

# Vergonha e Humilhação, duas emoções centrais

Valeria Bigliani Ferreira

Resenha de Carlos Guillermo Bigliani,  
Rodolfo Moguillansky, Carlos E. Sluski,  
*Humilhação e Vergonha, um diálogo entre  
enfoques sistêmico e psicanalítico*,  
São Paulo, Zagodoni, 2011.

Vergonha e humilhação são emoções centrais, das quais derivam sofrimentos pessoais e incontáveis conflitos interpessoais e sociais. Aparecem como pano de fundo de histórias bíblicas, tal como no assassinato de Abel por Caim, e se evidenciam na emergência de movimentos sociais como o nazismo, uma decorrência reativa ao Tratado de Versailles.

Sendo um tema fascinante, surpreende que tais emoções tenham sido abordadas tão timidamente pelas diversas disciplinas.

*Humilhação e Vergonha – um diálogo entre enfoques sistêmico e psicanalítico* é produto de um seminário sobre o tema, realizado em 2008 na cidade de São Paulo. Os autores compartilham uma história, desde que são psiquiatras e psicoterapeutas formados na Argentina, onde Rodolfo Moguillansky permanece, enquanto os outros dois imigraram – Carlos Guillermo Bigliani para o Brasil e Carlos Sluski para os Estados Unidos. Os dois primeiros desenvolveram um trabalho teórico, clínico e docente predominantemente na área da psicanálise, enquanto Carlos Sluski contribuiu com avanços na teoria e na prática da terapia sistêmica.

**Valeria Bigliani Ferreira** é médica psiquiatra no HCFMUSP, PhD pelo King's College London, com graduação em Psychoanalytic Studies na Tavistok Clinic (London).

O livro segue o modelo do seminário. O intercâmbio amistoso entre as ideias psicanalíticas e sistêmicas se organiza em capítulos da autoria de cada um dos participantes, ao que se seguem comentários por parte dos outros dois.

Bigliani apresenta no primeiro capítulo algumas reflexões sobre pontos de encontro e desencontros das distintas teorias que alimentam o trabalho dos autores. São apresentadas hipóteses sobre um período de fechamento da psicanálise em torno de uma hiper-valorização do intrapsíquico, o que teria provocado, no início dos anos 1950, uma reação contrária fortalecendo uma concepção pragmática e criativa que, deixando entre parênteses tais determinações intrapsíquicas, enfatizava como principais determinantes da psicopatologia as interações interpessoais e os sistemas nos quais faziam parte os sujeitos. Esse movimento fez com que muitos terapeutas deixassem de lado o “interior da mente” e se dedicassem ao estudo dos sistemas de relações nos quais os pacientes se encontravam imersos e dos mecanismos mediante os quais o próprio sistema estaria doente e os fazendo adoecer. Boa parte do desenvolvimento da terapia familiar sistêmica é tributária deste movimento.

Diversos autores psicanalíticos destacaram também a importância da cultura, da sociedade, da família e do “outro” na constituição do sujeito e na produção de sua patologia, afastando-se das determinações estritamente intrapsíquicas. Além de Freud, com suas profundas reflexões sobre as massas, a cultura e a história, muitos outros teóricos da psicanálise passaram a reavaliar, dentro do conjunto de determinantes da patologia mental (“séries complementares”), as variáveis da família e da sociedade. Nesses espaços foram descritas, por exemplo, as resistências por repetições complementares que se somariam, em sua sobredeterminação, às resistências intrapsíquicas descritas classicamente pela psicanálise, às estruturas vinculares de repetição melancolizadoras ou segregadoras, e foi enfatizada a questão da transmissão do psiquismo entre gerações. O problema da humilhação transgeracionalmente

reforçada, que pode facilitar condutas autodestrutivas, é exemplificado com um episódio que envolve o fundador da psicanálise em suas reflexões suicidas junto com sua filha Ana, durante a invasão de Viena pelas tropas alemãs.

Bigliani discute também como as reiteradas experiências de humilhação às quais um adolescente pode ser submetido têm o potencial de facilitar sua transformação num sujeito capaz de perpetrar crimes coletivos (assumindo o papel de vingador) ou num suicida, e como as experiências de humilhação de um povo podem facilitar a produção de “homens (e mulheres) bomba”. O problema do *bullying* escolar, empresarial, o *cyberbullying* é visitado através de exemplos que consideram como os grupos refletem e potencializam uma intolerância ao diferente que também pode ser alimentada pelos estados.

O autor sugere que para produzir intervenções terapêuticamente eficientes é necessário fazer a análise na interseção dos processos intrapsíquicos e familiares com os processos coletivos e sociais.

Bigliani revisa a problemática da vergonha, mostrando com exemplos clínicos como esta emoção pode anunciar uma tentativa de diferenciação da submissão às pessoas ou aos valores de outros significativos. E também como esta diferenciação pode gerar angústia, o que leva à evitação da diferença procurada, estimulando um movimento regressivo da simbolização em direção ao narcisismo e à anulação dessa desejada diferença. Casos clínicos e discussões teóricas exemplificam alguns destinos para a vergonha, entre eles a fuga ou a reclusão, a ausência de vergonha, a vergonha permanente e a invasão do Eu pela vergonha automática com descontrole corporal.

Sluzki nos lembra em seu capítulo que viver em sociedade requer a construção de uma identidade caracterizada, dentre outras coisas, por uma seleção de comportamentos que evitam a eclosão, no sujeito e nos outros, de emoções sociais desagradáveis e maximizam a eclosão de emoções sociais agradáveis. O autor nos convida a refletir sobre a noção de construção social do *self* (Mead, 1982) e

sobre seu corolário, a teoria dos rótulos. Esta trata do impacto das profecias negativas realizadas pelos outros na construção da identidade dos sujeitos.

Sluzki desenvolve a dimensão terapêutica aplicada às emoções de humilhação e vergonha e propõe uma forma criativa de intervenção parcialmente estruturada para modular o sofrimento do Eu ocasionado por elas. Em seu caminho, percorre temas éticos, políticos e religiosos que, envolvidos nessas dinâmicas, marcam as relações dos sujeitos, das famílias e das nações.

Ao tratar da construção de uma realidade compartilhada e da luta por posições privilegiadas, Sluzki destaca que a disputa pelo lugar de vítima possui um papel fundamental nas narrativas interpessoais, institucionais e internacionais. Existem muitas situações clínicas nas quais essa disputa adquire dimensões específicas que merecem ser levadas em conta no processo de programar as intervenções terapêuticas. As narrativas traumáticas que ancoram os sujeitos (ou grupos, instituições e até mesmo nações) em práticas centradas na vergonha (e seu correlato, a retração social e a inação) ou na humilhação (e seu correlato, a vingança impune), uma vez reveladas, abrem as portas a alternativas terapêuticas enriquecedoras.

Vale destacar que a ideia de transformar uma história que evoca vergonha em uma que permita recuperar a autoestima *sem* passar por histórias intermediárias de humilhação (e seu correlato, as fantasias de vingança que a legitimam) costuma não ser viável por sua trivialidade – é como se o terapeuta exortasse: “não se sinta tão assim como se sente!” –, visto que não desafia o estilo estereotipado, ou seja, não modifica a relação entre o *self* e o outro, nem favorece um equilíbrio ético entre a responsabilidade própria e a alheia. O mesmo se pode dizer de tentativas de mobilizar uma história da qual deriva a experiência de humilhação *sem* incluir componentes de vergonha, na qual a passagem a histórias de reivindicação é trivial – como se o terapeuta recomendasse: “Não o mate, processe-o!” –, a menos que se resgate a humanidade da experiência de vergonha (tanto diante dos outros quanto do *self*).

Assim, ao tratar da direção do processo de mudança no contexto terapêutico, o autor propõe uma estrutura de passagem via intervenção psicoterápica de situações de vergonha a estados emocionais de humilhação (e vice-versa). Propõe resgatar e redirecionar o Eu submisso a sentimentos negativos e autoacusações, oferecendo com esse fim uma vasta exemplificação clínica. A transformação terapêutica de histórias de vergonha e humilhação em histórias que incluem responsabilidade, autoria e mudança é frequentemente longa e trabalhosa, dada a coesão sistêmica de toda narrativa, ainda mais as ligadas a experiências extremas ou a sintomas persistentes, assim como a vantagem social ou a pressão social que algumas podem gerar. As orientações terapêuticas propostas constituem uma possível diretriz para facilitar não só a desestabilização das histórias de vergonha ou humilhação, como também sua transformação em direção à solução de muitos conflitos presos nessa dinâmica.

Moguillansky sintetiza praticamente as bases teóricas da Psicanálise, em especial, os conceitos que posteriormente são usados para caracterizar humilhação e vergonha. Para ele, vergonha e humilhação são emoções fundamentais nas relações consigo mesmo e com os outros, operando sobre a autoestima (que se mede pela distância que sente o Eu em relação ao Ideal do

Eu) e sobre a percepção da estima dos outros. Frente às perfeições que propõem os sistemas de ideais internalizados, o Eu sente uma insuficiência que experimenta como “menos-valia” ou desproteção (“menos-valia” estética: lindo/feio ou “menos-valia” ética: bom/ruim). O Eu estaria assim condenado a não alcançar ou nunca coincidir com seu próprio Ideal. A vergonha é a tomada de consciência da inadequação do Eu perante o Ideal do Eu.

A vergonha afetaria o Eu em função do juízo de atribuição (ter ou não ter algum atributo), enquanto na humilhação o Eu se veria afetado em seu juízo de existência (ser ou não ser de alguma maneira).

No caso da humilhação, existiria uma distância dolorosa com o Ideal. O mesmo ocorre com a vergonha, mas aqui o Eu seria também afetado por uma ofensa causada pelo poder do outro (ou outros), o que provocaria uma coisificação do Eu. A humilhação, ao produzir essa ferida narcísica no Eu, pode levar o sujeito a uma identificação heroica (Lagache), de onde emergem desejos de destruir o outro ou a si mesmo (suicídio), podendo o perdão, nessas circunstâncias, autorizar o Eu a um distanciamento e “cicatrização” da vivência de humilhação. Dois exemplos de psicanálise aplicada a um filme e a uma produção literária finalizam seu capítulo.