

Desamparo aprendido e neurodivergência

quando tentar deixa de parecer possível

Quando recebi o convite para escrever esta coluna, a proposta era refletir sobre o chamado desamparo aprendido e sua relação com a vida psíquica de pessoas neurodivergentes.

A expressão, à primeira vista, pode parecer quase autoexplicativa. Mas não é.

O desamparo aprendido não diz respeito simplesmente a estar desamparado, na acepção mais comum da palavra. Trata-se daquilo que pode acontecer quando, depois de repetidas experiências de impotência, falta de resposta ou impossibilidade de modificar uma situação, o sujeito começa a aprender que suas ações não produzem efeito.

Dito de uma forma mais simples: depois de tentar muitas vezes e fracassar, pode chegar um momento em que ele deixa de acreditar que ainda vale a pena tentar.

É como uma criança que pede ajuda repetidas vezes e não é ouvida: depois de algum tempo, ela pode parar de pedir, mesmo quando alguém disponível finalmente se aproxima.



Imagem cedida pela convidada

Foi quando compreendi a proposta dessa maneira que a pergunta começou a fazer sentido para mim.

É importante ressaltar que, embora eu atenda predominantemente famílias atípicas, e não pessoas neurodivergentes, a escuta diária dessas histórias, somada à minha experiência como mãe de uma criança neurodivergente, permite-me falar a partir de um lugar de proximidade com o tema.

Mas o que é, de forma simples e objetiva, uma pessoa neurodivergente? É alguém cujo funcionamento neurológico se diferencia do padrão considerado típico. O termo pode abranger, por exemplo, pessoas autistas, com TDAH ou dislexia e não define, por si só, incapacidade: indica outra forma de perceber, processar e responder ao mundo.

Dito isso, o que acontece com uma pessoa neurodivergente quando ela passa boa parte da vida tentando responder às exigências de um mundo organizado predominantemente para pessoas neurotípicas? Quantas experiências de não conseguir são necessárias para que um sujeito comece a acreditar que não consegue? E, principalmente, quando falamos em impotência, estamos falando de uma limitação que pertence apenas ao indivíduo ou também de algo que se produz no encontro entre aquele sujeito e o ambiente em que ele vive?

Foi justamente uma reflexão sobre desamparo e neurodivergência que originou o convite para este texto.

Alguns meses atrás, publiquei no meu Instagram um vídeo chamado “Uma reflexão necessária sobre neurodivergência e desamparo”. Naquela ocasião, um caso havia ganhado enorme repercussão no Brasil. Um rapaz entrou voluntariamente na jaula de um leão e morreu depois de ser atacado pelo animal.

A cena foi reproduzida inúmeras vezes e, junto com ela, vieram rapidamente os julgamentos.

Por que alguém faria aquilo? Era irresponsabilidade? Desejo de chamar atenção? Falta de consciência do perigo?

Enquanto assistia às imagens, alguma coisa me incomodava profundamente.

Talvez porque eu não estivesse olhando para aquele rapaz apenas como espectadora. Eu o via também a partir dos lugares que ocupam minha vida: como psicanalista que trabalha

predominantemente com mães e famílias atípicas, como alguém que convive diariamente com a neurodivergência e também como mãe de uma criança neurodivergente.

E havia algo naquela história que, para mim, não cabia nas explicações rápidas.

Eu via desamparo. Não apenas o desamparo daquele último instante, diante do animal. Eu pensava no que poderia ter existido antes.

Uma possível neurodivergência não reconhecida. Uma história de falta de acesso. Pouco suporte. Vulnerabilidade social. Um sujeito que talvez tivesse atravessado anos sem encontrar no ambiente recursos suficientes para compreender aquilo de que necessitava.

Aquela imagem ficou comigo. E quando comecei a pensar sobre desamparo aprendido, ela voltou. Mas, dessa vez, acompanhada de muitas outras imagens.

Vieram meus alunos. Além de psicanalista, sou professora universitária há vinte anos, quinze deles em uma instituição pública do Estado de São Paulo. Há cerca de seis anos, participo de um projeto de escuta e acolhimento de estudantes. Nos últimos dois anos, começamos a receber, com frequência cada vez maior, alunos com demandas relacionadas à neurodivergência.

Muitos deles chegam sem diagnóstico. Não chegam dizendo “sou autista” ou “tenho TDAH”. Chegam desorganizados. Chegam com dificuldades importantes para acompanhar a rotina acadêmica. Com problemas de regulação emocional. Com comportamentos considerados inadequados. Com dificul-

dade de compreender determinadas regras sociais ou institucionais. Às vezes, simplesmente não conseguem pedir ajuda.

Grande parte desses estudantes vem de famílias de baixa renda. E essa informação não é um detalhe.

Já acompanhei alunos em estados intensos de desregulação dentro da universidade. Já presenciei situações em que se cogitou chamar o SAMU porque não se sabia exatamente o que fazer diante do comportamento daquele jovem. Já vi dificuldade de regulação emocional ser interpretada como falta de respeito, falta de limite ou inadequação.

Em algumas dessas situações, depois de escutar, acolher, conversar e encaminhar, veio posteriormente um diagnóstico — muitas vezes realizado pelo próprio SUS.

E diante desses jovens uma pergunta começou a se repetir para mim:

O que aconteceu com essa criança antes de ela se tornar esse universitário?

Quantas vezes suas dificuldades foram interpretadas como falha de caráter? Quantas vezes aquilo que ela não conseguia fazer foi entendido como aquilo que ela não queria fazer? Quantas vezes um comportamento que expressava sofrimento recebeu como resposta apenas repreensão? Quantas vezes ela tentou e ouviu que não estava tentando o suficiente?

É aí que a ideia de desamparo aprendido começa, para mim, a se aproximar concretamente da neurodivergência.

Vivemos em uma sociedade profundamente organizada em torno daquilo que consideramos padrão.

Existe uma forma esperada de uma criança sentar. Aprender. Conversar. Brincar. Fazer amigos. Demonstrar afeto. Suportar barulho. Aceitar frustração. Controlar o próprio corpo. Frequentar uma escola.

Existe uma expectativa de como uma pessoa deve responder ao mundo. Quando alguém não responde dessa maneira, frequentemente nossa primeira tentativa não é modificar o ambiente. É modificar aquela pessoa.

Talvez seja aí que o capacitismo comece a produzir uma experiência muito particular de impotência.

Uma criança pode tentar permanecer numa sala extremamente barulhenta e não conseguir. Pode tentar suportar determinada sobrecarga sensorial e entrar em crise. Pode tentar executar uma atividade da maneira como lhe ensinaram e não conseguir organizar-se. Pode tentar comunicar um desconforto e não ser compreendida. Pode dizer “não” de uma forma diferente daquela que os adultos reconhecem como válida.

E, repetidamente, ouvir: “Você precisa tentar mais.” “Todo mundo consegue.” “Você precisa se controlar.” “Isso é falta de limite.” “Você precisa aprender.” O que essa criança aprende depois de anos?

Talvez aprenda algo muito diferente daquilo que imaginávamos estar ensinando. Talvez aprenda que seu corpo está errado. Que suas reações estão erradas. Que seu modo de compreender o mundo está errado. Que, por mais que tente, continuará aquém daquilo que esperam dela.

E talvez, em algum momento, deixe de tentar. Não necessariamente porque perdeu uma capacidade. Mas porque perdeu a expectativa de que seu esforço possa produzir algum resultado diferente.

Esse aprendizado, porém, nem sempre aparece de forma óbvia ou como uma desistência silenciosa. Em uma pessoa neurodivergente, o sofrimento pode se expressar por desregulação emocional, choro, gritos, isolamento ou comportamentos considerados inadequados. Muitas vezes, é o psiquismo comunicando, como pode, que aquela exigência se tornou insuportável.

É aqui que a expressão “desamparo aprendido” ganha, para mim, uma força importante. Ela nos obriga a deslocar a pergunta.

Diante de um adulto que parece não ter iniciativa, podemos perguntar quantas iniciativas anteriores foram frustradas.

Diante de uma criança que “desistiu de aprender”, podemos perguntar durante quanto tempo ela foi ensinada por métodos que não dialogavam com a forma como aprende.

Diante de um adolescente que não quer mais se relacionar, podemos perguntar quantas experiências de inadequação, constrangimento ou rejeição antecederam esse afastamento.

O que parece desinteresse pode carregar uma história de fracassos. O que parece passividade pode ter sido construído depois de muitas tentativas sem efeito.



Mas existe ainda outra dimensão importante.

A pessoa neurodivergente não é necessariamente alguém que não se comunica. Às vezes, ela comunica de uma forma que o ambiente não consegue reconhecer.

Esse é um ponto especialmente evidente quando pensamos em sujeitos sem comunicação oral funcional, como é o caso do meu filho Pedro.

Pedro se comunica com poucas palavras, mas se faz entender pelo olhar, por gestos, pelo corpo e por comportamentos, além de utilizar recursos de comunicação alternativa no tablet. Quando aprendemos a reconhecer essas formas de expressão, aquilo que parecia ausência de comunicação passa a ser compreendido como uma linguagem que exige outros caminhos de escuta.

Hoje existem instrumentos importantíssimos de comunicação aumentativa e alternativa. Um tablet, uma prancha de comunicação ou outro recurso pode transformar radicalmente a participação de um sujeito na própria vida.

*Mais escuta
Mais infância
Mais humanidade*

Mas esses recursos não chegam a todos. Não basta a tecnologia existir. É necessário ter acesso a ela, profissionais capazes de implementá-la, família orientada para utilizá-la, escola disponível para incorporá-la.

E aqui chegamos a uma camada de desamparo que não pode ser ignorada: a desigualdade social.

Não podemos falar da experiência da neurodivergência como se condições socioeconômicas fossem irrelevantes.

Uma criança que desde pequena tem acesso a neurologista, psiquiatra, psicólogo, fonoaudiólogo, terapeuta ocupacional, avaliação especializada, recursos de comunicação e uma escola preparada não vive necessariamente a mesma trajetória de uma criança cuja família precisa escolher entre pagar o transporte e comprar alimento.

Isso não significa que dinheiro elimine sofrimento. Não elimina. Famílias com muitos recursos também podem viver profundo desamparo emocional diante da neurodivergência. Mas recursos oferecem possibilidades, e a falta deles fecha portas.

Ao longo da minha prática, tive contato com famílias em situação de grande vulnerabilidade social cuidando de filhos com necessidades intensas de suporte. Nessas famílias, o desamparo se multiplica.

Existe o filho que precisa de acompanhamento. Existe a fila para consegui-lo. Existe o transporte para chegar até o serviço. Existe

a mãe que não consegue trabalhar porque precisa cuidar do filho. Existe a falta de rede de apoio. Existe a dificuldade de compreender um diagnóstico que, muitas vezes, foi explicado numa linguagem distante daquela família. Existe o medo do futuro. Existe o cansaço. Existe uma casa inteira tentando reorganizar a própria vida em torno de demandas que ninguém ensinou aquela família a compreender.

Por isso, talvez seja insuficiente falar em desamparo apenas como experiência individual.

Há um desamparo social. Econômico. Cultural. Institucional. E existe também o desamparo daqueles que cuidam.

Quando pensei inicialmente sobre o conceito, uma pergunta me ocorreu: quem aprende o desamparo?

A pessoa neurodivergente ou seu cuidador? Talvez os dois possam aprender.

Uma mãe procura ajuda e não encontra. Procura escola e recebe recusas. Pede adaptações e não consegue. Espera meses ou anos por um atendimento. Busca apoio durante uma crise e escuta que o problema é falta de limite.

Depois de repetir esse percurso inúmeras vezes, ela também pode começar a acreditar que nada do que fizer será suficiente.

“Não adianta pedir.” “Não adianta explicar.”
“Eu preciso resolver sozinha.”

O desamparo deixa então de pertencer apenas a um indivíduo e começa a circular pelo ambiente.

É aqui que Winnicott se torna, para mim, um interlocutor importante. Não porque tenha formulado o conceito de desamparo aprendido. Não formulou. Mas porque sua obra nos ensina a olhar para o desenvolvimento humano sempre em relação a um ambiente.

O sujeito não se constitui sozinho. Existe dependência. Existe necessidade de sustentação.

Existe um ambiente que pode responder de maneira suficientemente boa às necessidades daquele sujeito e existem também falhas nessa sustentação.

As ideias winnicottianas de privação e de privação nos ajudam a pensar justamente no que acontece quando aquilo de que o sujeito necessita não esteve disponível ou quando algo importante, anteriormente disponível, deixa de estar.

Talvez seja possível transportar essa pergunta para a neurodivergência sem transformar Winnicott em autor de um conceito que não criou.

O que acontece quando um sujeito passa repetidamente pela experiência de precisar e não encontrar resposta?

E talvez “falta de resposta” seja justamente uma expressão que precisa ser compreendida com cuidado.

Não significa apenas que ninguém falou com ele. Pode significar que a ação daquele sujeito não modifica nada.

Ele demonstra desconforto e o estímulo permanece. Ele tenta dizer que não consegue e a exigência permanece. Ele manifesta sofrimento e recebe correção. Ele tenta comunicar-se e não é compreendido. Ele tenta participar e encontra um ambiente que exige que participe exatamente da maneira que lhe é mais difícil.

O mundo responde, mas não responde àquilo que ele está comunicando. Essa talvez seja uma das formas mais profundas de desamparo.

Existe, ainda, uma questão particularmente delicada para quem convive com crianças neurodivergentes. Grande parte do esforço de famílias, escolas e tratamentos é compreensivelmente direcionada para ampliar autonomia, desenvolver habilidades, facilitar a convivência social e oferecer àquela criança recursos para estar no mundo.

Nada disso precisa ser abandonado. Mas existe uma fronteira que merece ser observada.

Até que ponto estamos ajudando aquela pessoa a ampliar suas possibilidades e até que ponto estamos ensinando que, para pertencer, ela precisa parecer o mais neurotípica possível?

A diferença é sutil, mas fundamental. Adaptar não é necessariamente violentar. Ensinar não significa necessariamente apagar uma diferença. Desenvolver uma habilidade não significa negar a singularidade daquele sujeito.

Mas quando toda intervenção carrega silenciosamente a mensagem de que a forma adequada de existir é aquela que mais se aproxima do funcionamento neurotípico, podemos produzir outro tipo de desamparo.

O desamparo de perceber que ser aceito depende de conseguir esconder aquilo que se é. Talvez algumas pessoas neurodivergentes não tenham aprendido apenas que são diferentes. Talvez tenham aprendido, depois de repetidas experiências de inadequação, que não importa o quanto tentem: continuarão erradas aos olhos do outro.

E é nesse ponto que a questão deixa de ser apenas educacional, comportamental ou social e se torna também uma questão psíquica.

O que uma história repetida de impotência faz com a confiança de um sujeito em si mesmo?

O que acontece quando ele deixa de esperar que o ambiente possa compreendê-lo? O que acontece quando pedir ajuda deixa de fazer sentido? Quando comunicar deixa de fazer sentido? Quando tentar deixa de fazer

sentido? Talvez o desamparo aprendido comece justamente aí.

Não quando o sujeito descobre que possui limites — todos nós possuímos.

Mas quando passa a acreditar que nenhuma ação sua poderá produzir alguma transformação possível em sua realidade.

E talvez essa seja também uma questão ética importante para a psicanálise.

Porque, diante de alguém que passou a vida sendo corrigido, conduzido, treinado, interpretado e decidido pelo outro, talvez uma contribuição importante da análise dos cuidadores seja ajudá-los a elaborar suas próprias angústias e a acolher a singularidade de quem é cuidado.

Quando há possibilidade de simbolização pela fala, a análise da própria pessoa neurodivergente também pode abrir um espaço para elaborar experiências de inadequação, impotência e desamparo.

Talvez uma de suas funções seja permitir que alguma experiência diferente aconteça.

A experiência de que sua fala produz efeitos. De que seu modo de comunicar pode ser escutado. De que seus limites podem ser reconhecidos sem que toda possibilidade seja retirada. De que existir de maneira diferente não significa estar condenado à impossibilidade.

Quando volto à imagem daquele rapaz diante da jaula do leão, talvez seja isso que continue me inquietando.

Eu não consigo olhar apenas para o ato final. Pergunto-me pela história anterior. Por tudo aquilo que aconteceu antes que aquela cena se tornasse possível. Talvez falar sobre desamparo aprendido e neurodivergência exija justamente esse movimento.

Antes de perguntarmos por que determinado sujeito deixou de tentar, talvez precisemos perguntar:

Quantas vezes ele tentou antes e ninguém conseguiu perceber?

Texto: Marina Codo

*Toda história
pode ganhar
outro sentido*

NOTA SOBRE A AUTORA

Marina Codo

Psicanalista

Mãe e pesquisadora das infâncias reais

 @marinacodopsicanalista 

 www.marinacodo.com.br 

 maedefilhoatipico.com.br 



Imagem cedida pela convidada