

O mal-estar dos sujeitos nas sociedades e as inquietações atuais: angústia, estresse e depressão

The disease of subjects in societies and current concerns: anguish, stress and depression

La enfermedad de los sujetos en las sociedades y preocupaciones actuales: angustia, estrés y depresión

André Luís Woloszyn*

Universidade do Vale do Rio dos Sinos (UNISINOS). Porto Alegre, Brasil

alwi.war@gmail.com

ORCID: 0009-0006-9104-5926

Citar como: Woloszyn, A. L. (2025). O mal-estar dos sujeitos nas sociedades e as inquietações atuais: angústia, estresse e depressão. *Desde el Sur*, 17(3), e0058.

RESUMO

O presente artigo coloca em discussão o mal-estar dos sujeitos ao longo dos tempos com base nos apontamentos de Nietzsche, Freud, Bauman e Birman, relacionando-os com as dinâmicas e transformações da sociedade pós-contemporânea. Defende-se a tese de que embora tal sensação seja de ordem estrutural, vem sendo constantemente fomentada pelo excesso de consumo, pelas exigências de produtividade e pela substituição paulatina das relações sociais físicas pelo mundo digital por meio das redes sociais e jogos, considerando-os um novo modelo de subjetivação, fatores, em parte, motivadores de angústia, estresse e depressão.

PALAVRAS-CHAVE

Mal-estar, sintomas, sujeitos, sociedades, psicologia

ABSTRACT

This article discusses the discomfort of subjects over time based on the notes of Nietzsche, Freud, Bauman and Birman, relating them to the dynamics and transformations of post-contemporary society. It defends the thesis

* Autor corresponsal: André Luís Woloszyn, Universidade do Vale do Rio dos Sinos (UNISINOS). Porto Alegre, Brasil. Correo: alwi.war@gmail.com

that although this sensation is of a structural nature, it has been constantly fostered by excess consumption, productivity demands and the gradual replacement of physical social relations by the digital world through social networks and games, considering them a new model of subjectivation, factors, in part, motivating anguish, stress and depression.

KEYWORDS

Discomfort, symptoms, subjects, societies, psychology

RESUMEN

Este artículo analiza el malestar de los sujetos a lo largo del tiempo a partir de los apuntes de Nietzsche, Freud, Bauman y Birman, y los relaciona con las dinámicas y transformaciones de la sociedad poscontemporánea. Defiende la tesis de que, si bien esta sensación es de carácter estructural, ha sido constantemente fomentada por el exceso de consumo, las exigencias de productividad y la paulatina sustitución de las relaciones sociales físicas por el mundo digital a través de las redes sociales y los juegos, a los que considera un nuevo modelo de subjetivación. Estos factores, en parte, motivan la angustia, el estrés y la depresión.

PALABRAS CLAVE

Malestar, síntomas, sujetos, sociedades, psicología

1. Introdução

A sociedade pós-contemporânea tem produzido um significativo número de pessoas que buscam a clínica de psicoterapia relatando sensações constantes de inquietação e desassossego, por alguma razão que desconhecem.

Kierkegaard, ainda na década de 1960, se referia a estas sensações como uma condição natural do humano, aduzindo que «conhecendo bem o homem, que nem um só existe que esteja isento de desespero, que não tenha lá no fundo uma inquietação, uma perturbação, uma desarmonia, um receio de não se sabe o quê de desconhecido» (1961, p. 49).

Viktor Frankl, em sua experiência quando prisioneiro de campos de concentração nazistas, cunhou a expressão frustração existencial, ou seja, «a sensação que acomete pessoas que se dão conta da falta de conteúdo de suas vidas» (2020, p. 132).

À primeira vista, os terapeutas, em geral, são tentados a atribuir tais inquietações a um cardápio de problemas como crises econômicas e climáticas, redução de poder de compra e de postos de trabalho, insegurança em relação ao futuro, politização exacerbada, constantes guerras, excesso do uso de tecnologias digitais de comunicação, dentre outras questões cotidianas conflituosas que envolvem nosso território existencial.

A partir da obra de Sigmund Freud, o «Mal-estar da Civilização», lançada em 1930, o tema vem sendo estudado por diferentes áreas do conhecimento na tentativa de compreender a gênese destas inquietações, seus impactos na psique humana e os sofrimentos emocionais que acarretam.

É preciso sublinhar que na época não havia muitas evidências que permitissem um estudo comparado que resultasse em uma compreensão mais ampliada desta condição. Contudo, a questão tem se mostrado mais complexa à medida que os padrões de vida aumentam e a revolução tecnológica avança em diferentes áreas do conhecimento no sentido de possibilitar maior bem-estar aos sujeitos, situação que se mostra paradoxal, uma vez que o mal-estar permanece.

Naim escreve que «segundo o índice de Desenvolvimento Humano (IDH) das Nações Unidas que combina indicadores de saúde, educação e renda para uma medida global de bem-estar, os padrões de vida vem aumentando por toda a parte do mundo desde 1979» (2013, p. 90).

Sob o ponto de vista da psicanálise, descobriu-se que o mal-estar é uma manifestação subjetiva resultante do conflito interno do homem, na esteira dos argumentos de Kierkegaard (1961, p. 53).

De um lado, as normas que regulam os aspectos da vida em sociedade, do outro, seus impactos na delimitação do Eu, dos instintos primitivos, que implicam em uma renúncia forçada das pulsões, parte sensível da natureza humana. Em outras palavras, estamos falando de desejos recalçados pela coerção social (Freud, 2010, p. 17).

Como já nos indicava Rosa e Winograd, «é interessante notar que, apesar do sofrimento subjetivo ser o objeto capturado pela cultura do mal-estar, é o corpo que aparece como objeto a ser burilado por importantes ferramentas contemporâneas de administração da vida» (2011, p. 40).

Tal argumento é compartilhado por Gondar, quando escreve que «a vida humana em sua dimensão mais íntima, saúde, sexualidade, reprodução, mas também afetos, percepções, sensibilidade, tornou-se foco privilegiado das estratégias e dos cálculos do poder» (1986, p. 129), ou seja, das forças instituintes, que acarretam na polaridade entre a natureza humana e as liberdades impostas pela cultura, tradição e religião.

Porém, estes são argumentos parciais, não finais. O que me proponho nesta discussão é abordar o mal-estar criado, fabricado, aquele que surge como reação inconsciente aos modelos de subjetivação criadas pelo capitalismo e sua vertente neoliberal que, na atualidade, se tornaram mais identificáveis na forma de estresse, angústia, ansiedade e depressão.

Está relacionado aos desejos excessivos de consumo, como aduz Baumann em «Vida para consumo», de 2008; a opressão dos modelos disciplinar e de controle de Foucault em «Vigiar e Punir», de 1987; da falta de experienciar a vida, segundo os textos de Jorge Larrossa, como o artigo «Notas sobre a experiência e o saber de experiência», de 2002; e do que apresenta Byung-Chul Han, que escreve acerca da sociedade do cansaço e do sujeito que consome a si próprio, resultando em um cansaço do Eu, no livro «A expulsão do outro: sociedade, percepção e comunicação hoje», editado em 2022.

Neste sentido, é razoável pensar que o mal-estar tem perpassado o tempo e o espaço atingindo a todos, mas não com a mesma intensidade. Para os mais críticos, aqueles que percebem e procuram conhecer com maior clareza as motivações por traz das mudanças e transformações que nos atravessaram muito rapidamente nos últimos cinquenta anos e resistem aos ruídos destes novos modelos, o mal-estar tem potencial de adoecimento.

Para outros, no entanto, como assevera Kahneman *et al.*, «o ruído é tolerado não porque o achem aceitável, mas porque nunca fora notado» (2021, p. 34). Isso significa dizer que os impactos destes ruídos tendem a ser atribuídos a questões cotidianas mal resolvidas ou por um Ego hiperativo, e não como produto direto das transformações sociais que trouxeram consigo uma nova dinâmica de existência e visão de mundo imperceptíveis para muitos, criando algumas impossibilidades existenciais.

Diante do exposto, o presente artigo utiliza o modelo de estudo exploratório com método de revisão bibliográfica sistemática, conjugando perspectivas históricas da filosofia, sociologia e psicanálise com achados recentes acerca deste fenômeno. Relaciona-os com os novos modelos de subjetivação da sociedade pós-contemporânea, como o capitalismo de consumo e a revolução tecnológica, para demonstrar que o mal-estar cresce e se avoluma nos sujeitos à medida que aumentam as desigualdades sociais que frustram os padrões exigidos de identidade e pertencimento.

2. Sobre o mal-estar

2.1. Excursionando pela filosofia nietzschiana

O mal-estar da civilização ocidental é um tema que Nietzsche se dedicou a refletir com atenção, partindo da filosofia socrático-platônica de como os sábios da antiguidade interpretavam a vida.

Segundo ele, todos a negavam, como se lê no texto abaixo:

Em todas as épocas, os mais sábios julgaram da mesma maneira a vida: ela não vale nada... Sempre e em toda parte se ouviu o mesmo tom de sua boca, um pleno de dúvida, de melancolia, de cansaço da vida, de oposição contra a vida. Mesmo Sócrates disse quando morreu: viver, isso significa estar doente por muito tempo (Nietzsche, 2014, p. 17).

Pela perspectiva nietzschiana, é necessário enfatizar que estes sábios acreditavam em um ente superior que nunca se revelou a eles, causando desespero permanente. Diante disso, tais sábios «procuravam a razão deste ocultamento e sem obterem respostas satisfatórias, criaram o mal da negação como motivo para seu fracasso, questão absorvida filosoficamente pelas sociedades que se sucederam» (Nietzsche, 1998, p. 23).

Acerca disso, Ramos assevera que «com esse tipo de interpretação, tais homens se encontravam adoecidos e *décadents*. Negar a vida é sintoma de declínio, de despotencialização dos instintos e, automaticamente, a anulação de uma hierarquização dos impulsos. Isso gera um cansaço orgânico que se manifesta na negação da existência» (2024, p. 234).

Indo além, o que Nietzsche basicamente argumenta na obra *Genealogia da moral*, publicada originalmente em 1887, é uma polêmica: o homem está arraigado a conceitos como «dever, consciência moral, sujeito e cultura», partindo do processo de hominização, que por si já produz sofrimento.

A tentativa de espiritualizá-lo e/ou domesticá-lo, tratada como uma configuração de poder, acarretaria em crescente adoecimento, uma vez que isso significaria uma renúncia pulsional, em especial de seus impulsos de agressividade, transformados em culpa, resultando no enfraquecimento de sua potência.

Partindo destas reflexões acerca da anulação dos impulsos e a resultante despotencialização do EU e do cansaço orgânico das forças envolvidas neste combate, fatores considerados condicionantes para o mal-estar em que vive permanentemente o homem, Freud amplia o tema partindo desta mesma linha com o mal-estar da civilização e da cultura

somados a Bauman, Birman e, mais recentemente, Byung-Chul Han, discorrendo acerca da sociedade do cansaço permeada por ações paliativas e anestésicas.

2.2. A perspectiva freudiana

Podemos pensar no mal-estar como uma reação aos movimentos instituintes que nos atravessam. Uma sensação interna de estranhamento e desassossego, uma reação contra um assujeitamento qualquer do qual não desejamos ou percebemos.

Ao falar de movimentos instituintes, estamos nos referindo aos modelos de subjetivação que procuram, a qualquer tempo e em qualquer território existencial, exercer poder sobre os corpos estabelecendo ciclos de novos desejos.

À medida que estes modelos vão sendo realinhados estrategicamente para se adaptarem e explorar as novas realidades sociais, culturais, econômicas e tecnológicas, o mal-estar parece acompanhar este processo, ampliando suas fronteiras, reprimindo e intimidando o sujeito em sua singularidade. O resultado disso é agressividade, produzindo variados sintomas e sofrimento psíquico.

Com efeito, Sigmund Freud, ao se debruçar sobre o mal-estar da civilização, ainda na primeira metade do século passado, asseverava que a consequência mais notável deste contexto foi a delimitação do Eu e das pulsões desejantes, implicando em diferentes patologias.

Neste sentido, assim manifesta:

A patologia nos apresenta um grande número de estados em que a delimitação do Eu ante o mundo externo se torna problemática, ou os limites são traçados incorretamente; casos em que partes do próprio corpo, e componentes da própria vida psíquica, percepções, pensamentos, afetos, nos surgem como alheios e não pertencentes ao Eu; outros, em que se atribui ao mundo externo o que evidentemente surgiu no Eu e deveria ser reconhecido por ele (Freud, 2010, p. 17).

Basicamente, tais condições patológicas oriundas deste mal-estar se relacionam ao confronto de duas poderosas forças, de um lado o ambiente social instituído, modelado e estático, e do outro as pulsões que atravessam os fluxos e forças pulsantes do sujeito desejante, em especial a do prazer.

Para combater esta insatisfação, Freud defendia que «a civilização controla então o perigoso prazer em agredir que tem o indivíduo, ao

enfraquecê-lo, desarmá-lo e fazer com que seja vigiado por uma instância no seu interior, como uma guarnição numa cidade conquistada» (2010, p. 92).

O primeiro é representado por instituições a serviço do poder instituinte com sua verticalidade hierárquica, identidades e autoridades bem definidas e padrões pré-determinados de comportamentos e atitudes; uma civilização regulada por meio de leis, normas e sanções que tolhem a liberdade do sujeito, o que Foucault décadas mais tarde chamou de sociedade disciplinar.

O segundo tem sua origem no princípio do prazer, definido como «o princípio que rege o funcionamento psíquico e que tem por objetivo proporcionar prazer e evitar o desprazer, sem entraves nem limites» (Roudinesco, 1998, p. 603), ou, como aduzia Freud, o prazer como «sentimento que inevitavelmente governa os juízos de valores dos homens» (2010, p. 121).

Todavia, como nos alerta Freud, «apesar de todos os ganhos de disposição de tempo e espaço e a despeito de todos os esforços da ciência para o domínio da natureza, esta condição não elevou o grau de satisfação prazerosa que esperavam da vida, não os fez sentirem-se mais felizes» (2010, p. 46). Freud acreditava que a relação conflitual e/ou desamparo decorrente entre pulsão e civilização seria uma questão de ordem estrutural, portanto, imutável.

Nesta perspectiva, é preciso sublinhar que em 1908 Freud acreditava que o desamparo poderia ser curado pela razão cientificista do homem, e que esta elevaria ao progresso do espírito humano. Em um segundo momento, a partir de 1929, houve uma mudança de paradigma e o autor já não acreditava mais nesta possibilidade.

Vale destacar que quando esta mudança conceitual ocorreu, encontrávamos no período pós Primeira Guerra Mundial, inseridos em uma sociedade dita moderna ou disciplinar, que segundo Foucault, em sua obra *Vigiar e Punir*, afirmou ser baseada na opressão por meio da punição instituída como instrumento de assujeitamento e perpetuação do poder, o que naturalmente produziu reações e adoecimento psíquico (Foucault, 1987).

Entre os pensadores que fizeram coro a tese de Foucault destaca-se Giddens, que atribui à sociedade disciplinar a segregação da experiência, aduzindo que:

Há segregação da experiência por meio de processos que removem do cotidiano aquelas experiências que rompem com a continuidade funcional e evocam dilemas morais, como a loucura, a criminalidade,

a doença, a morte, a sexualidade, e o caráter imprevisível da natureza. Uma sociedade disciplinar mantém a segurança ontológica pela remoção das experiências que abalam a crença na continuidade e na regularidade (Giddens, 2002, p. 34).

Sendo assim, a frustração contínua resulta da não satisfação deste prazer em consonância com os impulsos de agressividade, defendidos por Nietzsche, na busca da felicidade, somado ao acúmulo de pulsões que esta frustração acarreta e da incompatibilidade entre o Eu e as normas que governam todos os aspectos civilizatórios. Esta caminha contrariamente aos instintos do homem, reverberaria nos corpos produzindo sonhos e sintomas tanto fisiológicos como psíquicos, condições que o autor considera, grosso modo, como responsáveis pelo mal-estar da civilização.

O conceito de incompatibilidade do Eu com as normas civilizatórias é explorado por Freud no mal-estar da cultura, em que atribui a aspectos da cultura, suas opressões na exigência de comportamentos e atitudes pré-determinadas, suas ilusões e fantasias criadas e fomentadas como instrumentos de consolo para dar sentido aos sentimentos de desespero e desamparo humanos. Isso está na esteira da tese desenvolvida por Nietzsche de como os sábios interpretavam a vida.

A este respeito, Dunker complementa que tal condição leva os sujeitos a versões delirantes ou desejantes do mundo e dos fatos, asseverando que «o que Freud chama de educação para a realidade implicaria uma cultura que não oprima mais ninguém e a capacidade de suportar que nossas expectativas se revelem como ilusões» (2021, s. p.).

2.3. A visão sociológica de Bauman

Outro pesquisador que discorreu sobre o mesmo tema na pós-modernidade foi o sociólogo Zygmunt Bauman. Em sua visão, diferentemente da busca pela felicidade, o enfoque da sociedade pós-moderna repousaria na busca por liberdade.

O referido autor, partindo dos estudos de Freud, assinala que «o mal-estar da pós-modernidade nasce da liberdade, em vez da opressão, e que não há evidências de que na civilização atual predomine o bem-estar» (Bauman, 1998, pp. 93-156).

Este fenômeno é atribuído, segundo o autor, às rápidas transformações na sociedade como o colapso abrupto de parte das estruturas e modelos hierarquizados do passado, que acarretam instabilidade e insegurança, um mundo em desordem, «caracterizado pela arquitetura do medo e a estigmatização de tipos humanos considerados indesejáveis, dos quais se deveria manter distância» (Bauman, 2008, p. 93).

O que era considerado um modelo civilizatório seguro, justo e benevolente para determinados sujeitos, se fragmentou na fluidez que denominou sociedade da modernidade líquida, marcada pela desregulamentação, pelo consumo e pela fragilidade dos laços humanos, dando vazio a um novo paradigma precário de existência.

Esta sensação foi claramente manifestada na obra de Moisés Naim (2013), ex-diretor executivo do Banco Mundial, intitulada *The end of power. From boardrooms to battlefields and churches to states, why being in charge isn't what it used to be*. Nela, o autor defende a tese da degradação do poder em todos os domínios pelo enfraquecimento das barreiras que os protegia.

Um exemplo desta condição é a internet e suas redes sociais, criadas, segundo Castell, «como fonte decisiva de construção do poder» (2013, p. 16), embora também desvelem atividades cujo desejo dos instituintes, fosse que se mantivessem em segredo, causa tensões adicionais.

Inobstante, segundo Naim, «apesar do dilúvio de dados e opiniões disponíveis hoje, não temos uma bússola confiável, ou seja, um quadro de referência claro para ajudar a dar sentido as transformações que estão ocorrendo em todos os domínios, cada vez mais interconectados» (2013, p. 329).

Rüdiger compartilha do mesmo argumento e vai além quando afirma:

as pessoas que sonham acordadas e bem ou mal se divertem com os recursos postos a sua disposição por estas tecnologias também são objeto de monitoramento e investigação por seus mecanismos, passando a ser a parte mais íntima de um processo cujo sentido principal é tornar mais fácil o controle de nossas circunstâncias, mas também, potencialmente, dos outros em todos os campos da vida (2013, p. 282).

Com efeito, a punição, a vigilância e o controle agora conspiram juntas por traz da sensação de liberdade, exercendo pressão sobre as identidades, operando interligada a uma nova estratégia de subjetivação capitalista e neoliberal baseada no medo, polêmicas e indignações.

Todavia, a mesma opressão permaneceu latente, sob outras matizes, gerando os mesmos sintomas e impactos psíquicos. Vale lembrar que a sociedade medieval que antecedeu a disciplinar, a da vigilância e do controle, também era caracterizada pela opressão, produzindo corpos martirizados oferecidos como espetáculo ao público, o que atualmente conhecemos como reality show.

2.4. O mal-estar segundo Birman

Joel Birman relaciona o mal-estar na atualidade com o campo social, a subjetividade e os destinos do desejo, que segundo o autor, «permitem captar o que se passa nas subjetividades» (2023, p. 16).

Na esteira dos escritos de Freud, este parece também reconhecer o mal-estar como um desamparo da ordem originária, resultado da presença inevitável e fulminante da pulsão de morte.

Todavia, ao escrever acerca da cultura do narcisismo e a sociedade do espetáculo, ambas classificadas como formas de subjetividade atuais, estabelece uma relação entre estas e o mal-estar, trazendo outros insights também compartilhados nos escritos de Byung-Chul Han, em *Sociedade do cansaço* (2024) e *Sociedade paliativa* (2021).

Como exemplo, explora em sua tese o empobrecimento crescente das relações humanas e o surgimento de um sujeito egoístico e narcísico que se afasta do contato com o outro, utilizando-o apenas como instrumento ou objeto para seu gozo pessoal, descartando-o quando já não cumprir tal desiderato.

A este respeito, Birman complementa:

O sujeito vive permanentemente em um registro espetacular, em que o que lhe interessa é o engrandecimento grotesco da própria imagem. O outro lhe serve apenas como instrumento para o incremento da autoimagem, eliminado como um dejetivo quando não mais servir para esta função abjeta (Birman, 2023, p. 26).

Para Birman, «os destinos do desejo assumem, pois, uma direção marcadamente exibicionista e autocentrada, na qual o horizonte intersubjetivo se encontra esvaziado e desinvestido das trocas humanas» (2023, p. 25).

Birman, assim como Bauman, relaciona as transformações da ordem social tradicional, suas instituições e sistemas de regras traçadas em linha reta e com clareza, facilitando inclusive as escolhas dos sujeitos, como irreconhecível e paradoxal, pois embora «o mundo abra muitas oportunidades, também aponta muitas impossibilidades existenciais» (Birman, 2023, p. 85), fomentando ainda mais a sensação de desamparo.

O desejo é encarado neste contexto como uma potência catalizadora de possíveis transformações de si mesmo e do mundo exterior dos sujeitos, da oportunidade para que possa se reinventar, construir sua própria história.

O mal-estar estaria ligado a este desejo que sucumbe face a novas formas instigantes de subjetividade, como a cultura do narcisismo e do

espetáculo, que resultam em um «silenciamento das possibilidades de reinvenção do sujeito e do mundo» (Birman, 2023, p. 92).

Este silenciamento conduz ao empobrecimento e esvaziamento do Eu e, em consequência, a sensação que denominamos de mal-estar ou vazio existencial, apresentando-se com sintomas muitos sutis e por razões que geralmente desconhecemos.

3. Discussão

Dando início a esta discussão, apresentamos alguns dados divulgados pelo *World mental health report: transforming mental health for all*, publicado em 2022, pela World Health Organization, com dados referentes a 2019, apontando que:

Em 2019, 970 milhões de pessoas viviam com transtornos mentais, cerca de 13% da população mundial. Deste número, 301 milhões apresentaram transtornos de ansiedade e 280 milhões apresentavam transtornos depressivos (incluindo transtorno depressivo maior e distímia). Em 2020, esses números aumentaram significativamente como resultado da pandemia de COVID-19 (WHO, 2022, p. 40; tradução nossa).

O relatório alerta para um crescimento progressivo destes números, cujo fator motivador recai, predominantemente, sobre questões sociais e econômicas, o que nos dá uma ideia aproximada da dimensão do problema.

Nesta discussão, pretendemos explorar várias hipóteses partindo do princípio de que o mal-estar é um sintoma inconsciente resultado do duelo de forças antagônicas que ocorrem no aparelho psíquico.

Indo ao encontro deste argumento, Freud afirmava que a não satisfação do princípio do prazer, seja a busca pela felicidade, liberdade ou qualquer outro ideário, redundava em agressividade, uma reação natural do instinto primitivo do ID, a parte inconsciente do aparelho psíquico.

Dentro desta perspectiva, é possível pensar o mal-estar não apenas como algo inato ao ser humano, um processo de recalque de pulsões, ocorrendo à medida que crescem os desejos de consumo como condicionante para a aceitação e pertencimento e que são constantemente reprimidos por crises econômicas, sociais e políticas.

O primeiro ponto a ser destacado é que o mal-estar vem sendo constantemente fomentado à medida que as transformações e dinâmicas da sociedade atual atingem os territórios existenciais com extrema desigualdade. Soma-se a este quadro o consumismo exacerbado, as exigências de

produtividade, a falta de referências e inseguranças quanto ao futuro e o afastamento paulatino das relações sociais físicas.

Esta condição ou status quo nos revela, com muita ênfase, os ensinamentos psicanalíticos de que «o sujeito, se constitui, de fato e de direito, pela transformação das forças pulsionais realizadas pelo outro, de forma a delinear os diferentes destinos das pulsões, ou seja, precisa do outro para se produzir e reproduzir permanentemente» (Birman, 2023, pp. 147-148).

O desmoronamento do modelo hierarquizado e disciplinar das estruturas sociais que internalizou na sociedade industrial um modelo de subjetivação voltado a produção é o segundo ponto de nossa discussão. As pessoas se acostumaram e acreditaram neste modelo alienante, e quando de sua transformação seus pontos de referência desmoronaram, o resultado foi nostalgia, criando a percepção de um mundo vulnerável e instável, inseguro e em desalinho.

Muitos autores compartilham do mesmo argumento. Para Bauman, este fenômeno é resultado, em grande medida, da «falta de garantias, de posição, títulos e sobrevivência, da incerteza em relação a sua continuidade, estabilidade futura e de insegurança do corpo, do eu e de suas extensões» (2021, p. 26).

Naim, por seu turno, trata da questão como um processo de alienação trazido pela comunicação digital, asseverando que este processo pode ser alcançado ao retirar do sujeito seus pontos de referência e mantê-lo anestesiado. Este fenômeno pode ser observado atualmente pelo que considera um «bombardeamento de tecnologia, a explosão digital, de jogos, likes, opiniões, dispersão e o ruído da internet» (Naim, 2013, p. 326).

O referido autor complementa afirmando que:

apesar do dilúvio de dados e opiniões hoje, não temos uma bússola confiável, ou seja, um quadro de referência claro para ajudar a dar sentido as transformações que estão ocorrendo em todos os domínios, cada vez mais interconectados (Naim, 2013, p. 329).

Ademais, num mundo de fluidez líquida em todos os sentidos da vida, as referências tendem a se moldar conforme o poder e a vontade das forças instituintes, anulando as singularidades em prol de um pertencimento coletivo digital.

À medida que nem todos ou a maioria da sociedade apresenta dificuldades em acompanhar os processos de consumo responsável pelos desejos fabricados, é possível pensar na hipótese de enfraquecimento do Superego, a instância do censo de moral pela perda de referencial e insegurança quanto à fluidez dos valores sociais daquele momento.

Assim, o Superego se institui forçosamente pelo medo da não aceitação e do não reconhecimento, anulando em parte as singularidades (Ego) e desestimulando a autenticidade e as iniciativas reais de posicionamento em prol da aceitação e do pertencimento em um mundo fantasia.

Paralelamente a esta transformação, que poderíamos chamar também de uma revolução, sobreveio a sociedade de consumo, que diferentemente dos impactos nas instituições, atua diretamente na psique humana, caracterizada pela volatilidade dos encontros, produzindo objetos descartáveis e substituíveis, incluindo os próprios sujeitos, resultando um esvaziamento destes.

Neste sentido, Bauman assim manifesta:

A sociedade de consumidores, em outras palavras representa o tipo de sociedade que promove, encoraja ou reforça a escolha de um estilo de vida e uma estratégia existencial consumista, e rejeita todas as opções culturais alternativas. Uma sociedade em que se adaptar aos preceitos da cultura de consumo e segui-los estritamente é, para todos os fins e propósitos práticos, a única alternativa viável, portanto plausível, e uma condição de afiliação (2021, p. 71).

Somado a estas hipóteses interligadas, por fim, chegamos à sociedade do desempenho ou sociedade do cansaço, tese defendida por Byung-Chul Han. Segundo Han, esta sociedade agora é calcada na individualidade, no isolamento, no excesso de positividade e do igual, na destruição paulatina das relações com o outro e nas pressões crescentes para aumento do desempenho e da produção dos sujeitos.

Em outra de suas obras, a *Sociedade Paliativa*, Han afirma que «uma sociedade esvaziada de sentido, sem narrativas, sem experiências, reduzida a um processo biológico é pobre em sensibilidade» (2021, pp. 58-59)

O segredo por trás deste modelo e causa do desassossego repousa no fato de atingirem a parte essencial da natureza humana relacionada às necessidades básicas, em especial à de aceitação, reconhecimento e afeto do outro.

Aronson, psicólogo social, em sua obra *O Animal Social*, contribui nesta discussão quando afirma que todos os seres humanos buscam socializarem-se em graus variados. «Quando estes motivos são satisfeitos, temos a tendência a nos sentir bem; quando são frustrados ou quando as circunstâncias nos colocam em conflito, sentimo-nos estressados, tristes e até menos humanos» (Aronson, 2023, p. 53).

Neste sentido, Han situa a sociedade do desempenho como «produtora de depressivos e fracassados, diferentemente da sociedade disciplinar que por sua negatividade gerava loucos e delinquentes» (2024, p. 24).

O sujeito do desempenho está à mercê de uma nova lógica de subjetivação construída pelo neoliberalismo, não excluindo-se as anteriores, já mencionadas. Agora vê-se diante da corrosão das fronteiras entre o trabalho e seus momentos de lazer, facilitados pelos smartphones, laptops e a possibilidade de trabalho remoto, o que afasta o sujeito do convívio social e de suas relações tidas como essenciais de compartilhamento de vivências e experiências.

Para Han, os impactos na saúde-mental como consequência deste status é devastador, e a este respeito expressa que:

o sujeito de desempenho está esgotado, depressivo, de certo modo desgastado consigo mesmo, totalmente incapaz de sair de si, estar lá fora, de confiar no outro, no mundo, fica remoendo, o que paradoxalmente acaba levando a auto erosão e ao esvaziamento. O sujeito pós-moderno, não é capaz de estabelecer ligações intensas, sua libido é distribuída em contatos sempre crescentes e relações superficiais e passageiras com um ego exposto ao modo de uma mercadoria (Han, 2024, pp. 97-98).

Nestas condições, fica evidenciado não haver tempo, tampouco disposição e condições psicológicas, para que o sujeito da pós-contemporaneidade possa experienciar ou mesmo refletir sobre a vida e o mundo que o cerca, condição que se aproxima do conceito de frustração existencial.

A tendência deste comportamento reflete no alienamento, ou seja, a falta de exposição para novas vivências e experiências, condição essencial para reforçar a cognição e o processo de ressignificado daquilo que Freud considerava neurose de angústia. O sujeito alienado se torna incapaz de perceber os atravessamentos do mundo que o cerca, de perceber a existência e a importância do outro, de escolher a melhor decisão e o cuidado de si.

A este respeito, Jorge Larrossa Bondía alertava que «a experiência é cada vez mais rara, por falta de tempo e excesso de trabalho, permeada por estímulos fugazes e efêmeros, uma forma de vivência instantânea, pontual e fragmentada, permeada por estímulos fugazes e efêmeros, uma forma de vivência instantânea, pontual e fragmentada» (2002, p. 23).

Diante dessa conjuntura, Larrosa parece definir com maestria o sujeito pós-contemporâneo em seu mal-estar como «aquele a quem nada lhe passa, a quem nada lhe acontece, a quem nada lhe sucede, a quem nada o toca, nada lhe chega, nada o afeta, a quem nada o ameaça, a quem nada ocorre» (Bondía, 2002, p. 25).

Esta tese é explorada quase duas décadas mais tarde por Han, no *Sociedade paliativa*, quando afirma que «a consciência que não é capaz de

estremecer é uma consciência coisificada, incapaz da experiência. Viajamos para todo lugar, sem termos uma experiência, familiarizamos com tudo e de tudo sem chegarmos a um conhecimento» (2021, pp. 19-77).

Poderíamos, talvez, pensar como fatores parcialmente condicionantes deste status de mal-estar de hoje a despotencialização dos sujeitos, o que resulta em alienação, insensibilidade em relação ao outro, uma consciência coisificada que se fecha ao mundo externo e saboreia seus processos narcísicos frente as telas do computador.

Qual das teses poderia ser predominante? A do homem despotencializado de sua natureza pela tentativa de reprimir seus impulsos agressivos, criando ilusões e fantasias para justificar a si mesmo e ao mal que o aflige, como defendia Nietzsche? A repressão dos impulsos determinado pelo ambiente social instituído, incluindo a cultura, que colidem frontalmente contra os fluxos e forças pulsantes do sujeito desejante, como apregoava Freud? A perda do referencial social face aos diferentes e constantes fluxos que atravessam a todos os sujeitos de maneira desigual somado ao excesso de consumo, como afirma Bauman? Os escritos de Birman acerca do desejo primário que sucumbe às novas formas de subjetividade, ou ao sujeito que consome a si próprio e resulta no cansaço do Eu na busca por produtividade, como expõe Byung-Chul Han?

4. Explorando o mal-estar da angústia, estresse e depressão

Para contextualizar o leitor acerca dos transtornos psíquicos mais demandados na clínica da atualidade, relacionados ao mal-estar, excursionaremos brevemente pela doutrina psiquiátrica.

A angústia está intimamente relacionada ao trauma, segundo a teoria freudiana, habitando a base dos primeiros recalques, quando uma exigência libidinal excessivamente grande rompe o «escudo protetor» do psiquismo, instalando um caos que ele nomeia como momento traumático, no qual o paciente está desamparado, e por meio do qual convergem perigos internos e externos e exigências pulsionais (Freud, 1996, p. 193), conceito que Lacan sugere nos introduzir na função da falta do abandono (2005, p. 146). Podemos pensar que a angústia traz a ideia de perigo, uma reação ou preparação para o perigo.

Moreira e Filho (1992) definem estresse como «um conjunto de reações e estímulos que causam distúrbios no equilíbrio do organismo, frequentemente com efeitos danosos» (p. 121). Considerado pela perspectiva clínica, Reis *et al.* (2010) argumentam que o estresse é um «fenômeno psicofisiológico decorrente da percepção individual de desajustes entre as demandas do ambiente e a capacidade de respostas do indivíduo, com

consequências fisiológicas, psicológicas e comportamentais mediadas pela percepção, com foco na susceptibilidade do indivíduo» (p. 715).

Quanto aos estados depressivos, é basicamente caracterizado, na doutrina psiquiátrica, por sentimentos de tristeza ou vazio, embora nem todos apresentem sensação de tristeza. É consenso, porém, a perda da capacidade de experienciar a vida e a redução do interesse no ambiente, situação anteriormente prazerosa.

Segundo Del Porto, os pacientes depressivos:

costumam aludir ao sentimento de que tudo lhes parece fútil, ou sem real importância. Acreditam que perderam, de forma irreversível, a capacidade de sentir alegria ou prazer na vida. Tudo lhes parece vazio e sem graça, o mundo é visto «sem cores», sem matizes de alegria (1999, p. SI 07).

Os sintomas psíquicos da depressão se manifestam na sensação de tristeza, autodesvalorização, sentimento de culpa e redução do interesse sexual, cujas evidências comportamentais recaem em retraimento social, crises de choro e retardo e/ou agitação psicomotora (Del Porto, 1999, p. 07).

O DSM-5-TR-2023 nos oferece uma gama de explicações e orientações acerca dos estados depressivos e suas diferentes manifestações. Pensamentos suicidas são frequentes, assim como a tendência ao uso do álcool e drogas ilícitas, e no aspecto fisiológico são identificadas alterações do sono e no apetite (DSM-5-TR, 2023, pp. 177-197).

5. Conclusões

Finalizando esta discussão, é possível refletir no somatório de todas as teses e argumentos aqui desenvolvidos para contextualizarmos o mal-estar do sujeito no pós-contemporaneidade. Assim fazendo, é possível perceber que há um agravamento contínuo daquele que se apresentou em seu estado original, parte dos fluxos mentais da natureza humana.

Embora considerando o mal-estar algo inato, as novas dinâmicas surgidas das diferentes configurações do poder hegemônico ao longo da evolução das sociedades, dentre elas o capitalismo de consumo e de produção e a revolução digital, contribuem significativamente para multiplicar este mal-estar cobrando um alto preço dos sujeitos em relação à saúde-mental.

A questão se acentua uma vez que os gatilhos que desencadeiam estas sensações a cada dia cercam e aprisionam o sujeito, controlando aspectos elementares da vida, anulando singularidades e identidades. Acarretam frustração pela necessidade de pertencimento e identidade, à

medida que as desigualdades sociais se exacerbam, criando uma bipolaridade entre o nós e os outros, o que significa uma fragmentação social.

O paradoxo é o fato de que os mesmos mecanismos e instrumentos que exacerbam tais sensações são os mesmos que as denunciam, tornando visível uma parcela deste iceberg, antes parcialmente submersa.

Grandes questões se impõem ao abordarmos um tema de alta complexidade, e algumas respostas, mesmo que parciais, são necessárias. Existe a possibilidade de gestão deste mal-estar? Como podemos minimizar seus impactos na saúde-mental e como diferenciar o normal do patológico?

Quanto ao mal-estar originário ou estrutural, compartilho com a visão de Freud de que não há gestão possível uma vez que são o resultado de forças pulsionais, desejantes, em conflito permanente no aparelho psíquico, parte da natureza humana, mas que pode ser catalizadora na descoberta de outras possibilidades existenciais. O mal-estar fabricado, criado a partir de modelos de subjetivação das forças instituintes que moldam as sociedades, este sim pode ser enfrentado por meio da terapia psicanalítica, dentre outras correntes, na busca pela minimização dos impactos na saúde-mental dos sujeitos.

A resposta acerca da diferença entre o normal e patológico pode ser encontrada no conceito da Organização Mundial da Saúde (OMS), que considera saudável o «estado de completo bem-estar físico, mental e social e não simplesmente a ausência de doença ou enfermidade» (WHO, 1964). O ponto principal desta diferença recai na existência ou não de prejuízos para a vida social, profissional e familiar.

Contribución de autoría

André Luís Woloszyn cumplió todas las funciones CRediT.

Fuente de financiamiento

Autofinanciado.

Potenciales conflictos de interés

Ninguno.

Agradecimientos

Profª Drª Zuleika Kohler Gonzales, titular da cadeira de Clínica Institucional da UNISINOS.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- American Psychological Association (APA). (2023). *Manual diagnóstico e estatístico de distúrbios mentais*. DSM-5-TR. (5.ª ed.). Artmed.
- Aronson, E. (2023). *O animal social*. [M. Borges, trad.]. Goya.
- Bauman, Z. (1998). O mal-estar na pós-modernidade. [M. Gama e C. Martinnelli Gama, trads.]. Zahar.
- Bauman, Z. (2008). *Vida para consumo. A transformação das pessoas em mercadorias*. [C. A. Medeiros, trad.]. Zahar.
- Bauman, Z. (2021). *Modernidade líquida*. [P. Dentzien, trad.]. (1.ª ed.). Zahar.
- Bauman, Z. (2021). *Amor líquido. Sobre a fragilidade dos laços humanos*. [C. A. Medeiros, trad.]. Zahar.
- Birman, J. (2023). *Mal-estar na atualidade. A psicanálise e as novas formas de subjetivação*. (18.ª ed.). Civilização Brasileira.
- Bondía, J. L. (2002). Notas sobre a experiência e o saber de experiência. [J. Wanderley Geraldi, trad.]. *Revista Brasileira de Educação*, 19, 20-28. <https://anyflip.com/pnvxo/fltq>
- Castells, M. (2013). *Redes de indignação e esperança. Movimentos sociais na era da internet*. [C. A. Medeiros, trad.]. (1.ª ed.). Zahar.
- Del Porto, J. A. (1999). Depressão: conceito e diagnóstico. *Revista Brasileira de Psiquiatria*, 21(supl. 1). <https://doi.org/10.1590/S1516-44461999000500003>
- Dunker, C. (2021). O mal-estar no século 21. *Quatro cinco um*, 42. <https://quatrocinco.um.com.br/resenhas/psicologia/o-mal-estar-no-seculo-21>
- Foucault, M. (1987). *Vigiar e punir. História da violência nas prisões*. Vozes.
- Freud, S. (1996 [1926]). *Inibições, sintomas e ansiedade*. Em *Obras completas de Sigmund Freud*, vol. 20. Imago.
- Freud, S. (2010 [1930-1936]). *O mal-estar da civilização. Novas conferências introdutórias a psicanálise e outros textos*. [P. C. de Souza, trad.]. Companhia das Letras.
- Frankl, V. E. (2020). Em busca de sentido: um psicólogo no campo de concentração. [W. O. Schlupp e C. C. Aveline, trads.]. (51.ª ed.). Sinodal.
- Gondar, J. (1986). A Clínica como prática política. *Lugar comum*, 19, 125-134.
- Giddens, A. (2002). *Modernidade e identidade*. Zahar.
- Han, B. C. (2021). *Sociedade paliativa. A dor hoje*. [L. Machado, trad.]. (1.ª ed.). Vozes.

- Han, B. C. (2022). *A expulsão do outro. Percepção e comunicação hoje*. [L. Machado, trad.]. Vozes.
- Han, B. C. (2024). *Sociedade do cansaço*. [Ê. P. Giachini, trad.]. Vozes.
- Lacan, J. (2005). *O seminário. Livro 10: Angústia*. Zahar.
- Moreira, M. D. e Filho, M. J. de. (1992). Psicoimunologia hoje. Em J. de Mello Filho (org.). *Psicossomática hoje* (pp. 119-151). Artes Médicas.
- Naim, M. (2013). *O fim do poder. Nas salas da diretoria ou nos campos de batalha, em igrejas ou Estados, por que estar no poder não é mais o que costumava ser?* [L. Reyes Gil, trad.]. LeYa.
- Nietzsche, F. (1998 [1887]). Genealogia da moral: uma polêmica. [P. C. de Souza, trad.]. Companhia das Letras.
- Nietzsche, F. (2014). *Crepúsculo dos ídolos ou como se filosofa com o martelo*. [J. L. Viesenteiner, trad.]. Vozes.
- Ramos, P. L. B. V. (2024). O mal-estar na filosofia ocidental na perspectiva de Nietzsche. *Kairós: Revista Acadêmica da Prainha*, 20(1), 231-244.
- Reis, A. L. P., Fernandes, S. R. P. e Gomes, A. F. (2010). Estresse e fatores psicossociais. *Revista Psicologia Ciência e Profissão*, 30(4), 712-725. <https://doi.org/10.1590/S1414-98932010000400004>
- Roudinesco, E. e Plon, M. (1998). *Dicionário de psicanálise*. [V. Ribeiro e L. Magalhães, trad.]. (1.ª ed.). Zahar.
- Rosa, B. P. G. e Winograd, M. (2011). Palavras e pílulas: sobre a medicalização do mal-estar psíquico na atualidade. *Revista Psicologia & Sociedade*, 23, 37-44. <https://www.scielo.br/j/psoc/a/mc8GbxhvsTdDfbPsK7PYRnc/?lang=pt>
- Rüdiger, F. (2013). *As teorias da cibercultura. Perspectivas, questões e autores*. (2.ª ed.). Sulina.
- Kahneman, D., Sibony, O. e Sunstein, C. R. (2021). *Ruído. Uma falha no julgamento humano*. [C. de Arantes Leite, trad.]. (1.ª ed.). Objetiva.
- Kierkegaard, S. (1961). *O desespero de angústia*. Livraria Tavares Martins.
- World Health Organization (WHO). (2022). *World mental health report. Transforming mental health for all*. <https://iris.who.int/bitstream/handle/10665/356119/9789240049338-eng.pdf?sequence=1>
- World Health Organization (WHO). (1964). Constitution of the World Health Organization. http://whqlibdoc.who.int/hist/official_records/constitution.pdf

André Luís Woloszyn es psicanalista pelo Instituto Brasileiro de Psicanálise Clínica (IBPC), formando em Psicologia pela UNISINOS. Atuou como analista da área de contraterrorismo na Secretaria de Assuntos Estratégicos da Presidência da República (SAE), diplomado em Inteligencia Estratégica pela Escola Superior de Guerra (ESG), Mestre em Direitos Humanos pela Laureate International Iniversities.

Recepción: 21/1/2025

Aceptación: 21/4/2025