

## **Entre Narrativas e Contemplações: A Interseção da Crítica de Han com a Técnica Analítica Winnicottiana**

**Alexandre Patricio de Almeida<sup>1</sup>, São Paulo**

Resumo: No artigo científico em questão, objetiva-se explorar como as obras “A Crise da Narração” e “Vita Contemplativa”, de Byung-Chul Han, oferecem novas perspectivas sobre a técnica analítica quando analisadas à luz da teoria winnicottiana (e seus interlocutores). Para tanto, realiza-se um resumo de como Han descreve a crise da narração e a ausência da contemplação, relacionando tais questões com a cultura do desempenho. Analisa-se, por fim, como essas críticas podem se entrelaçar à clínica winnicottiana, que enfatiza a importância da continuidade do ser e da experiência subjetiva, vivida em primeira pessoa.

PALAVRAS-CHAVE: Psicanálise; Winnicott; Técnica Psicanalítica; Clínica Psicanalítica.

### **À Guisa de Introdução**

Buscando compreender as intensas transformações que marcam a nossa sociedade contemporânea, tenho me dedicado ao estudo da obra do filósofo sul-coreano Byung-Chul Han. Seu estilo didático e crítico nos proporciona ferramentas essenciais para entender as novas formas de subjetivação. Embora possa parecer evidente, os pacientes de hoje não são os mesmos da época de Freud. Os sintomas, as angústias e os modos de ser que os nossos analisandos trazem para o consultório refletem uma realidade saturada de pressões, guiada pela lógica da produtividade. Isso resulta em queixas frequentes de vazio, tédio e apatia. Além disso, há um aumento alarmante nos casos de depressão e transtornos de ansiedade, que afetam o nosso país com uma intensidade crescente.

---

<sup>1</sup> Psicanalista. Membro da *International Winnicott Association*. Mestre e doutor em Psicologia Clínica pela PUC-SP. Rua do Símbolo, 100/62A, Panamby, São Paulo, SP, CEP: 05713-570.  
E-mail: [alexandrepatriciodealmeida@yahoo.com.br](mailto:alexandrepatriciodealmeida@yahoo.com.br)

Nossos pacientes muitas vezes se veem presos em um ciclo de *fazer* incessante, em que o *ser* é negligenciado. As relações se tornam superficiais, e o tempo para a introspecção é cada vez mais raro. Nesse contexto, o papel do analista deve ser reavaliado e expandido. Precisamos proporcionar um espaço onde esses indivíduos possam desacelerar, isto é, um território no qual o silêncio e a reflexão possam servir como antídotos para a pressa e a superficialidade da vida moderna. No entanto, uma clínica pautada unicamente nos moldes da associação livre e no papel de “neutralidade do analista” seria suficiente?

Diante das demandas e sofrimentos atuais, parece evidente que a técnica clássica pode não atender completamente às necessidades da sociedade contemporânea. A neutralidade, embora importante para evitar influências indevidas, pode se tornar uma barreira quando não é acompanhada por uma sensibilidade *ativa* às pressões externas que nossos pacientes enfrentam diariamente. Nesse sentido, é crucial, a meu ver, que o analista desenvolva uma presença que vá além da mera neutralidade, incorporando uma compreensão empática e uma escuta implicada (Figueiredo, 2018) que reconheça o contexto social e cultural em que o sujeito está inserido.

Com o objetivo de delimitar o escopo das discussões aqui traçadas, trabalharei com dois livros específicos de Han, publicados recentemente em português: *A crise da narração* (2023a) e *Vita contemplativa: ou sobre a inatividade* (2023b).

A seguir, apresento uma breve síntese das ideias centrais de cada uma dessas obras. Em seguida, proponho uma articulação dessas teses com a prática psicanalítica diante dos sofrimentos contemporâneos.

### **Sobre a crise da narração**

“A sabedoria está incorporada na vida como narração. Se a vida não puder ser narrada, a sabedoria também entra em decadência. Ela é substituída pela técnica de solução de problemas. A sabedoria é uma verdade narrada.” (Han, 2023a, pp. 32-33)

Em *A crise da narração*, Byung-Chul Han nos conduz por um cenário em que a arte de contar histórias, que outrora moldou sociedades e construiu pontes entre as gerações, está agora ameaçada pela era digital e pela fragmentação do tempo e da atenção.

## Entre Narrativas e Contemplações: A Interseção da Crítica de Han com a Técnica Analítica Winnicottiana

“Ser e informação são mutuamente excludentes. Assim, é inerente à sociedade da informação uma carência de ser, um esquecimento do ser” (Han, 2023a, p. 14).

O filósofo sul-coreano argumenta que a narrativa tradicional, aquela que dá sentido às nossas vidas, está em crise. Ele descreve como a sociedade neoliberal, imersa em fluxos constantes de informação instantânea e superficial, está perdendo a capacidade de contar e apreciar histórias. As narrativas, que antes nos conectavam a uma linhagem de experiências humanas compartilhadas, estão sendo substituídas por pedaços desconexos de dados e imagens, efêmeros e desprovidos de profundidade. “A comunicação transformada em troca de informações faz desaparecer a narração de histórias” (Han, 2023a, p. 15).

Recentemente, atendi um jovem paciente, na casa dos seus 20 e poucos anos, que relatava uma sensação constante de desconexão e vazio. Ele descrevia sua vida como uma série de eventos isolados, sem um fio condutor que representasse uma continuidade. Daniel, como vou chamá-lo aqui, passava horas nas redes sociais, consumindo conteúdos variados, mas sem nunca se sentir realmente tocado por nada. Sua fala era permeada por um sentimento de superficialidade, como se a sua existência estivesse reduzida a um *feed* de notícias sempre em atualização.

Inspirado pelas ideias de Han, propus que Daniel começasse a escrever um diário, tentando conectar os eventos de seu dia a dia com suas emoções mais íntimas.

Essa prática visava ajudá-lo a sair da fragmentação e a buscar uma narrativa que pudesse integrar as suas experiências, atribuindo a elas um sentido de existência.

O diário, então, junto com o seu álbum de fotos do celular, tornou-se “instrumentos” de trabalho clínico, pois permitiram a Daniel revisitar momentos importantes de sua vida, contextualizar suas reflexões e construir uma narrativa *consistente* sobre si mesmo.

Ao lembrar e relatar suas histórias, ele começou a perceber conexões entre eventos passados e presentes, identificando a sutileza de significados que antes lhe escapavam.

O caso de Daniel é apenas um exemplo, dentre outros casos, que são, cada vez mais comuns em nossos consultórios. Penso em como, antigamente, as histórias eram contadas à beira de uma fogueira, e cada palavra era cuidadosamente escolhida, cada pausa carregada de significado. Han lamenta a perda desse espaço narrativo, em que o tempo desacelerava e a conexão humana se expandia.

Alexandre Patricio de Almeida

Ele compara a crise da narração a um deserto cultural, pois a riqueza das histórias é substituída pela aridez da informação rápida e descartável. Em um mundo onde os *tweets* e as postagens nas redes sociais dominam, a paciência necessária para ouvir e contar uma narrativa completa parece desaparecer.

Han (2023a) também aborda a relação entre a crise da narração e a crise da memória. Ele afirma que a nossa capacidade de lembrar está intimamente ligada à nossa capacidade de contar histórias. Sem narrativas que dão sentido às nossas experiências, a nossa memória se esfarela, e perdemos a continuidade do nosso próprio ser. A narrativa não é apenas uma forma de comunicação, mas um ato de construção de identidade. Ao perdermos nossas histórias, perdemos parte de nós mesmos.

Tal ponto de vista remeteu-me às ideias de Winnicott e a sua compreensão da natureza humana. A teoria Winnicottiana, sobre o desenvolvimento emocional, baseia-se na necessidade de ser e na tendência inata à integração. Winnicott dedicou-se a descrever como o ser humano evolui desde a imaturidade inicial, quando é totalmente dependente do ambiente e não integrado, até alcançar várias integrações ao longo da vida.

Esse progresso inclui a diferenciação entre o mundo externo e interno, a conquista de uma unidade individual e a distinção entre o eu e o não eu. Para ele, o estágio inicial da vida é extremamente delicado, pois o bebê necessita de todos os cuidados maternos para desenvolver-se plenamente.

No percurso dessa integração, que nunca é totalmente estável, encontramos desde as experiências mais simples, como a de simplesmente ser, até a conquista de unidades mais complexas. Na saúde, isso possibilita o indivíduo sentir-se livre e independente, contribuindo para a felicidade e a construção da identidade pessoal.

Winnicott, no entanto, define a saúde de maneira mais descritiva do que metapsicológica.

Ele constrói a sua teoria do desenvolvimento a partir da necessidade de ser e continuar sendo. Assim, a saúde corresponde à possibilidade de existir com base nessa necessidade: “a continuidade do ser significa saúde” (Winnicott, 1988/2024).

O psicanalista britânico representa o ambiente de sustentação básica como uma bolha dentro de outra.

## Entre Narrativas e Contemplações: A Interseção da Crítica de Han com a Técnica Analítica Winnicottiana

Se a bolha maior (o ambiente) não interfere, a bolha menor (o indivíduo) pode ser por si mesma. Qualquer mudança causada mais pela pressão externa do que pelo impulso interno interrompe o ser, substituindo-o pela *reação à intrusão*.

Para Winnicott, ser saudável significa ter uma *personalidade rica*, e não apenas ausência de sintomas ou sofrimento. Ele chega a considerar a neurose um sinônimo de saúde, um modo de ser que reflete as dificuldades das relações interpessoais: “A neurose propriamente dita não é necessariamente uma doença, e deveríamos pensar nela em primeiro lugar como um atributo ao fato de que a vida é difícil” (Winnicott, 1956/2021, p. 521).

Quando a neurose é vista como doença, é devido à rigidez das defesas, não à organização psíquica em si: “Dizemos que ele [o ego] é saudável quando essas defesas não são rígidas” (Winnicott, 1971/2019, p. 159, colchetes meus).

Relacionando tais ideias com as teses de Han, podemos entender que a *estabilidade do ser*, que Winnicott descreve, é igualmente ameaçada pela ausência da narração. Atualmente, a narrativa pessoal, fundamental para a constituição de uma identidade coesa, é frequentemente substituída por *reações* superficiais às pressões externas, isto é, pelos modos de ser ditados pelas redes sociais e pela cultura do desempenho.

Além disso, a narrativa representa a experiência propriamente dita, obtida *em primeira pessoa*. “Histórias conectam as pessoas umas com as outras, na medida em que fomentam a capacidade de empatia. Elas criam uma comunidade” (Han, 2023a, p. 15).

Sem histórias que nos guiem, nos encontramos à deriva em um mar de informações que leva nada a lugar nenhum. Aliás, esses excessos somente intensificam a nossa ansiedade. “A experiência pressupõe tradição e continuidade. Ela torna a vida narrável e a estabiliza. Quando as experiências se deterioram, quando não existe nada vinculante ou duradouro, há apenas uma *vida desnuda*, uma *sobrevivência*” (Han, 2023a, p. 33).

A psicanálise, orientada pelas teorias de Winnicott, propõe justamente o avesso dessa perspectiva. Trata-se, pois, de uma compreensão ontológica do ser humano baseada em uma existência a partir de si mesmo.

Não à toa, a definição de saúde, para o autor, pode ser resumida pelo seguinte trecho:

A vida de um indivíduo saudável é caracterizada tanto por medos, sentimentos conflituosos, dúvidas e frustrações como por características positivas. O principal é que o homem ou a mulher sintam que *estão vivendo a própria vida*, assumindo responsabilidade pela ação ou pela inatividade, e sejam capazes de assumir o crédito pelo sucesso e a culpa pelas falhas. (Winnicott, 1967/2021, p. 29, grifos meus)

Essa visão contrasta diretamente com a superficialidade e a fragmentação descritas por Han. Na clínica Winnicottiana, a ênfase recai sobre a construção de um *ser* que emerge de dentro para fora, em oposição à identidade moldada por pressões exteriores. Winnicott descreve um caminho de integração em que a verdadeira saúde não se manifesta pela ausência de dificuldades, mas pela capacidade de enfrentar e integrar essas dificuldades em uma narrativa pessoal consistente. Além disso, a narração pressupõe escuta e uma atenção profunda.

A comunidade narrativa é uma comunidade de ouvintes *atentos*. Tais aspectos ampliam o laço social e contribuem para validar o nosso papel na cultura.

Na parte final do livro, Han menciona um trecho de Walter Benjamin que evoca uma cena de cura: “a criança está doente. A mãe coloca-a na cama e senta-se a seu lado. E depois começa a lhe narrar histórias” (Benjamin citado por Han, 2023a, p. 111). Em outras palavras, a narração de histórias tem um efeito curativo, pois promove um estado de relaxamento, facilita a conexão com o próprio eu e fortalece o senso de confiança básica. A voz plena e amável da mãe acalma a criança, acaricia sua alma e fortalece o vínculo, oferecendo-lhe a sustentação necessária para enfrentar o mal-estar.

Essa imagem nos remete ao conceito de “*holding*”, proposto por Winnicott, no qual o ambiente, representado pela figura materna, fornece o suporte necessário para que o indivíduo se desenvolva de maneira saudável.

Através da simples presença e da narração, a “mãe-analista” cria um espaço seguro onde o sujeito possa ser ele mesmo, sem medo de intrusões.

## Entre Narrativas e Contemplações: A Interseção da Crítica de Han com a Técnica Analítica Winnicottiana

Não há exemplo mais autêntico de *holding* do que esse, em que a narrativa se torna o veículo de uma cura profunda, ancorando a “criança-paciente” em uma experiência de continuidade e segurança, tal como descrito por Han. A história narrada, assim como o afeto materno, possibilita a construção de um refúgio onde o ser pode vir a se integrar.

Esse olhar ressoa o legado de Winnicott sobre a importância de uma escuta implicada, ancorada na ética do cuidado (Almeida, 2023).

### ***Vita contemplativa e a importância das pausas***

Em *Vita contemplativa: ou sobre a inatividade*, Han (2023b) nos conduz por um caminho onde a contemplação se torna uma arte esquecida, um antídoto necessário para a exaustão crônica que permeia a nossa sociedade. Trata-se de um chamado urgente para desacelerarmos e redescobrirmos a beleza do ócio, da presença plena e do ser. Logo de início, o autor afirma: “A experiência, em sentido enfático, não é um resultado do trabalho e do desempenho. Ela não se deixa produzir pela atividade” (Han, 2023b, p. 25).

Han argumenta que a verdadeira essência do ser humano está na capacidade de estar presente, de mergulhar profundamente no agora, sem a pressão constante de alcançar metas ou cumprir prazos. Suas palavras revelam a importância de poder contemplar as miudezas da vida: “Inatividades demandam tempo. Elas exigem muito tempo, um demorar-se intenso, contemplativo. Elas são raras em uma época da pressa, na qual tudo se tornou tão a curto prazo” (Han, 2023b, p. 26).

Para o filósofo sul-coreano, o ócio não se restringe apenas à ausência de atividade, mas corresponde, isso sim, a um estado no qual a mente e o espírito possam respirar. Ele o compara a um lago tranquilo, cuja superfície reflete o céu sem distorções. Nesse estado, podemos observar (e sentir) a nossa verdadeira essência.

Em uma sociedade que glorifica a produtividade, Han nos lembra que o valor do ócio está em nos reconectar com nosso eu mais profundo, permitindo-nos simplesmente ser.

Essa premissa me remeteu à compreensão de Winnicott sobre o “ser” e o “fazer”, presente em seu texto *Vivendo criativamente* (1966). Em suma, o autor britânico afirma que, o conceito de ser é central na compreensão do desenvolvimento humano e da saúde psíquica.

Ele compreende o ser como um estado essencial de existência autêntica, um modo de estar no mundo que não exige desempenho, esforço ou adaptação aos desejos e expectativas alheias. O ser, para Winnicott, está intimamente ligado à experiência do “*self* verdadeiro” (*true self*), que se origina com base no gesto espontâneo.

O fazer, por outro lado, é visto como uma atividade que surge *naturalmente* do ser, ou seja, é algo secundário, uma conquista. Quando o *fazer* é uma expressão autêntica do ser, ele pode ser uma manifestação criativa e genuína do *self*. No entanto, Winnicott alerta que, em muitos casos, o fazer pode se tornar uma defesa, uma forma de evitar o contato com o *self* verdadeiro. Isso acontece especialmente quando o indivíduo sente a necessidade de se adaptar constantemente às exigências externas, sacrificando seu verdadeiro *self* em favor de um “falso *self*” (*false self*), que age como um mecanismo de defesa cindido e independente<sup>2</sup>.

Winnicott enfatiza, portanto, a importância de criar ambientes – tanto na infância quanto na vida adulta – onde o ser possa ser experimentado de forma legítima. Esse ambiente de acolhimento e reconhecimento permite que o fazer se torne uma extensão do ser, e não uma compensação para a falta de ser.

Em última análise, para Winnicott, a integração saudável do ser e do fazer é o que possibilita uma vida plena e satisfatória, em que a ação não representa uma fuga, mas trata-se de uma expressão criativa do *self* verdadeiro. Nas palavras do autor:

---

2 Fico profundamente preocupado com o uso negligente que frequentemente se faz da teoria Winnicottiana, muitas vezes devido ao desconhecimento ou à compreensão superficial de seus conceitos. Nesse contexto, é crucial termos cautela antes de utilizar expressões como “aquele fulano tem um falso *self*”. É importante lembrar que essa estrutura pode assumir variações patológicas que causam intenso sofrimento. Portanto, quem se interessa pelo tema deve procurar compreendê-lo a fundo, evitando assim percepções superficiais e mal interpretadas. No campo da psicopatologia, a formação do falso *self* cindido patológico, entendido como uma defesa esquizofrênica, ocorre quando o bebê é forçado a interromper seu processo de desenvolvimento maturacional para *reagir* às intrusões do ambiente. Esse tipo de falso *self* se estrutura devido a dois fatores principais: 1) Um ambiente excessivo, que exerce um papel intrusivo ao se impor sobre a subjetividade e o gesto espontâneo do bebê, obrigando-o a confrontar a alteridade em um momento em que ele ainda não tem capacidade para lidar com essa experiência. “Nesse caso, o falso *self* forma-se entre o *self* verdadeiro e as intrusões ambientais” (Naffah Neto, 2023, p. 167); 2) Um ambiente deficiente, que deixa o bebê desamparado diante de seus próprios impulsos vitais (como fome, dor, desconforto, sono etc.), os quais, nessa fase inicial da vida, não são experimentados como parte do *self*. Quando esses impulsos atingem um nível insuportável de intensidade por um período prolongado, são vividos como uma ameaça iminente de colapso. “Nesse caso, a criação do objeto subjetivo é impedida pela falta de presença do adulto, e o falso *self* forma-se entre o *self* verdadeiro e os impulsos vitais do bebê, ameaçadores” (Naffah Neto, 2023, p. 167). Para mais explicações sobre a noção de falso *self* ver Almeida, 2023.



## Entre Narrativas e Contemplações: A Interseção da Crítica de Han com a Técnica Analítica Winnicottiana

Para ser criativa, uma pessoa tem que existir, e ter um sentimento de existência, não na forma de uma percepção consciente, e sim como uma posição básica a partir da qual operar. Em consequência, a criatividade é o fazer que, gerado com base no ser, indica que aquele que *é, está vivo*. Pode ser que o impulso esteja em repouso; contudo, quando a palavra “fazer” pode ser usada com propriedade, já existe criatividade. É possível demonstrar que, em certas pessoas e em determinadas épocas, as atividades que indicam que uma pessoa está viva não passam de estímulos. Retire os estímulos e o indivíduo não tem vida. (Winnicott, 1966/2021, p. 43, grifos do autor)

Han, ao explorar a decadência da vida contemplativa em favor de uma vida cada vez mais dominada pelo fazer, enfatiza, ainda que de forma indireta, o perigo que Winnicott alertou sobre a perda do ser autêntico. Em uma sociedade na qual o fazer incessante se torna um valor supremo, o espaço para simplesmente *ser* se reduz drasticamente.

Ambos os autores, em suas reflexões, nos alertam sobre os riscos de uma vida que perde o equilíbrio entre o ser e o fazer. O desafio, então, consiste em criar espaços nas nossas vidas para o silêncio, para a contemplação, para o ser – espaços onde o fazer não se torne uma tirania, mas uma expressão natural do que somos.

Na tentativa de costurar essas duas perspectivas, podemos entender que o viver criativo, conforme proposto por Winnicott, encontra um lugar coerente na noção de *vida contemplativa* de Han. Essa vida contemplativa não se limita à fuga das cobranças externas, mas se refere a uma condição para que o ser se manifeste em sua plenitude. O fazer, assim, torna-se uma consequência natural de um ser que *se reconhece*, que se conecta com a sua essência, e que age no mundo de forma legítima.

### Algumas palavras finais

*Não te chamo para te conhecer  
Eu quero abrir os braços e sentir-te  
Como a vela de um barco sente o vento  
(Andresen, 2018, p. 104)*

As ideias de Byung-Chul Han e Winnicott, quando aplicadas à técnica psicanalítica, trazem à tona a importância de criar um espaço terapêutico que permita ao analisando reconectar-se com seu ser autêntico, em vez de apenas tratar a queixa sintomática, encarando-a como um problema que deveria ser extinto.

Quando a base clínica da psicanálise envolve sofrimentos como “despersonalização”<sup>3</sup> e “desrealização”<sup>4</sup>, torna-se essencial abordar a questão do ser. Winnicott, longe de se preocupar com questões ontológicas como um filósofo, constrói as bases de uma clínica profunda, ancorada na experiência direta com sentimentos de futilidade, medo de enlouquecimento, pânico e desintegração.

Esses sofrimentos devem ser entendidos e tratados como experiências humanas desde uma perspectiva psicológica psicanalítica, que opera em uma esfera pré-representacional.

A sensação de estar vivo, unido e real não é uma questão representacional, mas sim uma *experiência direta*. A cura, nesse contexto, envolve promover uma mudança não apenas cognitiva, mas principalmente emocional – a transformação do sentir-se vivo.

Essa transformação está ligada ao desenvolvimento do *self* e ao relacionamento com o mundo “não eu”, como ocorrências simultâneas.

Hoje, recebo muitos alunos em supervisão que compartilham a angústia de “somente escutarem” os seus pacientes, isto é, queixam-se de passarem uma sessão inteira sem conseguir fazer qualquer interpretação.

Ora, essa angústia reflete uma pressão interna e externa para agir, para produzir resultados tangíveis, como se o valor da análise estivesse exclusivamente na intervenção direta e na interpretação constante.

No entanto, tanto Winnicott quanto Han nos convidam a reconsiderar essa postura, indicando que o verdadeiro trabalho analítico pode muitas vezes ocorrer no silêncio, na espera, e na presença não intrusiva do analista.

Winnicott, com a sua noção de “experiência de ser”, nos lembra que o desenvolvimento psíquico saudável é fruto de um ambiente que permite ao indivíduo

---

3 A *despersonalização*, para Winnicott (1945), refere-se a um estado no qual o indivíduo experimenta uma sensação de distanciamento ou alienação em relação a si mesmo, sentindo-se como um observador externo de sua própria vida e ações. Trata-se da não alocação da psique no corpo.

4 Winnicott (1945) define a *desrealização* como um fenômeno no qual a pessoa percebe o mundo ao seu redor como irreal, estranho ou distorcido, como se estivesse vivendo em um sonho ou em uma realidade artificial. Esse distanciamento da realidade pode levar a uma sensação de desintegração e falta de conexão com o ambiente.

## Entre Narrativas e Contemplações: A Interseção da Crítica de Han com a Técnica Analítica Winnicottiana

simplesmente existir, sem a necessidade de responder a expectativas externas ou de ser constantemente estimulado. Isso implica que o analista deve ser capaz de tolerar o silêncio, de sustentar um espaço onde o paciente possa descobrir sua própria existência sem a pressão de produzir algo para o outro.

Esse espaço, que Winnicott descreve como o “espaço potencial”, é o “lugar”<sup>5</sup> em que o *self* verdadeiro pode emergir, protegido das intrusões de um ambiente regido pela lógica da produtividade.

Assim, quando os alunos em supervisão se queixam de “não fazer nada” durante uma sessão, talvez seja necessário ajudá-los a reconhecer que esse “nada” pode ser exatamente o que o paciente mais precisa. É nesse “não fazer”, nesse espaço vazio, mas carregado de presença, que o verdadeiro trabalho analítico acontece. A psicanálise, sob essa ótica, não é sobre a resolução rápida de sintomas, mas sobre a criação de um território no qual o paciente possa, finalmente, encontrar-se consigo mesmo.

Paralelamente, enfrentamos a crise da narração, que muitas vezes transforma a prática clínica em um esforço semelhante a “tirar leite de pedra”. Em outras palavras, em meio a essa crise, frequentemente nos deparamos com a difícil tarefa de tentar extrair algo significativo de pacientes que, imersos em uma sociedade saturada de estímulos e superficialidades, perderam a capacidade de construir e articular as suas próprias histórias. A metáfora “tirar leite de pedra” revela a dificuldade que enfrentamos ao lidar com indivíduos cujas vidas se tornaram fragmentadas, desconectadas de uma narrativa coesa que dê sentido às suas experiências.

Como demonstrei anteriormente, sem uma narrativa, o indivíduo fica à deriva, destituído de um eixo que sustente sua identidade e dê significado ao seu existir. O analista, ao assimilar essa dinâmica, deve resistir à tentação de preencher os silêncios com interpretações apressadas ou de forçar uma narrativa onde ainda não há espaço interno para ela.

---

5 O *espaço potencial* é um conceito desenvolvido por Winnicott para descrever uma área psíquica e emocional intermediária que existe entre o indivíduo e o mundo externo. Esse espaço é fundamental para o desenvolvimento saudável, permitindo a expressão da criatividade e do verdadeiro *self*. Winnicott define o espaço potencial como um campo experiencial onde o indivíduo pode interagir com objetos e experiências de maneira imaginativa e simbólica, facilitando a integração entre a realidade interna e externa. No entanto, ele não deve ser considerado um “lugar” físico ou geográfico, pois é uma dimensão psíquica e emocional, não um local concreto. O espaço potencial é um conceito que descreve um estado de interação e experiência, e não uma localização específica no espaço físico (Almeida, 2023).

Em vez disso, deve criar as condições necessárias para que o paciente, aos poucos, recupere a capacidade de narrar sua vida de maneira que faça sentido para si mesmo. Essa reconstrução não é um processo linear ou previsível, mas uma travessia que requer paciência, escuta atenta e, acima de tudo, um respeito profundo pelo tempo de cada analisando.

As patologias do vazio, muitas vezes descritas como uma sensação crônica de falta de propósito ou direção, estão intrinsecamente ligadas a uma vida dominada pelo excesso de fazer sem um enraizamento no ser. Em uma cultura que, segundo Han, valoriza incessantemente a performance, os indivíduos podem se sentir esvaziados de significado.

A contínua pressão para realizar e produzir pode levar ao esgotamento psíquico, ao empobrecimento do *self* como fonte de experiências. O encontro analítico, então, torna-se um ato de resistência contra a aceleração desenfreada da vida moderna. Nesse terreno, a pressa é substituída pela calma, e o imediatismo, pela reflexão. O “leite de pedra” é, na verdade, o esforço contínuo de sustentar um ambiente onde o paciente possa redescobrir a potência de suas palavras, o valor de sua história e a verdade de seu ser.

Gosto de pensar, aqui, na concepção de “psicanálise ontológica”, apresentada por Ogden (2020). De forma bastante resumida, o autor propõe que antes, na abordagem que chamamos de psicanálise epistemológica, o foco estava no conhecimento e na compreensão dos processos psíquicos. Com a psicanálise ontológica, a ênfase se desloca para o ser e o processo de tornar-se.

Ogden aponta Freud e Klein como os pioneiros de uma psicanálise que é, em sua essência, epistemológica. Em contrapartida, Winnicott e Bion se destacam como os principais representantes de uma psicanálise ontológica. Na verdade, a construção dessas ideias é uma expressão da transformação do próprio pensamento do autor: seu enfoque evoluiu de uma preocupação com as relações inconscientes entre objetos internos para uma atenção maior à luta de cada indivíduo por se tornar mais pleno e viver experiências mais reais e significativas (Ogden, 2020).

Contudo, a psicanálise ontológica e a epistemológica não existem de forma isolada ou pura. As duas linhagens coexistem e se complementam. Elas representam modos de pensar e sensibilidades diferentes, e não “escolas” separadas de pensamento analítico, com princípios ou técnicas exclusivas. Desse modo, encontramos elementos ontológicos no trabalho de Freud e Klein, assim como aspectos epistemológicos nas obras de Winnicott e Bion.

## Entre Narrativas e Contemplações: A Interseção da Crítica de Han com a Técnica Analítica Winnicottiana

Quando utiliza o termo “psicanálise epistemológica”, Ogden se refere ao processo de adquirir conhecimento e compreensão sobre o paciente, especialmente em relação ao seu mundo interno inconsciente e suas formas de se relacionar com a realidade externa. Esses entendimentos são essenciais para organizar a experiência psicanalítica e têm um valor crucial quando se trata de abordar os problemas emocionais do paciente e promover mudanças psíquicas.

As interpretações do analista, nessa abordagem, têm como objetivo ajudar o analisando a entender suas fantasias inconscientes, desejos, medos, impulsos, conflitos e aspirações.

Na “psicanálise ontológica”, o foco não é tanto o conhecimento adquirido, mas a *experiência transformadora* do paciente, que, ao alcançar uma compreensão criativa, começa a tornar-se mais plenamente ele mesmo. Winnicott, em seu trabalho *Sonho, fantasia e vida* chega a uma conclusão central que distingue sua abordagem da de Klein e, em termos mais gerais, da psicanálise epistemológica.

Para ele, a fantasia inconsciente pode aprisionar a pessoa em seu mundo interior, interferindo não apenas na ação no mundo externo, mas, mais significativamente, no sonho e na realidade psíquica pessoal, que são o núcleo vivo da personalidade individual (Winnicott, 1971/2019).

Em *Objetos transicionais e fenômenos transicionais*, Winnicott menciona, quase de passagem, uma frase que, para mim, sintetiza o processo subjacente à análise bem-sucedida: “Em determinado estágio do desenvolvimento surge a tendência, por parte do bebê, de incluir objetos ‘diferentes de mim’ em seu padrão pessoal” (1971/2019, p. 16). Em outras palavras, incorporamos algo que ainda não nos pertence – seja uma experiência com um cônjuge, um amigo, um poema ou uma peça musical – e integramos isso em nosso padrão pessoal, permitindo que nos tornemos mais do que éramos antes dessa experiência. Nesse aspecto ontológico da psicanálise, Winnicott inventa uma linguagem única para descrever o crescimento psíquico – algo que raramente se encontra em outros teóricos.

Quando paciente e analista não conseguem brincar juntos, o analista deve prestar atenção a esse bloqueio, pois ele impede que ambos experimentem a “sobreposição das duas áreas do brincar”.

Se o analista se vê incapaz de se envolver nesse brincar, é indispensável considerar se essa inabilidade está relacionada ao vínculo com o analisando – possivelmente uma identificação com a falta de vitalidade dele – ou a uma incapacidade própria de engajar-se genuinamente no ato de brincar, o que pode exigir uma revisão pessoal na análise do próprio analista.

Nesse sentido, é urgente repensar a nossa técnica, frente a uma sociedade que despreza a contemplação e o silêncio, promovendo uma cultura de ação incessante e superficialidade. O analista, ao se implicar de forma genuína, deve também saber se reservar, criando um espaço onde o não dito e o não feito possam ganhar significado.

Esse equilíbrio entre se implicar e se reservar é o que permite que o paciente experimente a “sobreposição das duas áreas do brincar” que Winnicott descreve como um espaço onde o verdadeiro *self* pode aparecer e se expressar. Não obstante, a capacidade do analista de navegar entre a *presença ativa* e a *sustentação do silêncio* corresponde a um traço fundamental para a eficácia do processo.

## Entre Narrativas e Contemplações: A Interseção da Crítica de Han com a Técnica Analítica Winnicottiana

### Referências

- Andresen, S. M. B. (2018). *Coral e outros poemas*. São Paulo: Companhia das Letras.
- Almeida, A. P. (2023). *Por uma ética do cuidado: Winnicott para educadores e psicanalistas (vol. 2)*. São Paulo: Blucher.
- Figueiredo, L. C. (2018). *A psicanálise: caminhos no mundo em transformação*. São Paulo: Escuta.
- Han, B.-C. (2023a). *A crise da narração*. Petrópolis: Vozes.
- Han, B.-C. (2023b). *Vita contemplativa: ou sobre a inatividade*. Petrópolis: Vozes.
- Naffah Neto, A. (2023). *Veredas psicanalíticas: à sombra de Winnicott*. São Paulo: Blucher.
- Ogden, T. (2020). *Psicanálise ontológica ou “O que você quer ser quando crescer?”*. Revista Brasileira de Psicanálise, 54(1), 23-45.
- Winnicott, D. W. (2019). *O brincar e a realidade*. São Paulo: Ubu. (Obra originalmente publicada em 1971)
- Winnicott, D. W. (2021). *Desenvolvimento emocional primitivo*. In D. W. Winnicott, *Da pediatria à psicanálise*. São Paulo: Ubu Editora. (Texto originalmente publicado em 1945)
- Winnicott, D. W. (2021). *Pediatria e neurose da infância*. In D. W. Winnicott, *Da pediatria à psicanálise*. São Paulo: Ubu Editora. (Texto originalmente publicado em 1956)
- Winnicott, D. W. (2021). *Vivendo criativamente*. In D. W. Winnicott, *Tudo começa em casa*. São Paulo: Ubu Editora. (Texto originalmente publicado em 1966)
- Winnicott, D. W. (2021). *O conceito de indivíduo saudável*. In D. W. Winnicott, *Tudo começa em casa*. São Paulo: Ubu Editora. (Texto originalmente publicado em 1967)