

## REVISITANDO MELANIE KLEIN: REFLEXÕES “SOBRE O SENTIMENTO DE SOLIDÃO” (1963) NA CONTEMPORANEIDADE

Alexandre Patricio de Almeida.

### Introdução

Um texto psicanalítico sempre tem algo a nos dizer. Prova disso é o quanto a leitura da obra freudiana pode se manter viva e atualizada (dada a criatividade de seu leitor e sua capacidade de articulação). O mesmo pode ser dito das produções de grandes outros analistas. Muito do que foi escrito há décadas atrás pode ser pensado em nossos dias atuais.

Baseando-se nisso, um artigo que consideramos ser bastante relevante para refletirmos acerca das dores da contemporaneidade é o texto de Melanie Klein, publicado postumamente em 1963, com o título “*Sobre o sentimento de solidão*”. Nesta obra, Klein nos apresenta um novo tema: o sentimento de solidão que ela afirma ser inerente à condição da existência humana. Ela o relaciona à sua teoria do desenvolvimento psíquico, e descreve que mesmo no percurso normal, a insegurança persecutória, assim como o sentimento de culpa resultante dos processos de integração, pode produzir no sujeito uma inevitável solidão inconsciente.

Gostaríamos de lembrar que Melanie Klein não chegou a apresentar este artigo para publicação, já que ela faleceu em 1960. Talvez ela não o considerasse pronto, de fato, pois uma leitura criteriosa nos mostra que em alguns pontos ele parece até incompleto. Presumivelmente, a própria autora não o considerava finalizado. No entanto, este artigo de 1963 constitui uma revisão de todo seu arcabouço teórico, deixando em panos limpos as ideias mais significativas de Klein<sup>1</sup>.

Além disso, o texto possui uma conotação autobiográfica, pois sabemos que, de acordo com informações a respeito de sua vida pessoal (Grosskurth, 1992 e Kristeva, 2002), Melanie era uma figura solitária e com uma personalidade, digamos, bem difícil. Prova disso é a relação que teve com alguns de seus alunos e colegas, rompendo com

---

<sup>1</sup> Informações retiradas do item “Nota Explicativa da Comissão Editorial Inglesa”, que antecede o artigo na versão de *Inveja e gratidão e outros trabalhos*. Editora Imago: Rio de Janeiro, 1996. Obras Completas de Melanie Klein, volume III.

muitos deles, sendo inflexível e até intolerante àqueles que questionavam a validade de suas argumentações e ideias.

Entretanto, o tema da solidão é algo que assola a nossa sociedade atual. Um paradigma contraditório, diga-se de passagem, dadas as circunstâncias de facilitação da comunicação entre as pessoas, por conta das redes sociais e aplicativos de conversa. Mesmo com todos esses aparatos, a afirmação “*Sinto-me muito só*”, ainda é ouvida com frequência nos consultórios psicanalíticos (e talvez seja por muitos anos).

O ser humano consegue dar conta deste vazio que o preenche e é substancial à sua existência? O que podemos pensar através das contribuições kleinianas redigidas no texto de 1963? Por que a sociedade atual se queixa com tanta intensidade da dor da solidão? A constância súplica por *likes* e o exibicionismo “histérico” nas redes sociais poderia ser um sintoma desta agonia?

Essas questões permearão a pesquisa que fundamenta o presente artigo. Evidentemente não apresentaremos respostas formuladas e instantâneas, mas objetivamos lançar alguma luz sobre algo que nos aborda com tanta incidência e reafirma a nossa fragilidade constitucional.

### **Percorrendo o texto “Sobre o sentimento de solidão” (1963)**

Melanie Klein inicia seu texto, afirmando que o sentimento de solidão é *interior* e independe das circunstâncias externas. Diríamos, por meio de uma analogia, que a solidão brota em nós como uma semente silenciosa que cria raízes e se torna um arbusto que não pode ser arrancado. Em extremos, ela pode nos dominar por completo, gerando ansiedades e angústias (em casos patológicos); ou ser cultivada, ao ponto de possibilitar a produção de frutos (em situações saudáveis).

O trabalho com a análise de crianças pequenas permitiu que Klein afirmasse que desde o surgimento da vida, o ego já existe como estrutura psíquica, porém ele é “desprovido de coesão e dominado por mecanismos de cisão” (Klein, 1963/1996, p. 341). Existe, contudo, uma tendência à integração, que aumenta conforme o amadurecimento do ego.

A autora também propõe que os mecanismos de projeção e introjeção são os vértices que sustentam o nosso psiquismo. O trecho a seguir, citado do livro “Vida Interior” de Margot Waddell (2017) aborda esses processos de maneira didática e coerente:

O bebê inicialmente relaciona-se com o mundo, e o coloca para dentro, através da sua experiência com sua mãe. [...] Quando um bebê está com raiva, ele fica totalmente com raiva. Com todo seu ser, ele percebe sua mãe como a fonte da sua dor e raiva. Ele se sente mau. Quer se livrar desse sentimento. Ele o empurra de volta à sua suposta fonte, ou seja, a mãe. Aos seus olhos, sua própria mãe se torna má. Ele tem uma mãe má dentro dele. Quando ela o conforta e alimenta, e ele tem um sentimento bom, sua mãe volta a ser boa. Ele “projeta” seu sentimento bom e os identifica com ela. Ele “introjeta” sua experiência dela como sendo calma, satisfatória e boa, ele próprio adquire um sentimento bom dentro dele. Ele sente que ele é “bom”. (WADDELL, 2017, p. 362)

A integração seria, portanto, o resultado da introjeção do objeto bom. É a partir disso, que os mecanismos de cisão irão abrir espaço para a consolidação do ego e a expansão das relações objetais. “Uma relação inicial satisfatória com a mãe, implica um contato íntimo entre o inconsciente da mãe e o da criança” (Klein, 1963/1996, p. 342). Porém, sempre que os impulsos agressivos surgirem com uma maior intensidade, a mãe e o seio também serão sentidos como persecutórios (devido à projeção e à introjeção), e por isso o bebê sentirá uma insegurança enorme (ficando à deriva de um objeto que não veio a se integrar). Isso implicará num sentimento de solidão desesperador.

“Mesmo na melhor das hipóteses, no entanto, a relação feliz com a mãe e seu seio nunca é livre de perturbações” (Klein, 1963/1996, p. 342). A integração plena nunca é totalmente alcançada<sup>2</sup>. Posto isso, a compreensão *absoluta* de nossas emoções torna-se uma tarefa impossível de se realizar. Klein dirá que o anseio de compreender a si próprio, também está ligado à necessidade de ser compreendido pelo bom objeto internalizado.

---

<sup>2</sup> Lembremos que o desenvolvimento psíquico para Klein não é linear, como tampouco segue o modelo de fases – como propôs Freud. Ela apresentou a concepção de “posições” – esquizoparanoide e depressiva – que oscilam durante toda a vida do sujeito.

Uma expressão desse anseio é a fantasia universal de se ter um gêmeo – uma fantasia para a qual Bion chamou a atenção, num artigo não publicado. Essa figura gêmea, como ele sugeriu, representa aquelas partes não compreendidas e excindidas que o indivíduo anseia por recuperar, na esperança de alcançar a inteireza e completa compreensão; essas partes são algumas vezes, sentidas como sendo as partes ideais. (KLEIN, 1963/1996, p. 343)

Não fica difícil de entender essa analogia de Bion, quando pensamos que muitas pessoas que conhecemos buscam a sua “alma gêmea” como única condição para serem felizes (e completas). Numa linguagem kleiniana, diríamos que essas pessoas buscam suas partes cindidas e elaboradas por um *suposto* objeto bom externo, já que elas não o tiveram originalmente e não puderam elaborar as suas angústias. Temos com isso, a procura implacável por um “pedaço” que lhe complete. Uma grande ilusão da existência, na verdade, pois como afirmara Klein, a integração plena é impossível.

Outro conceito fundamental de sua obra, que Klein retoma neste texto de 1963, é o de identificação projetiva. Este mecanismo de defesa é baseado na cisão do ego e na projeção de partes do *self* para dentro de outras pessoas. Capier (1990) nos dirá que “com o termo *identificação projetiva*, Klein descreveu um tipo de identificação no qual a experiência do sujeito em relação à natureza do objeto é alterada de forma relevante pelas projeções do sujeito antes ou durante o processo de introjeção” (Capier, 1990, p. 186, itálicos do autor).

E complementa:

A identificação projetiva funciona em dois níveis. O primeiro é o nível da fantasia inconsciente que viemos considerando. O segundo também é inconsciente, mas “realista”. Nesse nível, o sujeito age de várias maneiras para moldar a realidade externa, de forma que se ajuste melhor ao que, na fantasia, foi nela projetado. (CAPER, 1990, p. 187)

O esquizofrênico, por exemplo, sente que está despedaçado e nunca terá posse de seu *self*. Ele não pode confiar num objeto bom, assim como não pode confiar em si mesmo. Seu ego está desmantelado por tantos mecanismos de cisão e pelo uso excessivo

de identificações projetivas – seu mundo interior está fragmentado e enfraquecido. Para Klein, este fator também estará vinculado à solidão, pois aumenta o sentimento do esquizofrênico de que foi deixado a sós, abandonado com sua “desgraça”, já que não teve um objeto bom forte o suficiente para acreditar.

Devido à introjeção, na posição depressiva, a “morte interna” da mãe, aniquilada pelos impulsos agressivos do bebê raivoso, além de gerar um imenso sentimento de culpa, significa a própria morte do *self* – ora, se eu projeto para o outro, recai sobre mim, na lógica kleiniana. Portanto, o medo da morte desempenha um papel trivial na solidão que sentimos durante toda a nossa vida.

Para evitar a culpa, idealizamos um determinado objeto, negando a enxergar os seus aspectos maus (*“não me sinto culpado por aquilo que nunca odiei”*). Todavia, a idealização não dura para sempre e o sentimento de solidão nos preenche quando o “encanto se vai”.

Por esta via, Klein nos remete a um abismo sem fim: todas as estruturas psíquicas (das mais saudáveis às patológicas) nos atiram ao precipício da solidão. Então, o que nos resta fazer?

Antes de percorrermos algumas possíveis respostas, achamos coerente pensarmos sobre a dimensão do sentimento de solidão que atinge a sociedade contemporânea.

### **Redes sociais: solidão e contemporaneidade**

Se o mercado é o grande organizador da vida social, os valores excludentes da vida privada sobrepõem-se aos valores que organizam o espaço público. Ser bom pai/boa mãe não significa “transmitir o melhor” para os filhos, e sim “dar tudo de bom” aos rebentos, ao que acrescenta automaticamente: “eles merecem”. O mérito não é uma conquista, é um direito (prévio) do consumidor. (KEHL, 2015, p. 284)

*“Consuma! Não sofra! Seja feliz! Ostente!”* Estas palavras parecem ser o grito de guerra de nossa sociedade atual. Uma sociedade que preza a imposição da satisfação, sobre todas as outras coisas. Chorar virou sinal de fraqueza. Demonstrar isso

publicamente é uma atitude muito pior. Para atestarmos isso, basta percorrer o *feed* de redes sociais como o *Facebook* e, principalmente, o *Instagram*.

Lidar com a solidão que nos atinge, parece algo não permitido. O tempo todo, as pessoas mantem um *status* de falsa realização. A busca desesperada por *likes* já não é uma razão para nos espantarmos, dentro desse paradigma. O problema é: a cicatriz da solidão que nos marca permanentemente está sendo preenchida por esses meios?

Analisando alguns dados estatísticos, fica evidente que não. Como descreve Maria Rita Kehl em seu livro “O tempo e o cão” (2015): “a depressão nos Estados Unidos é a principal causa da incapacitação em pessoas acima de cinco anos de idade. Estima-se que 15% das pessoas deprimidas cometerão suicídios. Os suicídios entre jovens e crianças de dez a quatorze anos aumentaram 120% entre 1980 e 1990” (Kehl, 2015, p. 50).

A ilusão de achar que os *likes* das fotos poderão completar uma lacuna que nos é inerente acaba caindo por terra alguma hora e o desespero angustiante que emerge desse ocorrido é sufocador. Por mais que você publique uma foto nova, com uma nova roupa ou uma viagem excêntrica (e cara), a sensação de vazio permanece ali. Esse buraco continua nos ocupando e ampliando (“nos bastidores” da vida psíquica) uma ferida que jamais se fecha.

Concomitante a isso, temos a busca de uma identificação construída pela imagem a qual transmitimos: precisamos do olhar do outro para existir e como consequência, haverá sempre a necessidade desse outro para nos edificar. Daí a solidão se torna ainda mais insuportável.

A utilização compulsiva das redes sociais para o preenchimento do tempo livre também merece ser discutida, nesse âmbito. Aqueles intervalos em que poderíamos estar “cara a cara” com a nossa subjetividade, observando as nossas fraquezas e admirando as nossas virtudes, recorreremos ao celular para nos entreter com assuntos que possuem a falsa impressão de nos completar. Nesse instante também buscamos ajuda do outro, “*um outro virtual*” é claro, mas que pode nos retirar (ilusoriamente) da angústia e do silêncio desesperador da solidão.

Sobre essa questão, Dunker (2017) nos dirá:

Sabemos que precisamos de solidão quando nos sentimos vazios ou isolados. As patologias da solidão apontam que estamos em falta com a verdadeira solidão. A coisa se torna venenosa, porque nossa primeira reação é combater esses estados de isolamento e o vazio com “falsas experiências de solidão” ou com “próteses de experiências de reconhecimento”, às vezes com festas, outras pelo engajamento em conversas ou relações “vazias”. (DUNKER, 2017, p. 33)

Vivemos desse modo, buscando permanentemente a fuga do vazio e lutando bravamente contra o isolamento. A benéfica importância da solidão tomou o rumo de um significado negativo e ruim. *“Toda a vez que estou sem alguém, tento me preencher de algo”*, pensa o sujeito de hoje.

### **Solidão e Narcisismo**

Os momentos de transformação, evolução e progresso psíquico são aqueles que, geralmente, são precedidos por pequenos períodos de isolamento e esvaziamento de si (Dunker, 2017). Uma solidão que possibilita crescimento pode ser ilustrada pela famosa expressão “preciso de um tempo para mim”. Procurar o isolamento pode ser uma forma de deixar a voz e o olhar do outro (que está dentro de nós) esvaziar-se. Nesse sentido, buscamos o encontro de nossa própria voz, nos olhamos “de fora”. Esse movimento é o primeiro passo para descobrir o desconhecido que nos habita.

Freud, em 1914, no texto *Introdução ao Narcisismo* nos dirá que “o narcisismo de uma pessoa tem grande fascínio para aquelas que desistiram da dimensão plena de seu próprio narcisismo” (Freud, 1914/2010, p. 34). Ou seja, tendemos a admirar quem possui autoconfiança para levar a vida de bem consigo próprio. Uma admiração que às vezes se manifesta pela inveja e o desdém.

Ora, isso não significa apenas amar a si e subjugar o outro, até porque nesse mesmo artigo Freud dirá que “é preciso amar, para não adoecer, quando, devido à frustração, não se pode amar” (Freud, 1914/2010, p. 29). A capacidade de estar só está ligada ao conceito de autoestima – e nesse aspecto o amor próprio é essencial. Ao passo que só teremos amor próprio, se tivermos desenvolvido a aptidão de fruição e gratificação pelo objeto bom. São esses os pilares que irão sustentar a nossa segurança psíquica e a

envergadura para lidar com o nosso “vazio interior” – já que sempre carregaremos algo suficientemente bom em nossa constituição interna e dessa forma, jamais estaremos realmente sozinhos.

Quando a solidão é muito intensa, existe uma necessidade enorme de se voltar aos objetos externos. Seria a busca do lugar de “*His Majesty the Baby*<sup>3</sup>” que já ocupamos algum dia. Aquele lugar correspondente à realização dos sonhos que nossos pais não puderam realizar. Nesse ato, temos uma grande perda do Eu verdadeiro, pois nos abdicamos de nossa real identidade para atender às demandas do outro – o que ocorre no campo das redes sociais.

Klein (1963) nos dirá, que quanto mais implacável o Superego, maior será a solidão, porque as exigências severas aumentam as ansiedades depressivas e persecutórias. Nesse aspecto, novamente compete uma relação com as questões atuais e as exigências sociais impostas para estar em evidência: deve-se ser bonito, magro, culto, divertido, inteligente, moderno, eficaz, etc. Muitas coisas ao mesmo tempo, e o sujeito não dá conta dessas imposições. Esse mesmo sujeito será assolado pela solidão, e com isso buscará o preenchimento ilusório – temos igualmente, um labirinto onde a saída se torna praticamente impossível.

### **Considerações Finais**

Uma das grandes críticas à obra kleiniana é que ela deu enorme relevância aos aspectos internos do sujeito, desconsiderando os aspectos externos (o ambiente). Pensamos que isso não seja totalmente verdade. Ao falar de um objeto interno bom, Klein atribui importância indireta a um ambiente acolhedor e facilitador, onde existam condições de cuidado necessárias para uma constituição psíquica saudável. Deste modo, um meio estável e equilibrado, dará subsídios para que o indivíduo tenha um suporte interno psíquico para lidar com as dores de sua solidão.

A autora dirá que “embora a solidão possa ser minorada ou aumentada por influências externas, nunca poderá ser completamente eliminada” (Klein, 1963/1996, p. 354). Portanto, é inevitável que nos sintamos sozinhos durante muitos momentos da vida.

---

<sup>3</sup> “A vossa majestade, o bebê” que Freud se refere no artigo Introdução ao Narcisismo, de 1914.

O que nos impede de adoecer é a habilidade de lidar com esse sentimento, utilizando-o para a nossa própria evolução pessoal.

“Estar fazendo alguma coisa pode se tornar um antídoto venenoso contra a solidão, isso porque o trabalho da solidão é um trabalho de suspensão de si” (Dunker, 2017, p. 35). Nesse sentido, é correto pensarmos que a virtude de estar só está relacionada a uma desconexão do Eu. É aqui que nos enxergamos, mas sem precisar de um espelho. Vemo-nos sob o nosso olhar mais profundo e delicado, aquele olhar que engrandece e nos dá liberdade. Um olhar que desperta o que há de mais criativo em nosso Eu, mas que estava adormecido ou soterrado pela constância de estímulos superficiais.

Não se trata de descaso com o próximo, ou do isolamento proposital como defesa maníaca, mas a procura de uma identidade constituída pelo “corte do laço”, pois ao aprender a cuidar de si, também aprendemos a cuidar dos outros. É a capacidade de estar de bem consigo mesmo.

As artes, em geral; viajar; escrever, compor, ou até mesmo ficar no quarto ouvindo músicas por horas, são exemplos de alternativas onde podemos nos encontrar com nós mesmos. Um engrandecimento da alma que apenas a maturidade (e alguns anos de análise) pode proporcionar para quem não consegue ver o lado bom de estar sozinho.

Doloroso, mas necessário.

## Referências

CAPER, Robert. *Fatos Imateriais: a descoberta de Freud da realidade psíquica e o desenvolvimento kleiniano do trabalho de Freud*. Rio de Janeiro: Imago, 1990.

DUNKER, Christian. *Reinvenção da intimidade – políticas do sofrimento cotidiano*. São Paulo: Ubu Editora, 2017.

FREUD, Sigmund. (1914) *Introdução ao Narcisismo*. In: *Obras Completas*, volume 12. São Paulo: Companhia das Letras, 2010.

GROSSKURTH, Phyllis. *O Mundo e a Obra de Melanie Klein*. Rio de Janeiro: Imago, 1992.

KEHL, Maria Rita. *O tempo e o cão: a atualidade das depressões*. 2. Ed. São Paulo: Boitempo, 2015.

KLEIN, Melanie. (1963) *Sobre o sentimento de solidão*. In: *Inveja e Gratidão e outros trabalhos (1946-1963)*. Rio de Janeiro: Imago, 1996.

KRISTEVA, Júlia. *O gênio feminino. Tomo II: Melanie Klein*. Rio de Janeiro: Rocco, 2002.