ARTIGO

Oh, quem diria? Relações vivas através da internet

Who would say? Live relationships through the internet!

Adriana da Silva Brites

Marcelo Pinheiro da Silva

Resumo. Neste texto buscamos explicitar diferenças observadas entre relações estabelecidas de forma online e relações vividas presencialmente. Relata como foi possível perceber, em determinadas situações, um ganho de intensidade emocional nas relações experimentadas através de tecnologias de informação e comunicação. Traz exemplos clínicos e acadêmicos que ilustram essas observações e propõe o desenvolvimento de investigações cuidadosas em relação a este fenômeno que nomeamos como “intimismo virtual”.

Palavras-chave. Relação. Emocional. Afeto. Online. Intimismo virtual

---

Abstract. In this text we seek to explain the differences observed between relationships established online and relationships experienced in person. It reports how it was possible to perceive, in certain situations, a gain in emotional intensity in the relationships experienced through information and communication technologies. It brings clinical and academic examples that illustrate these observations and proposes the development of careful investigations in relation to this phenomenon that we call “virtual intimacy”.

Keywords. Relationship. Emotional. Affection. Online. Virtual intimacy.

1. Relações psicoterapêuticas em ambiente virtual

Em 2018, acompanhei como supervisor[1] uma relação terapêutica que transpareceu algo que já vinha presenciando em outros atendimentos. Naquele encontro ficou evidente como terapeuta e cliente puderam enriquecer suas possibilidades de troca a partir de momentos em que viveram seus encontros terapêuticos através de tecnologias de informação e comunicação (TICs). Eles conseguiram ficar mais perto um do outro através da internet.

Essa experiência se deu antes mesmo de ter sido autorizado o atendimento online para o psicólogo de forma menos restritiva. A resolução CFP nº 11/2018 que entrou em vigor em novembro de 2018 cumpriu o papel de autorizar o psicólogo a realizar atendimentos psicológicos através de tecnologias de informação e comunicação. Naquele período muitos psicólogos não viam com bons olhos as práticas psicológicas à distância.

O que buscamos examinar neste trabalho foi uma constatação surpreendente mesmo para aqueles, como nós, que sempre viram de forma otimista as possibilidades de atuação à distância por parte do psicólogo, que sempre acreditaram que qualquer forma de comunicação traz, em si, possibilidades de mudanças, que a arte do ofício do psicólogo clínico passa pela construção das relações possíveis, de forma singular e sob medida, coerente com os contextos específicos que se fizerem presentes (PINHEIRO-DASILVA, 2014). Trataremos de aspectos peculiares e especialmente interessantes que pudemos observar em relações mediadas por TICs. Da possibilidade de um certo acréscimo de sensibilidade em trocas mediadas por este tipo de recurso.

Abaixo traremos fragmentos de um artigo escrito por nossa supervisionanda Juliana Pontillo, este texto neste momento se encontra no prelo. Neste artigo ela descreve uma experiência vivida em sua prática supervisionada na especialização em psicologia clínica que cursou no IGT – Instituto de Gestalt-Terapia e Atendimento Familiar. E nele poderemos observar alguns aspectos do que gostaríamos de examinar.

> O primeiro atendimento do cliente no IGT foi no dia 13 de agosto de 2018. O cliente procurou o atendimento psicológico na clínica social do IGT com um diagnóstico de esquizofrenia. Contou na 1ª sessão como foi o "primeiro e único surto" que ocorreu em outubro de 2016: "Me tremia todo e fui internado. Depois em casa só queria dormir!" Ele foi afastado do trabalho pelo INSS. [...] acredito ser importante contextualizar que este cliente no atendimento presencial não se mostrava aberto ao contato físico, ele dentro da sala de atendimento em muitos momentos não me olhava nos olhos e fixava constantemente o olhar pro teto ou na direção da porta. Nome do cliente fictício: Jorge. Por seis meses os atendimentos foram exclusivamente presenciais e semanais. O primeiro atendimento online foi no dia 05 de fevereiro de 2019. Primeiro atendimento online:

[1] Marcelo Pinheiro, supervisor no IGT- Instituto de Gestalt-Terapia e Atendimento Familiar.

> [...] Chamou minha atenção ser a primeira vez que ele chorou numa sessão. Durante a supervisão desse caso observamos que ele funciona mais na vida online, com “anteparo”, um computador mediando a relação. [..] “Ela veio e acabou!” Essa observação do supervisor Marcelo Pinheiro (“Ela veio e acabou!") é em referência a noiva que morava em São Paulo. Ele a conheceu através de um chat de relacionamento. Eles tiveram um relacionamento de um ano e meio com algumas idas dele lá, mas bem espaçadas. Nesse último encontro eles estavam 6 meses sem se ver. Ela veio com o filho passar Natal e Ano Novo no Rio de Janeiro e em janeiro eles terminaram o relacionamento por mensagens e nunca mais se falaram.
>
> Nos atendimentos seguintes (que se revezaram em presencial e online) fiquei atenta para investigar essa forma dele agir mais emocionalmente presente quando longe[...] Data do atendimento: 11/02/19. Contei pra ele que longe ele fala que tinha planos com a ex noiva. E que quando ficaram juntos de alguma forma o relacionamento acabou. Pergunto como ele vê isso. Ele responde que não consegue descrever, mas lembra que aqui com ela que ele mudou totalmente. Teve uma inversão. Eu fiquei pessimista! Caiu essa ficha pra mim.[...] Eu falei da minha curiosidade de online ele falar e se emocionar mais comigo e fico curiosa de como foi o contato com ela presencialmente, pois ele parecia mais distante dela (ele me contou que no sofá, por exemplo ele ficava distante, na verdade um no sofá e o outro no chão).[...] 2° atendimento online Data do atendimento:16/04/19 Ele estava de cabelos cortados e na casa da nova namorada que mora em Campos (outro município do estado do Rio de Janeiro). [...] Ele conta que tinha um conflito grande em relação a relacionamentos. Diz que hoje se assemelha mais com o que teve com a primeira noiva,[...] em relação a 4 paredes. [...] Ele diz que se o relacionamento está bom fora...lá dentro (na cama) é bom. É um reflexo. Falo que é legal ver essa dança. Que vejo o sexo como uma dança. Ele diz que é travado e não consegue falar a palavra sexo. Falo que é curioso as palavras travarem. Ele diz que deve ter tido uma educação machista e contou um episódio íntimo com a mãe do filho dele (ex esposa). Falo com ele da minha sensação de conseguirmos falar coisas mais íntimas por ser online.[...] Fico com a sensação de ele estar mais a vontade e sem problemas pra falar intimidades e da nossa relação terapêutica.[...] Essa namorada ele conheceu num chat de relacionamento também. O que nos chamou atenção nesse segundo atendimento online foi ele pela primeira vez falar sobre sexo. Vejo como importante lembrar que nas consultas presenciais anteriores e posteriores às online o cliente em muitos momentos não me olhava nos olhos. Ficava em muitos momentos olhando pra porta ou pro teto. Essa diferença de contato nas duas modalidades me fez pensar e sentir como a presença física no mesmo espaço não é determinante. E que o contato pode se dar de forma até mais intensa no online. Com mais momentos de emoção e mais coragem pra tocar em assuntos delicados que no presencial possa vir com a vergonha como impeditivo.(PONTILLO, 2020, no prelo)

Nestes fragmentos podemos observar indícios que nos sugerem que o cliente teria podido experimentar uma relação de maior liberdade. Talvez o decréscimo de tensão possibilitado pelo fato de existir a mediação dos recursos ligados à virtualidade tenha favorecido a que o mesmo pudesse se deixar aproximar da

terapeuta de uma forma bem diferente do que vinha conseguindo no atendimento presencial. Esse fenômeno merece um nome. Vamos chamá-lo aqui de “intimismo virtual”.

Há alguns anos temos experienciado maior aproximação deste mundo diferente, que as possibilidades de trocas através de recursos virtuais têm possibilitado. Precisamos conhecer melhor esse fenômeno que estamos chamando de intimismo virtual. Ele tanto pode se fazer presente em relações terapêuticas como também em várias outras possibilidades de troca.

No âmbito da psicologia clínica o “intimismo virtual” traz condições que podem, como no caso acima, trazer possibilidades interessantes para o processo terapêutico. Porém, o psicólogo precisa compreender o que ocorre para conseguir entender seu cliente. Vamos colocar a seguir um outro relato que ilustra nossa colocação.

12/05/19

A virada de módulo gera uma situação em que a supervisão de casos no IGT fica distanciada, com isso, ocorreu um acúmulo de sessões a serem trazidas à supervisão por alunos do curso de especialização que acontece no IGT. Uma aluna tinha 10 sessões para trazer à supervisão.

A aluna começou a ler seus relatórios, que felizmente estavam muito bem escritos, foi como uma novela em capítulos, sendo que no terceiro ou quarto capítulo ocorreu uma sessão on-line, fato que vem se tornando comum nos atendimentos realizados na clínica social do IGT.

Antes mesmo de iniciar o relato da sessão on-line a aluna se apressou em dizer que não gostava muito da ideia de viver este tipo de atendimento. À medida em que foi descrevendo os fatos ocorridos naquela sessão pudemos perceber uma intensidade marcante na mobilização afetiva experimentada naquele encontro.

Chamou a atenção o contraste entre o que foi vivido naquele atendimento em comparação ao que se deu nos demais. A cliente chorou muito e trouxe em seu discurso um conteúdo que gerou na psicóloga uma grande preocupação em relação à possibilidade da mesma fazer algo contra a própria vida. Em momentos anteriores esta possibilidade já havia sido aventada pela cliente. Mas naquela sessão em especial a forma como a cliente se mobilizou gerou uma grande preocupação na psicóloga, e o fato do atendimento ser on-line agravou esta preocupação. A psicóloga não identificava no contexto da virtualidade recursos para atuar de forma suportiva no contato com sua cliente.

Dentro deste contexto a psicóloga decidiu ativar a rede social de sua cliente. Combinou da cliente relatar o que estava vivendo para sua mãe que estava na casa aonde a cliente se encontrava. Se a mãe da cliente não fizesse contato

telefônico com a psicóloga em um prazo de 2 horas, a psicóloga tomaria a iniciativa de fazer contato telefônico com a mesma. Tudo correu bem. A mãe da cliente ligou dentro do prazo estabelecido e esta situação promoveu transformações nas relações: Essa mãe passou a acompanhar mais de perto o que a filha estava vivendo. A cliente, em um primeiro momento pensou em interromper a terapia, mas posteriormente pareceu construir um vínculo ainda mais intenso com sua psicóloga.

Na supervisão, conversamos como temos observado com uma certa frequência, a ocorrência de sessões muito intensas do ponto de vista afetivo, em sessões on-line realizadas no transcorrer de processos terapêuticos presenciais. Talvez se esta aluna tivesse mais experiência neste tipo de situação, não fosse surpreendida pela intensidade experimentada naquele encontro e possivelmente não tivesse tomado as decisões que tomou. A escolha de quebrar o sigilo na relação com sua cliente foi bastante radical e colocou em risco a relação terapêutica. Aquela escolha, naquele caso específico, não teve como consequência a destruição daquela relação terapêutica, mas poderia facilmente ter gerado este tipo de dano.

Este é um bom exemplo de como as diferenças entre o atendimento presencial e o atendimento on-line precisam ser bem conhecidas por psicólogos clínicos. Não é possível tratar estas práticas como se fossem práticas equivalentes.

Cada pessoa pode reagir de modo distinto ao uso do recurso tecnológico, o que pode ser um facilitador para alguns pode se tornar uma barreira maior para outros, mas em todo caso, algo diferente é ativado nesse vínculo relacional. E é interessante notar como existem caminhos possíveis e, até surpreendentes, de transformação salutar no processo clínico.

2. A sala de aula em modo remoto

Com o contexto da pandemia e a necessidade de utilizarmos cada vez mais os canais virtuais de interação e comunicação, em nível pessoal e profissional, essa questão em torno das expressões emocionais em modo remoto tem se tornado ainda mais evidente. E com ela, a importância de pensar o quanto a ferramenta tecnológica de interação em ambientes virtuais não é tão fria, distante ou limitada quanto se supunha ser, não apenas em ambientes terapêuticos, mas também em sala de aula.

11/11/20

No último dia de aula da disciplina Seminários I (HCTE/UFRJ), cada aluno falou sobre sua experiência no curso, suas impressões, e o que desejasse falar sobre seu caminho até ali. E foi curioso observar como as emoções estavam mais afloradas, no tom, no uso das palavras, nós mesmos nos percebemos

bastante emocionados[2], além de outros colegas. Fechamento de disciplina em plena pandemia, sendo uma disciplina que tinha como foco a apresentação dos temas de trabalhos dos pós-graduandos de mestrado e doutorado. A professora possui muita sensibilidade ao conduzir suas aulas, sempre com acolhida afetiva, imaginamos que isso possibilitou maior vínculo emocional entre os participantes, e considerando o contexto em que experimentamos essas aulas, pela primeira vez remotas, em plena pandemia e uma aura de medos, incertezas, e emoções diversas, podemos compreender que as emoções estivessem mais intensificadas.

Fica uma questão sobre o modo como essas emoções têm sido expressas, quando em aulas remotas. Me lembro que quando lecionei[3] para graduandos, em modo presencial, entre 2005 e 2008, conduzia as aulas também com essa característica mais afetuosa, e ainda que os meus alunos expressassem maior afeto e proximidade, havia um limite para essa expressão, que me parece não se assemelhar ao observado em ambiente virtual.

Temos o contexto pandêmico como pano de fundo para ser levado em consideração, mas também cabe aqui salientar o observado nos dois relatos de atendimento clínico (além de outros casos onde isso também foi observado), que ocorreram em período anterior à pandemia. Ou seja, que o ambiente virtual traz diferenças em seu formato que possibilitam, em muitos casos, certa abertura para uma expressão emocional mais intensificada do que em ambiente presencial.

Para nos ajudar a pensar sobre essa questão, traremos alguns conceitos da teoria de Wilhelm Reich, orgonomista e psicanalista.

Um conceito de Reich interessante para pensarmos aqui, é o conceito de couraça caracterológica (REICH, 2001), como uma defesa que utilizamos a todo tempo para nos relacionar afetivamente com a vida, conosco e com os outros, e que funciona como atitudes caracterológicas, um jeito de ser, a personalidade do sujeito, ou seja, nosso modo de perceber e atuar na realidade se pauta nessa construção caracterológica, que, segundo Reich, vai se defender de situações que remetam aos sofrimentos afetivos vividos na infância. Todos possuimos nossas defesas courácicas, mas cada um terá sua própria forma de manifestá-las.

No primeiro caso relatado, era observada uma dificuldade de expressão de certos conteúdos afetivos na presença da psicoterapeuta, que em ambiente virtual, foi de certo modo dissolvida, como se as defesas/barreiras courácicas utilizadas no ambiente presencial, no caso desse paciente, não fossem mais necessárias por assim dizer, visto que a distância oferecida pelo aparato

[2] Experiência vivenciada pelos autores deste trabalho, e que originou as reflexões que culminaram neste artigo.
[3] Experiência vivida pela coautora Adriana Brites, na USU/RJ

tecnológico facilitou a abertura do paciente à expressão de conteúdos de maior teor íntimo, como não acontecia presencialmente. Nesse caso, observamos que a distância possibilitada pelo contato remoto funcionou como uma couraça protetora contra a proximidade afetiva experimentada como ameaçadora para o paciente em questão. Com isso, se sentindo mais à vontade para falar de questões sexuais mais íntimas.

No segundo caso relatado, a terapeuta não se sentia confortável e à vontade com o ambiente virtual, e assim, não tendo o domínio da ferramenta, se viu levada a recorrer a um recurso que se utiliza em último caso num processo terapêutico. Pensamos aqui no conceito de contato de Reich (REICH, 2001), que trata desse equilíbrio entre corpomente[4], que nos possibilita estarmos inteiros e presentes, atentos a nós mesmos e ao outro. Nesse caso, a ferramenta pode ter funcionado como um obstáculo ao processo, pela resistência relatada no desconforto da terapeuta. Assim, quanto mais nos familiarizamos com o uso da tecnologia de atendimento online, menos ela interferirá negativamente, e mais à vontade ficaremos para uma escuta e uma resposta afetivas adequadas dentro do processo terapêutico.

Os atendimentos virtuais se tornaram mais comuns durante a pandemia por Covid-19, e ainda são um desafio para psicoterapeutas e pacientes. As barreiras de resistência ainda são encontradas dos dois lados, visto que se trata de um desafio ao modo a que estamos acostumados a funcionar em nossa práxis clínica. Mas também temos visto o quanto esse contexto pandêmico que conduz/obriga a uma mudança paradigmática, tem aberto caminhos de possibilidades até então questionados dentro da prática de atendimento psicológico.

No caso da sala de aula, podemos também pensar nessa espécie de barreira "ilusoriamente" protetora que o distanciamento pela máquina traz. O computador ou o celular se mostram aparentemente tão frios e não humanos, que poderíamos pensar que as relações ficariam também esfriadas e menos humanizadas por isso. Mas o que vemos até aqui, é que esse distanciamento não desumaniza nem esfria as relações. Que sim, as emoções humanas estão ali, mas de um modo diferente, num formato inusitado, numa expressão tão nova e estranha ainda a nós, que muitas vezes somos pegos de surpresa por comportamentos não esperados, seja do outro ou de nós mesmos.

3. Considerações finais

Este trabalho não tem como objetivo explicar de forma definitiva este fenômeno que denominamos intimismo virtual. Buscamos simplesmente explicitar nossas observações, que apontam para sua existência, e afirmar a importância de nos aproximarmos com curiosidade e abertura às possibilidades que as tecnologias de informação e comunicação trazem para os seres humanos na atualidade.

[4] Unidade Funcional Soma-psiqué (REICH, 2001)

A pandemia por Covid-19 nos mostrou o quanto precisamos ampliar nossos conhecimentos acerca de muitas dessas possibilidades, nos vários âmbitos das relações humanas, em especial no que se refere a campos como o da psicologia e o da pedagogia. Nestas áreas aspectos sutis das relações entre pessoas são especialmente importantes.

Esperamos então que, através dessas reflexões suscitadas até aqui, possamos encontrar caminhos férteis para o desenvolvimento de pesquisas nessas áreas, que possam oferecer novas e cada vez melhores possibilidades de aproveitamento das ferramentas tecnológicas, sem perder a perspectiva humana, ao contrário, permitindo que o aspecto humano das relações afetivas seja sempre protagonista, e a máquina um instrumento que possibilite aproximar e facilitar o contato afetivo de modo saudável.

Financiamento

O presente trabalho foi realizado com apoio da Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior – Brasil (CAPES) – Código de Financiamento 001.

Referências bibliográficas

PINHEIRO-DA-SILVA, M. **O afeto e o afetar nas relações de Grupo: Um olhar a partir da Gestalt-Terapia.** Rio de Janeiro: Via Véritas, 2014.

PONTILLO, J. **Possibilidades de contato no atendimento psicológico online: Descobertas, desconstruções e ajustamentos possíveis**. IGT na Rede, Rio de Janeiro, 2020. No prelo.

REICH, W. **Análise do Caráter.** São Paulo: Martins Fontes, 2001.

WAGNER, C. M. **A transferência na clínica reichiana.** São Paulo: Casa do Psicólogo, 2003.

Endereço eletrônico:

Adriana da Silva Brites

Email: adrianabrites11@gmail.com

Marcelo Pinheiro da Silva

Email: marcelo@igt.psc.br