

O PERIGO DO CARÁTER NEURÓTICO COMPULSIVO

Enquanto o neurótico de ansiedade, por sua estrutura de caráter, tende simplesmente à insegurança e a ter pensamentos "enganchados", na condição do neurótico compulsivo se tem que tratar com uma disposição *anancástica* de caráter que o impele ao pedantismo, ao fanatismo de limpeza e às idéias escrupulosas.

NEURÓTICO ANSIOSO

A insegurança básica e a hiper-reflexão sobre fatos negativos levam a ansiedades de expectativas, que justamente ocasionam o negativo.

NEURÓTICO COMPULSIVO

O anseio básico de perfeição cem por cento leva a uma exagerada ansiedade com os defeitos, e isto resulta ser o maior defeito.

Os dois têm em comum:

- atitude negativa de expectativa perante a vida,
- ansiedade ao redor de si e ansiedade consigo,
- tendência à exageração de coisas insignificantes.

O caráter anancástico é o caldo de cultura em que pode crescer uma neurose de compulsão, mas não necessariamente. Se se contrai ou não a doença, depende da atitude do indivíduo em face da sua predisposição de caráter, e a atitude é essencialmente livre, portanto é também corrigível. No tratamento de neuroses de compulsão, sempre deverá ter lugar em acréscimo, além do tratamento de sintoma, uma correção de atitude, para que o paciente se preserve das recaídas.

Consideremos primeiro o processo circular da neurose compulsiva que por sua vez foi feito explodir com auxílio da intenção paradoxal. No começo está presente — como no aparecimento da neurose de ansiedade — algo fatalístico: o "incidente" compulsivo é, o mais das vezes, uma idéia totalmente absurda de uma coisa monstruosa que o indivíduo poderia executar; seria como atirar a criança pela janela, enfiar uma faca na barriga do vizinho, ou empurrar na frente do ônibus os transeuntes à espera na parada de ônibus...

De onde provém essas incidências, ninguém sabe; * desconhecemos em absoluto como se produz o "incidente", até mesmo na vida sadia. Não sabemos de onde o compositor tira suas melodias e o inventor suas idéias. O destino do neurótico compulsivo é, de qualquer modo, produzir representações extraordinariamente inverossímeis, pessimistas, que dizem respeito a ele ou aos seus modos de agir. (Por inverossímil que seja a idéia que nele venha a "incidir" — isso não é impossível. O impossível, isto é, o que é estranho ao real, só "incide" no psicótico, para quem a realidade vai sendo perdida paulatinamente. Assim, poderia por ex. incidir no psicótico, de repente, a representação de que ele se tenha transformado no diabo em pessoa — o que é faticamente impossível, enquanto pode "incidir" no neurótico compulsivo por ex. a idéia de que ele tenha de repente um ataque e enlouqueça — o que, apesar da verossimilhança extremamente escassa, sempre é possível em qualquer homem; na verdade, por causa dessa verossimilhança muito pequena, não vale a pena pensar mais nela.) Se um homem, agravado com a carga de um caráter anancástico, não conseguir levar a sério suas incidências compulsivas, tudo bem; mas aí dele, se tentar avaliá-las, apesar de sua inverossimilhança de ameaça séria, e se tiver medo de que se realizem. É que ele luta contra a suposta ameaça, tentando evitá-la a todo custo — não tocar mais no bebê, jogar para longe de casa

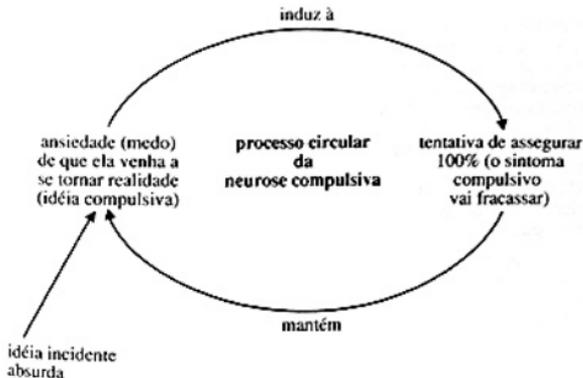
* Sabemos pelo menos que elas não provêm de um desejo secreto. Seríamos muito injustos com o neurótico compulsivo se quiséssemos atribuir-lhe o desejo secreto daquilo que ele teme. Seu medo é verdadeiro, se não, o método da intenção paradoxal nada poderia fazer em seu benefício. Considere-se quanto seria perigoso para aquele que sofre temores compulsivos se fosse aconselhado a prejudicar as outras pessoas, onde ele tivesse de "provocar um banho de sangue", quando de fato há por trás uma oculta intenção de morte! Mas não é este o caso.

das as facas, deixar de usar o ônibus para não causar al a ninguém. Não só isso: ele passa a controlar se não há nenhum objeto pontiagudo em casa, se o vizinho está são salvo em sua residência; ou reconstrói mentalmente por horas a fio os caminhos por onde andou há pouco, se passou o lado da parada de ônibus etc. Ele busca, em princípio, uma segurança cem por cento num mundo em que nada é seguro cem por cento.

Pode-se provar que o quadro clínico repetitivo, típico do neurótico compulsivo, pode reduzir-se a uma insuficiência do sentimento de evidência, e a compulsão de controle, a uma insuficiência de segurança instintiva. Com razão E. Straus opinou que o neurótico compulsivo é caracterizado por uma aversão contra tudo que é provisório. Não menos característica é, a nosso ver, uma intolerância a tudo que é acessório. Quando se trata de conhecimento, nada pode ser acessório, nada pode ser provisório quando se trata de decisão. Ao contrário, tudo deve ser definido e permanecer definitivo. O neurótico compulsivo, porém, gostaria em grau máximo de evidenciar tudo — até o que de nenhum modo é demonstrável racionalmente, por exemplo, sua própria existência, ou até mesmo a realidade do mundo exterior. Ora, o mundo exterior é tão indubitável quanto indemonstrável. (Frankl, 31)

A tentativa para se assegurar um rendimento cem por cento vai, portanto, fracassar, e o comportamento de evitação do doente de compulsão só terá como consequência o não mais experimentar a evidência de que seus "incidentes" absurdos sejam realmente absurdos (o inverossímil total). Ele não tem mais facas em casa mas não sabe se não assassinaria alguém caso tivesse uma faca. Todas as facas retiradas de circulação também não oferecem juntas nenhuma garantia de que, afinal, não possa usar qualquer outro "instrumento de homicídio". Assim o medo da coisa temida fica permanentemente ativo, embora a coisa temida não se realize.

Aqui tem aplicação o desejo paradoxal. Este consiste, segundo padrão comprovado, em que nada "seja mais recomendável do que precisamente realizar a coisa temida". Se



a ansiedade fica abolida porque neutralizada pelo desejo paradoxal, fica então igualmente abolido todo motivo de anseio por segurança e de comportamento de evitação. O paciente corre de novo o risco de "arriscar uma chance" e experimenta a sensação de que as coisas marcham totalmente sem perigo; ele na realidade não causa mal a uma mosca nem pensa em transformar em realidade uma das suas imagens internas de horror. Isso lhe dá a segurança, de que tanto necessita, de nunca duvidar de si, apesar do seu ser escrupuloso.

Tive um paciente que, quando sua filha trazia para casa amigas para brincar, sempre lhe vinha a idéia de que poderia ter toques imorais com as meninas, ou até, num momento não vigiado, violá-las. Embora fosse homem profundamente honesto e de muita fé, esta visão terrível o perseguia de tal modo que ele preferia trancar-se no escritório, sempre que houvesse visita das jovens em casa. Naturalmente, nem a filha nem a esposa compreendiam o seu comportamento estranho; a filha acreditava que o pai achasse ruim ela trazer amigas, e a mulher o censurava por afastar-se do cumprimento da obrigação de pai, deixar os filhos fazerem o que bem entendem. Houve brigas do casal e uma diminuição de rendimento escolar da filha. Com a minha orientação, o paciente abalçou-se a sair de novo do escritório, com as colegas de sua filha brincando em casa, mas foi ao mesmo tempo exortado à intenção paradoxal. Ao abrir a porta do

escritório lá estava ele a "petiscar no lanche da tarde com umas duas garotas, tendo de compensar-se com as outras para o jantar". Entre uma coisa e outra ainda "tinha de ocupar-se um pouco com a filha" para "não ficar fora de forma o resto da tarde". Mas diante de Deus confiava tranquilo: "Ele sabia exatamente o que se passava no coração" e que o desejo paradoxal "imoral" não tinha nenhum outro fim que restabelecer a saúde mental (desejada por Deus). Com esta receita todo o fantasma da neurose compulsiva desapareceu em poucas semanas e o homem continua hoje um pai amoroso e bom marido.

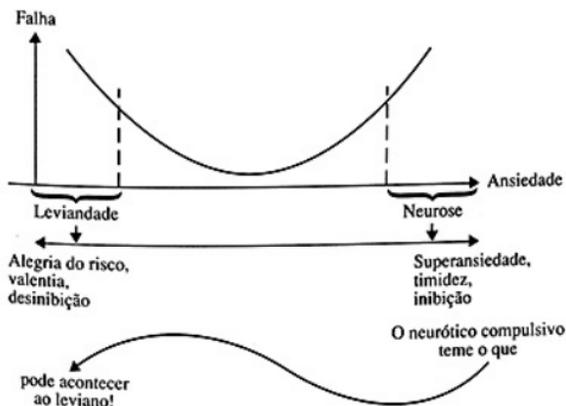
Nas neuroses de compulsão podem-se empregar sem reserva fórmulas paradoxais, pode-se aconselhar o paciente a "jogar à toa pela janela os bebês", ou "espetar os vizinhos em fila" — todas, coisas que têm uma única consequência na realidade, isto é, que um pobre homem atormentado fique livre de seu sofrimento. O neurótico compulsivo jamais cometeria os males que teme, porque, em razão de seu caráter anancástico, ele tenderia é para o perfeccionismo: ele quer fazer tudo correto, absolutamente correto — é este sem dúvida o seu problema, isto é, diante do sincero desejo de fazer tudo bem, pratica ações afinal totalmente erradas. Mas se, com a defesa da intenção paradoxal, houver regressão da doença, a tendência à ordem e ao comportamento correto entrará novamente na normalidade; não se dará o menor indicio de descarrilhamento psicopático de natureza grave.

A esta altura gostaria de lembrar a função em U da ansiedade que, de acordo com investigações mais exatas da Psicologia Experimental, comprova que as falhas de um indivíduo na vida prática aumentam tanto no caso de alto grau de ansiedade quanto no de baixo grau. Diz-se por ex., entre alpinistas, que propriamente só dois tipos de pessoas estão em perigo de precipitar-se: os levianos que, mal equipados e com qualquer tempo, querem tomar de assalto os picos, e os ansiosos, que sobem por puro medo.

Ora, o neurótico compulsivo sem dúvida faz parte do grupo dos ansiosos, medrosos, inibidos (ver, à direita no esboço da pág. ao lado). Mas os conteúdos de suas idéias obsessivas poderiam, se tanto, tornar-se realidade entre pessoas extremamente levianas e desinibidas. (O indivíduo tem que ser muito leviano e desinibido para maltratar as colegas da filha, ou muito furioso para apunhalar outras pes-

soas!) O que, por conseguinte, atormenta o neurótico compulsivo como um pesadelo da possibilidade de fazer isso pode em verdade acontecer com alguém que seja *quase o contrário* do neurótico compulsivo: com o valentão ou com o psicopata (ver à esquerda, no esboço ao lado). E este, por sua vez, não tem medo, embora tenha agido bem em preocupar-se um pouco mais.

(Pense-se nesta "tragicomédia": quem fosse capaz de praticar aquelas ações incorretas, em geral não teria medo; e quem desesperadamente tivesse medo, não seria capaz de praticá-las!). Se, portanto, as fórmulas paradoxais encorajam o neurótico compulsivo na direção da "alegria do risco"



e desinibição, elas simplesmente o empurram ao meio-termo ponderado, e nunca o deixam cair no extremo oposto que de modo nenhum corresponde ao seu natural.

Ao especialista no assunto impressiona o fato de existirem paralelos entre a intenção paradoxal de Viktor E. Frankl e o método da *prescrição de sintoma*, de Paul Watzlawick. Abstraindo do fato de Frankl ter desenvolvido o seu método nos 20 anos em que o chamado Grupo de Palo Alto criou no "Mental Research Institute" da Califórnia, na década