que não sai da minha cabeça há alguns dias, Rotação da Céu.

Um dos trechos diz assim: "Farei dos ouvidos a boca".

Do ouvir o falar... Pensei nas palavras, essas sempre tão caras a nossa profissão. Caras, pois custosas, importantes, necessárias. Hoje essas mesmas palavras parecem faltar um tanto.

São mais de duas mil mortes a cada dia (e isso já parece normal).

Acho que a gente precisa fazer dos ouvidos a boca, no sentido de construir escuta que seja pautada na ação. Ouvir e promover a escuta de

101 Psicóloga, CRP: 07/28088. Mestranda do Programa de Pós-graduação em Psicologia e Saúde da UFCSPA. Cursando formação em Psicoterapia de Orientação Psicanalítica. E-mail: clarafaes@hotmail.com.

verdade, escuta que traz estranhamento e construção para o que estamos vivendo.

Aqui vai um ensaio ou uma tentativa de fazer dos meus ouvidos, boca e ação:

Para minha vó, Celina, que faleceu em meio a pandemia do novo coronavírus.

Vó, hoje fazem 11 dias que tu partiste. Hoje, também, eu li um edital do Conselho de Psicologia para publicação de cartas sobre o viver em pandemia para as/os psicólogas/os. Achei tão linda a iniciativa de colocar em palavras, em cartas, os sentimentos do que a gente viveu nesse tempo. Pensei que precisava escrever algo, e ao mesmo tempo, me questionei, o que eu tenho pra dizer? Sabe que parecia que eu não tinha nada?

Só que aí eu lembrei de ti, vó.

Lembrei de ti me falando e questionando minha escolha pela Psicologia e tua frase clássica: "mas tem certeza de que tu quer essa profissão? Tanta coisa ruim no mundo, imagina ouvir isso...".

Eu acho que a Psicologia está na minha vida por vários motivos, acho que um deles é tua vida, vó. Quantas vezes tu me contaste de momentos em que tu não foste ouvida? Muitas. Hoje eu fiquei pensando que tu me falavas justamente do quanto a escuta é importante. Que a gente só consegue ouvir o outro de verdade se tem alguém que nos escute também. Pensei em como isso constrói marcas, algumas que nos acompanham a vida toda.

Têm muitas coisas ruins no mundo sim, vó, e eu acho que posso dizer que ouço uma boa quantidade delas. Mas tem muita coisa boa também.

E como é lindo quando a gente pode ouvir e compartilhar essas histórias. Fazer dos ouvidos, ação. Fazer com que a partir da escuta qualificada histórias possam ser contadas, palavras sejam ditas.

No início de 2020 com a pandemia veio o atendimento on-line. E comele, o meu estranhamento, como fazer isso? Parecia que não combinava. Lembrei de uma amiga que disse que a gente até podia achar que estava distante, mas que talvez esse fosse um dos momentos em que a gente estava mais perto. Afinal, com fones, os/as pacientes tão dentro do nosso ouvido, da nossa casa e a gente está dentro da casa e dos ouvidos deles/as também.

E quantas casas e ouvidos se alargaram nesse tempo!

Esses dias pensava em qual seria o objeto que cada pessoa da minha família ia deixar pra trás, pra quem sabe um dia nossos tataranetos guardarem. Não tenho um objeto do meu avô, apesar de muitos deles estarem aqui no mundo. Mas tenho uma parte dele em mim. Assim como eu tenho uma parte tua, vó, e é nítido que no teu caso eu também tenho um objeto teu, o anel na minha mão que lembra o C que a gente compartilha. Acho que na pandemia muita coisa mudou pra muita gente. Coisas boas, ruins e médias. Tu se foi e pra nossa família muita coisa talvez mude aí.

Esse sábado eu juntei fotos dos nossos ancestrais, fotos tuas que eu nunca tinha visto,

tor vita
Nunc

juntei histórias da nossa família e prometi fazer um álbum. Pensei em quantas famílias não têm esse privilégio e no quanto no fazer os ouvidos a boca, a gente pode ajudar as pessoas a construírem seus álbuns reais ou metafóricos, um trabalho quase artesanal, de recortar, colar, escrever, restaurar.

Os/as "tataranetos/as" da Psicologia de hoje vão levar o atendimento on-line com eles/as, acho que essa é uma herança já. A Psicologia pra mim é isso, se reinventar, aprender com o novo. E, na pandemia ou não, ela nunca vai deixar de ser lugar da palavra.

A palavra, aquela que muitas vezes não é ouvida. Que na tua vida muitas vezes não foi ouvida. Que no Brasil hoje as palavras de mais de 500 mil pessoas não são ouvidas mais. E talvez nunca tenham sido.

Mas, pra te responder vó, mais uma vez, sim, eu quero essa profissão. Porque eu acredito no humano, na Psicologia e no coletivo, hoje mais do que nunca. Porque eu vivo isso na minha vida.

Quando tu faleceste, eu escrevi que eu ia torcer pra que o "C" que a gente compartilha fosse um céu bem bonito pra ti. Eu continuo torcendo por isso, mas acho que eu quero um dia de céu bem bonito pra todas as pessoas. Acho que depois de tanto, a gente tá precisando.

Vó, eu vou guardar essa carta, não no fundo da gaveta, mas no fundo do meu sentir. E vou endereçar ela pra me lembrar do ouvir, dos ouvidos, da escolha Psi, das escutas que podem fazer surgir palavras, memórias. Por mim, por nós, por todas as vidas e palavras a serem ditas.

A MAMÃE ESTÁ EM HOME OFFICE

Marlei Carla Martini Melani¹⁰²

Seguir com o trabalho clínico durante a pandemia trouxe uma difícil aproximação entre os espaços público e privado. Minha clínica "online" se instalou na minha casa, que até então, para meus pacientes, era o consultório presencial. Um novo exercício para ambos, eu transformando minha casa em home office, espaço físico que até então, na maior parte do tempo, era apenas de convivência com a minha família. Uma psicóloga e mãe em pandemia. Uma revolução não só em mim, mas também e muito para você meu filho, que tinha apenas 4 anos para entender tudo que estava se apresentando. Escrevo imaginando que ao longo da sua vida o mundo estará em dias mais tranquilos e você, já sabendo ler, receberá um pouco mais através deste relato sobre a minha versão do que ainda estamos vivendo dentro desta pandemia.

Meu filho, a mamãe nunca tinha visitado a casa dos pacientes. Acredite, embora tão íntimos não se tratava desse tipo de convivência. Tempos nos quais os pacientes puderam ou foram obrigados a revelarem situações que até então, eram apenas imaginadas por mim através dos relatos, como por exemplo, seus quartos, carros, locais de trabalho, bichos de estimação que insistiam, em muitas vezes, até me assustar circulando pela tela e que também fui me acostumando com suas presenças e sentindo

102

Psicóloga, CRP: 07/08280. E-mail: carlamelani@gmail.com.

falta dos que também morreram durante essa trajetória.

Acada atendimento um exercício de garantia de privacidade, medos não tão frequentes manifestados pelos pacientes no consultório presencial, de que alguém nos escutasse ou mesmo que pudessem "invadir" nossas "lives". Sim, eu chamo de live, pois em português a expressão traduz esse momento ao vivo. Com vídeo e voz, em que a acolhida é possível, mesmo com a tela provocando uma certa separação, mas que não tira toda potência possível da escuta e intervenção necessária. Contabilizo dezenas de centenas de lives desde o início desse formato.

A tua mamãe está on-line com os pacientes e em home office. Faz poucos dias que você me disse: "o coronavírus devia pedir por favor para pegar as pessoas"; acho que eu também não te pedi licença para tanta intimidade do meu trabalho dentro da nossa casa, o que te autoriza, em alguns momentos, a bater na porta com saudades da mamãe ou mesmo, pedindo para ver meu paciente, que certamente, não fosse esse momento pandêmico, isso nunca teria passado pelos teus planos, mas agora sim. Em algum momento, o paciente comovido pelo pedido e também curioso, aceitou te ver. Nesses tempos sua comunicação comigo era resumida a você escolher passar um desenho recém feito por baixo da porta para contar alguma

novidade e me alegrar. Quando eu me passava nas horas combinadas contigo, agora que você já domina facilmente os números do relógio, tocava uma trilha sonora com a flauta no corredor para eu me atentar a você.

Nós não temos bichinho de estimação meu filho, mas você, em muitos momentos, teve essa vontade de "invadir" minhas lives e interagir também, já que a mamãe passou a trabalhar ainda mais, e principalmente, por estar tão pertinho dentro da nossa casa por tanto tempo, mas completamente indisponível para ti. Uma vivência completamente nova para nós. Tempos nos quais, talvez pelo teu próprio crescimento, pois já foram dois aniversários pandêmicos, vivestes as experiências tão intensas de entender o que é ter uma mamãe psicóloga. Meu trabalho se apresentou expressivo para ti, sendo que nos dias sem tua escola eu precisava da sua colaboração com minha privacidade, deixando, em muitos horários, de correr livremente pela casa. Momentos em que você pediu para eu dizer aos pacientes que eu não poderia atendê-los "porque iria ficar com meu filho" e eu pude te explicar que meu trabalho é muito importante para essas pessoas, já que o que elas tinham para contar naquele dia só poderia ser para mim, portanto, não aceitariam nem eu mandar outra psicóloga no meu lugar, pois o que precisavam dizer tinha sentido se fosse para mim que já conhece suas histórias.

Desse ponto em diante, assim que tua escola retornou presencialmente meu filho, você passou a se despedir para ir com o papai à escola e me desejar "bons pacientes mamãe, espero que eles tenham boas notícias". Certamente concluía que eu e meus pacientes precisávamos de boas notícias. O

olhar que me observava ao sair do home office, em muitos momentos, te garantia que as coisas não andavam bem. Nesse momento eu compreendi que você descobriu que eu trabalho para que todos tenhamos boas notícias. Lembro com emoção um dia que você tinha ido à escola e eu, ao chegar no computador, encontrei o seu "pote da calma", como chamamos aquele objeto que usamos nos momentos em que as coisas estão um pouco atrapalhadas na nossa convivência. Imaginei que você concluiu que uma mãe, um filho e uma psicóloga precisam de calma também, mas você nem imagina o quanto. Quem não teve a menor calma mesmo, nesse tempo todo, e precisava desse pote, com certeza era o coronavírus.

Por vários dias você me perguntou quantos pacientes meus estavam com o "corona", até um dia, que eu demorei demais para responder, pois já não sabia, assim, facilmente, e assim nos olhamos bem preocupados. Atualmente, um pingo de expectativa de atravessarmos essa pandemia é eu não saber contar rapidamente quantos pacientes já estão vacinados, assim como eu também estou, a sua professora e outros familiares que nos renovam energia por esse acontecimento em meio a tantas inseguranças ainda.

Lá pelos primeiros meses de pandemia avaliei que precisaria fazer alguns dias de intervalos, menores que férias, mas mais frequentes, o que poderia garantir minha

logística com a casa, família e ainda, tomar um fôlego para as demandas que aumentavam e mais densas se tornavam. Eu te explicava, são mini férias da mamãe e, assim, curtíamos na inversão das coisas, eu um pouco indisponível aos pacientes e em casa contigo como era antes da pandemia, a casa só para nós. Eu me atualizava das suas aulas on-line e dos novos amigos feitos na praça pandêmica, que precisavam conhecer tua mamãe também.

Em muitos dias, eu e meus pacientes ficávamos um pouco saudosos dos encontros presenciais, mas logo nos atentávamos que estávamos respirando livremente e sem máscara pela tela, até mesmo quando o paciente estava positivo para Covid. Estarmos sem a máscara era a maior manifestação de ganho no qual um sorriso poderia manifestar toda solidariedade e apaziguar, talvez um pouco, as angústias do momento. Isso me possibilitou acompanhar os pacientes mesmo hospitalizados gravemente pela Covid, bem como seus familiares, quando necessário, com todo apoio emocional almejado em situações de tanta fragilidade emocional. Densos e impactantes relatos vividos possibilitados somente com o recurso do apoio da tecnologia, pois mesmo um pulmão comprometido pela doença queria ter fôlego para falar da sua angústia e medo da morte, num leito de UTI.

Caro filho, vivo tempos em que se anunciam minhas bodas de prata na Psicologia, o que ainda tem pouco sentido para ti. Contando os estágios de faculdade, já passa desse número e faz tempo, e ainda estou estreando questões na clínica nas quais nenhum preparo antecipado foi anunciado,

pegando a todos e de um jeito que nos provocou a agir rapidamente diante das mudanças exigidas por todos os lados. A emoção bateu quando me dei conta de que nunca tinha ficado por tanto tempo afastada do consultório, nem na tua licença maternidade, que foram 6 meses. O dia que voltei ao consultório após algum tempo na minha segunda quarentena, essa agora obrigada por um vírus, foi para buscar as plantinhas que tinham ficado "hospedadas" com o afetuoso porteiro.

Quando começou a pandemia saí praticamente correndo do consultório com receio do vírus. Foi uma sensação de volto já. Meses se passaram, quando lá retornei e capturei as plantas, bateu uma saudade de trabalhar presencialmente, encontrar meus pacientes ali na "nossa casa", mas senti uma emoção maior ainda pela saudade da "segurança" que tínhamos e nem sabíamos, pois nossas questões eram outras e tudo agora parece que era suave.

Nunca estivemos, psicóloga/o e paciente, envolvidos durante tanto tempo com as mesmas questões, nunca tivemos uma temática coletiva assim com temores tão extremos, nunca fomos expostos às mesmas fragilidades, o que fala do outro, fala tudo em nós, de nós. Meu filho, acredite, o trabalho que eu faço e que você descobriu durante a pandemia eu nunca tinha feito assim. Não é só porque estou em home office, mas o sofrimento que se instaurou com o medo de adoecermos e da perda foi novo para todos nós. Os embates políticos, financeiros, sociais e de

tor vita
Nunc

mundo ficaram tão grandes que a subjetividade se encolheu, ficou do tamanho de um vírus, porém, com pouca potência. As implicações políticas atuais também te fizeram opinar em um determinado momento, por exemplo, "mamãe, o prefeito, o governador e o presidente deveriam conversar para resolver e parar de brigar por causa das bandeiras".

A minha suspeita é de que a potência exigida nesse formato virtual é muito maior. Quando algumas pessoas escutam que estou trabalhando em home office e verbalizam uma certa leveza por eu estar somente em casa, eu rapidamente lembro o quanto me custa, a cada dia, toda essa administração intensa do público e privado, inseridos no mesmo ambiente.

Nos dias difíceis meu filho, muitas vezes não sabia onde, em quem e, em que podia me segurar. Certamente no teu abraço e sorriso casuais, entre um paciente e outro, nas minhas idas à cozinha para buscar meu cafezinho e um pouco de afeto, eu sempre encontrava. Também naquele que aguardava minha chamada de vídeo e estava tão esperançoso para falar e ouvir, assim como era presencialmente e, também, numa frase que recebi de um paciente, logo no início da pandemia, que me alimentava a cada passo que poderia pensar em recuar: "Obrigado por seguir!". Isso me move ainda, junto com meus autocuidados físicos e psíquicos potencializados na pandemia, você me enche de entusiasmo vendo meu compromisso em cuidar de mim, de ti e de cada um dos meus pacientes, de forma intensa, artesanal e constante. Minha presença, mesmo

Allig
riau
erat

pela tela, segue empenhada e pulsante.

Os dias passam rápido aqui meu filho, nem percebo, embora em muitos deles eu nem saia de casa, eu transito por tantos mundos e paisagens que meus pacientes me oferecem, já que a minha não muda muito aqui, mas me canso muito. Ora a casa está grande para tantas coisas que precisamos fazer aqui e em tantas outras disputamos espaços e tempo de convívio.

Agradeço a oportunidade dessa escrita, momentos de revisitar a experiência vivida e infelizmente tomada de presença de que ainda estamos vivendo nesse formato porque a pandemia segue pulsante, neste exato momento em que escrevo, num intervalo de pacientes, ainda exclusivamente on-line, os números de mortes passam de 540 mil. Gostaria que pelo menos esse registro fosse do nosso passado, mas sigo em home office, com protocolos ativos. Uma pandemia em que todos perdemos, meu filho! Não sei se você descobriu o que é meu trabalho, mas talvez um pouco de como eu sou diante da dor dos outros e da minha própria, e juntos estamos descobrindo o que é ser Psicóloga e Mãe, em pandemia.

Com esperança, Mamãe.
Julho de 2021.



A PANDEMIA COMO UM DIVISOR DE ÁGUAS NA VIDA PROFISSIONAL

Rosane Massena de Azeredo¹⁰³

A pandemia trouxe muitas mudanças e muitos lutos em nossas vidas, e eu enquanto profissional, não deixei de vivê-los tanto de maneira pessoal, como profissional, se é que dá para diferenciá-las.

Em março de 2020, quando a pandemia foi declarada no Brasil, eu trabalhava em um hospital particular no interior do Rio Grande do Sul. Eu vivenciava um momento profissional muito satisfatório, pois eu estava à frente de vários projetos de humanização nessa instituição, e entendendo que o hospital estava me dando muito suporte para tais projetos em prol de seus usuários. No entanto, a pandemia me trouxera algumas dificuldades de lidar com o adiamento de alguns trabalhos, tais como "Visita estendida na UTI", "Grupos Terapêuticos", etc. Logo, eu me reinventava dentro da instituição, com novos projetos usando os recursos tecnológicos: atendimento por videochamada, videochamada com familiares, e tantos outros possíveis, porém, o local tinha planos diferentes.

Em abril de 2020, em uma segunda-feira, quando cheguei para trabalhar fui chamada na sala da gerência assistencial, para receber a notícia de que a instituição, de forma preventiva, estava cortando gastos para então ter disponibilidade de contratar mais profissionais da linha de frente: enfermeiras, técnicas de enfermagem e médicos, e

103

Psicóloga, CRP 07/28264. E-mail: roazeredo@hotmail.com.

que meu contrato seria rescindido. Aquele momento foi devastador para mim que me considerava uma profissional da linha de frente desde sempre. Como escrevi em um texto no ano passado, a minha linha de frente naquela instituição era diferente dos demais, pois eu era a única profissional de saúde mental lá, e eu me via todos os dias colocando avental de proteção nos meus problemas pessoais para ouvir o do outro. Logo que eu saía de um atendimento, eu passava álcool em gel nas mãos e ia para o próximo paciente: um novo avental, uma nova escuta. Eu sempre me vi como uma profissional que estava na linha de frente dos sentimentos daqueles pacientes que colocavam algo muito importante no meu colo: as suas emoções, já tão fragilizadas frente à uma doença. Como em todos os lugares, tudo se resumiu à pandemia, e ela foi a "bengala" para tudo.

Durante um tempo eu vivi o meu luto, por ter sido demitida. A palavra demissão ainda me dói, mesmo fazendo parte da vida e a vida sendo feita de ciclos. Mas em um momento tão crítico, onde muitas pessoas perdiam seus empregos, eu tive que aceitar que estava fazendo parte daquela situação também. E foi quando eu aceitei, que me dei conta que a pandemia trazia com ela, formas de se reinventar e que comigo não seria diferente. Eu não tinha interesse até então de atender na clínica de forma particular, mas vi nessa modalidade, a maneira de me reinventar. Eu precisei aprender tudo de novo: o trabalho na clínica era diferente daquele que eu havia feito desde que me formara. Eu precisei entrar para as redes sociais e divulgar meu trabalho, eu que sempre fui discreta, agora precisava que as pessoas soubessem que meu trabalho existia. E isso

tudo diante do medo de ficar doente, de perder algum familiar, de nada mais dar certo. Então, resolvi começar a oferecer a psicoterapia on-line que era feita da sala da minha casa, já que eu morava sozinha, com meu gato me olhando. Ao contrário do eu imaginava, não demorou para a primeira paciente marcar atendimento. Quando comemorei que tinha uma paciente, ela desmarcou e não apareceu mais.

Foram muitos dias vivenciando e trabalhando em terapia a minha frustração, o meu luto, a mudança não-desejada que eu estava vivendo. Aos poucos foram chegando outras pacientes, e eu me adaptando às histórias de cada uma, e não vendo mais de forma negativa quando desmarcam e não aparecem mais.

Ao mesmo tempo, eu fui percebendo qual meu estilo de ser psicóloga. Percebi que eu estava aproveitando muito mais a minha casa, e o quanto isso estava sendo importante para mim: entre um atendimento e outro, olhar a janela, acariciar meu gato. Depois de alguns meses, eu mudei de casa, porém, o consultório on-line não sai mais de perto de mim, para onde eu for, o espaço dele é primordial.

Hoje, eu olho para a pandemia e vejo como uma das piores coisas que aconteceu nos últimos tempos, porém, vejo o meu encerramento do ciclo como psicóloga hospitalar como algo muito importante na minha vida, pois sem ele eu não teria a coragem necessária para fazer da minha sala e do meu computador, o meu consultório on-

tor vita
Nunc

line. Como citei acima, a palavra demissão ainda dói bastante, principalmente quando se tratava de um momento em que a Psicologia se fazia crucial nas instituições, mas percebi que sou psicóloga por onde eu for, e se a Psicologia é crucial, ela será levada por mim onde eu estiver. Hoje eu vejo a minha vida profissional dividida em antes da pandemia e o durante a pandemia. Logo virá o pós-pandemia, e eu seguirei me reinventando da forma que for possível.



CARTA A UMA CRIANÇA AMANHÃ

Veronica da Silva Ezequiel¹⁰⁴

Taís,

Escrevo para saberes que estive contigo, mas não sempre. Sempre é coisa de que não se sabe caminho, sempre é distância que faz passo na frente da gente. É abrindo distância agora no tempo que faço esse registro. Deixo essas marcas para que no futuro, já adulta, encontres pistas de uma época em que nosso lar se fez espaço de escuta. Não foi fácil, tivemos de rever uma porção de coisas. Como quem abre uma caixa sem saber direito o que procurar. Era importante, necessário e acho que temos nos saído bem.

Queria te contar que, no início, tinhas três anos e costumávamos nos despedir na entrada da tua escola. Te divertias ao perguntar: vais para o trabalho agora, mãe? Indagavas como quem busca a garantia de que só te deixaria por algo muito importante. E, sim, era para a clínica que eu ia, fazer-me ouvidos e alma a quem a mim confiava seu sofrimento. Taís, em março de 2020, chegaram tempos estranhos e difíceis. Ir para a escola tornou-se perigoso. Estar entre

104 Psicóloga, CRP 07/24825. Especialista em Problemas do Desenvolvimento na Infância e Adolescência. Mestranda PPG Psicanálise: Clínica e Cultura (UFRGS). E-mail veronicaezequiel@gmail.com.

amigos como gostarias e tanto necessitavas não era possível. Onde armaríamos nossas despedidas e chegadas?

Testemunhaste com olhar curioso minhas tentativas de pôr em funcionamento um consultório em casa. Fios que insistiam em emaranhar-se, conexões falhas, tentativa e erro. A cadeira que cabia perfeitamente no novo setting ali estruturado, mas que maltratava as costas depois de poucas horas de trabalho. A poltrona grande demais que trouxe conforto, mas rangia - aconchego de tempos outros em que ali te amamentava. Corrigido o ruído, aprendi a fazer do balanço dessa cadeira espaço em mim, ritmo e pausa; intervenção, quem sabe. Cadência que, vez ou outra, marcava a passagem do tempo que parecia se perder na repetição dos dias.

Acompanhaste com susto os ânimos e olhares de espanto e indignação dos adultos que de ti se ocupavam diante da maior tragédia vivida em nosso país. Mamãe, tu cuidas das pessoas? Talvez tenhas tido a oportunidade de atualizar em ti a descoberta sobre o quanto o cuidado só se faz possível por quem se viu, em algum momento, vulnerável. Cuidar é reconhecer-se, inevitavelmente, falho. Perdemos. Todos. Perdemos tantos.

As reuniões de trabalho se acumulavam. Em algumas delas, pudeste aparecer na tela e dizer olá. São teus amigos, mãe? Eram meus amigos. Colegas, supervisores, professores, uma teia cuidadosamente tecida ao longo dos anos. Amparada por essa rede, eu compartilhava as inseguranças e angústias de suportar as mudanças e dores impostas por uma pandemia. Tínhamos muitas dúvidas: como se dá a transferência em atendimentos virtuais?

Por quanto tempo seriam necessários os atendimentos à distância? É possível atender crianças on-line? Acolhíamos uns aos outros nas nossas perguntas.

Um dia anunciaste com voz de exploradora: mãe, achei um tesouro escondido! Trazia nas mãos alguns dos meus materiais de trabalho. Achaste uma caixa que ficava embaixo da minha mesa de trabalho. Coisas de quem escuta crianças: massinha de modelar, papel, lápis colorido, tinta. Pintamos: rastros de cores a borrar ainda mais a tênue linha que separava o consultório em casa do espaço doméstico. Mãe, as crianças brincam contigo no computador?

Passei a questionar-me sobre as fronteiras possíveis de traçarmos. Para além da porta que se fecha, como lidar com a mais sutil das bordas, a do tempo? Aquela que nos faz estar sempre, e de novo, e uma vez mais, ali. Agora e depois. Escutando palavras, barulhos da casa, latidos no quintal ao lado, perdas, lutos. Hoje, neste instante, e mais tarde. Arrisco: são interrupções que poderiam acontecer no atendimento presencial também. Ilusão necessária para não desistir. De dentro da clínica, atendendo presencialmente, não escutaria vozes tão minhas. Minha casa. Agora e amanhã de novo, e uma vez mais. Sempre.

Depois de uma tarde de atendimentos, te encontrei montando um quebra-cabeças no teu quarto. Mamãe, você voltou do trabalho! Recebeste-me em casa como quem acolhe um

tor vita
Nunc

viajante que chega de terras distantes. Havia entendido antes de mim. Sim, eu havia saído e voltado mesmo sem ter jamais cruzado a porta de entrada do nosso apartamento. Contigo aprendi que vou, mas sempre volto. Os sons da casa já não me convocavam tanto.

Mamãe, quando eu crescer vou trabalhar num cantinho lá no meu quarto, sabia? Taís, desejo que possas ir muito além do teu quarto, mas que sigas tendo confiança na potência das palavras, dos afetos e da solidariedade, caso tenhas de armar novos espaços e modos de caminhar. O fora mora dentro da gente. Dia desses, antes de um encontro on-line com tua professora, anunciaste empolgada: sabe, mãe, eu e a minha profe caminhamos por tudo na nossa videochamada.

Que caminhos são esses que temos trilhado? Taís, escrevo para saberes que estive contigo, mas não sempre. Era feito de poucos passos o corredor desde onde te via brincando na sala e que me conduzia ao cômodo dos fundos. Era longo, entretanto, o espaço que ali se abria, olhos que marejavam com a fumaça do chá quente nos dias mais frios. Gesto que antecipava a entrada nesse lugar outro. Porta fechada, fones de ouvido. Palavras. Silêncios. Escuto. Sempre é distância que não se apaga, se percorre junto.

Com carinho, mamãe.





CRPRS

Conselho Regional de Psicologia
do Rio Grande do Sul