

A depressão gera-se numa relação de amor não correspondido, numa economia depressígena: em que o sujeito dá mais do que recebe. É aí que se desenvolve, forma-se como reacção à perda afectiva pontual e mais visível, mais dolorosa para a pessoa. O drama do depressivo resulta, em grande parte, de ter sido amado de um modo narcísico: a mãe amou-o como uma parte do seu próprio corpo. Ama-o como uma posse, um prolongamento de si mesma, não como um ser separado e diferente. É o amor narcísico do objecto, em que este é investido como uma peça ou um adorno do sujeito amante, tal como se ama um carro caro, ou uma jóia cara. No investimento narcísico do objecto, o sujeito investidor está em primeiro plano, é o mais importante (Coimbra de Matos, 2002). É o caso da mãe que exhibe o filho para se mostrar, para obter atenção de outro, e quando o filho não corresponde ao que espera dele, ou seja, não a reconhece e não a valoriza como mãe, denigre-o e o afasta-o recusando-lhe o teu afecto. Muitas vezes é dito à criança frases deste género: “ **és mau, não gosto de ti**”, que, ditas de uma forma continuada e ao longo do tempo geram a doença, a depressão, doença dos afectos.

Outro aspecto intimamente ligado à depressão (muito frequente em psicoterapia) é a deficiente narcisação da criança no seu papel de futura mulher e futuro homem. **Entende – se por narcisar a função que a mãe e o pai tem de reconhecer o filho em todas as suas fases de desenvolvimento. Narcisar (vem de narciso e tem a ver com a beleza) significa por isso reconhecer e valorizar a beleza, algo que o ser humano precisa durante toda a sua vida, pois não existe sem o reconhecimento do outro.**

Outra forma da depressão, com contornos diferentes da retirada do afecto pelo objecto, é a depressão de inferioridade, e que resulta da deficiente narcisação da criança. A pessoa não foi valorizada enquanto menina e rapaz. Não lhe foi dito que estava bonita, e que iria arranjar muitos namorados, ou namoradas, logo não foi valorizada a sua beleza, mais tarde vai-se sentir sempre feia ou feio apesar de na maioria das vezes serem pessoas bonitas. Também não foram considerados capazes e competentes nas tarefas que faziam, ou tudo o que faziam não chegava para satisfazer os pais. Então, mais tarde, na vida adulta, nada lhe irá correr bem, irá sempre deixar escapar oportunidades por não se sentir capaz, e vai ter sempre a sensação de todos lhe terem passado na frente e serem mais capazes que eles. Estas pessoas que apresentam depressões de inferioridade vivem tristes e desvalorizadas, quando por vezes tem potencial para serem pessoas bem sucedidas a nível pessoal e profissional. À sua volta ninguém percebe o que se passa, na verdade parece até que não tem motivos para se sentirem assim. No entanto a deficiente narcisação empurrou-os para a depressão. Este tipo de depressão não tem só a ver com falta de afecto mas com o reconhecimento da beleza e das capacidades. Se a criança foi reconhecida pelo pai e pela mãe “ **estás tão bonita, vais arranjar muitos namorados**” no seu papel sexual, então quando chegar á adolescência tudo irá ser mais fácil. Aí só lhe resta experimentar na prática se a mãe ou o pai tinham razão há alguns anos atrás, e vai confirmar ou infirmar a opinião parental. Um dia arranja um companheiro e vai-se sentir segura. Se pelo contrario ninguém lhe disse o quanto era bonita e lhe disse que tinha possibilidades de ter muito sucesso com o sexo oposto, então a insegurança instala-se e irá ter imensas dificuldades em

segurar-se numa relação. Pela vida fora irá encontrar pessoas idênticas a ela e, a procurar essa narcisização nos homens ou mulheres que escolhe para companheiros. Essa narcisização, uma vez que é procurada de forma externa (a auto-estima do bebé começa por ser externa, através da mãe, e cada vez mais vai sendo mantida de forma interna num ser humano mentalmente saudável) irá trazer insatisfação e sentimentos depressivos, uma vez que o outro procura exactamente o mesmo, e nenhum tem algo para dar, tendo no entanto tudo para receber. A pessoa chegará a uma fase, normalmente em acontecimentos de vida significativos (nascimento de filhos, casamento, termino de licenciatura, morte de um familiar) em que o self não aguenta o esforço para manter a auto-estima e deprime.

O tratamento deste tipo de depressão passa por psicoterapia, um processo em que a pessoa vai ser narcisada e reconhecida e assim recuperar o seu valor enquanto homem e mulher, quer no seu papel de identidade de género, quer nas suas competências enquanto ser humano útil à sociedade.

Excertos de um seminário na Sociedade de Psicologia Clínica, pelo Professor Coimbra de Matos.