

SUELI HISADA



Gotas

PSICANALÍTICAS



INM Editora

SUELI HISADA

Gotas

PSICANALÍTICAS



INM Editora

Ilustrações

T O M A U G U S T O

Copyright © 2024 by Sueli Hisada e Tom Augusto
Todos os direitos desta edição são reservados à INM Editora.
Nenhuma parte desta obra poderá ser reproduzida
ou transmitida, seja por meio impresso ou digital, sem
a permissão prévia da INM Editora, de acordo com a Lei nº.
9.610/98. Foi realizado o Depósito Legal na Fundação Biblioteca
Nacional, de acordo com a Lei nº. 10.994, de 14 de dezembro
de 2004 e a Lei nº. 12.192, de 14 de janeiro de 2010.
Segundo o Novo Acordo Ortográfico, 5ª. Edição do Vocabulário
Ortográfico da Língua Portuguesa, Academia Brasileira
de Letras, de março de 2009.

Editores: Sergio Gomes e Bruno Ricardo Gomes

Diretor Comercial: Bruno Ricardo Gomes

Preparação de Texto: Priscila Calado

Revisão Textual: Priscila Calado

Secretaria: Nawana Taranto

Marketing: Lyvia Gomes e Caren Dantas

Ilustrações: Tom Augusto

Capa e Diagramação: Tom Augusto

Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP)
(Câmara Brasileira do Livro, SP, Brasil)

Hisada, Sueli

Gotas psicanalíticas / Sueli Hisada. -- São Paulo : INM Editora, 2024.

ISBN 978-65-85823-13-5

1. Apontamentos 2. Psicanálise I. Título.

24-218042

Índices para catálogo sistemático:

1. Psicanálise 150.195 - Eliane de Freitas Leite
Bibliotecária - CRB 8/8415

INM Editora

Rua Frei Caneca, 1380

- Primeiro Andar

Consolação – São Paulo-sp

CEP: 01307-002

Tel.: (11) 5026-7748

contato@inmeditora.com.br

inmeditora.com.br

Instagram: @nebulosamarginal

Facebook.com/nebulosamarginal

Youtube.com.br/NebulosaMarginal

S Ú M A R I O

- 4 - Agradecimentos
- 6 - Prefácio
- 21 - Abraço: O melhor lugar do mundo é dentro de um abraço.
- 22 - Abuso: Infância roubada
- 23 - Adaptar: Adaptar-se é preciso.
- 24 - Adoção
- 25 - Adolescência: Quando a gente acha que tem todas as respostas, vem a vida e muda as perguntas.
- 27 - Adolescente: Dia do Adolescente.
- 28 - Adultescência
- 29 - Agressividade
- 30 - Alcoolismo
- 31- Amizade: Para que serve a amizade?
- 33 - Amor: Para onde vai seu amor?
- 34 - Aniversário
- 35 - Anorexia: Uma boca em estado de coma.
- 37 - Ansiedade
- 39 - Ansiedade: Alexa desligar todos os meus pensamentos ansiosos, repetitivos e desnecessários.
- 40 - Ansiedade x Pânico.
- 41 - Antissocial: Tendência antissocial.
- 42 - Arco-íris: Uma ponte para atravessar
- 43 - Armários
- 44 - Asma
- 45 - Atitudes: Durma com vontades, mas acorde com atitudes.
- 46 - Autoestima: Só tem autoestima quem foi estimado.
- 47 - Automutilação: Cortar-se.
- 48 - AVC
- 49 - Avó: SER avó.
- 50 - Beijo
- 51 - Beleza: Sakura- flor de cerejeira.
- 53 - Bipolar
- 54 - Boicote: Deus me proteja de mim.

- 55 - Bondade
- 56 - Borboleta: Novos ares.
- 57 - Borderline
- 58 - Brincar
- 59 - Bulimia: Fome de boi.
- 61 - Caminho: Onde vai dar esse caminho?
Onde você quer chegar?.
- 62 - Cartunista
- 63 - Casamento: Aliança de casamento.
- 64 - Coisas: Coisas grandes são feitas de um monte de coisinhas.
- 67 - Coisas: Essas coisas só fazem diferença se forem abertas
Faça a diferença. Abra-se.
- 68 - Colecionar
- 69 - Conquista: Conquista ou felicidade.
- 70 - Controle: Querer ter controle de tudo.
- 71 - Criança: Dia das crianças.
- 72 - Criança: Criança, pandemia e dor psíquica.
- 74 - Cuidador: Quem cuida do cuidador?
- 75 - Culpa: Colocar a culpa no outro!
- 76 - Dança: Para que serve a dança?
- 77 - Decepção: O que tomo para ficar melhor?
Eu tomo distância.
- 78 - Dependência: Dependência absoluta, relativa e rumo a independência.
- 81 - Depressão: Distinção entre depressão, ansiedade e TDA
- 82 - Depressão: Matchpoint contra a depressão.
- 83 - Depressão: Distinção entre Tristeza x Luto e Melancolia
- 84 - Depressão: Às vezes pé preciso dar um passo atrás.
- 85 - Desejo: Desejo x Necessidade
- 86 - Desintegração: Desintegração, Não integração, Dissociação.
- 87 - Diabetes
- 89 - Dor: No fundo do poço a saída é olhar para cima.
Dias melhores virão

- 90 - Dor: Pedra do deserto.
- 91 - Dor: Para voltar a navegar o estaleiro é fundamental.
- 93 - Dor: Ostra feliz não produz pérola.
- 94 - Dor: Não deixe a dor ser protagonista da sua vida.
- 95 - Dragão
- 96 - Drogas
- 98 - Elogio
- 99 - Elton John: A solidão do menino.
- 100 - Enfezada
- 101 - Enxaqueca
- 102 - Epilepsia
- 104 - Eric Clapton: Lágrimas de solidão.
- 105 - Esperança: eu quero uma para viver.
- 106 - Esperança: Esperança e Caixa de Pandora.
- 107 - Esquizofrenia: Yayoi Kusama
- 108 - Esquizoidia
- 110 - Falso-self
- 113 - Falta: Quem só vê falta, na falta fica!
- 114 - Felicidade: Dia mundial da felicidade.
- 115 - Férias
- 116 - Fibromialgia
- 117 - Filme: Birdman – o homem pássaro.
- 118 - Filme: A Partida.
- 121 - Filtro: Seja filtro e não esponja.
- 122 - Freddie Mercury: Busca do materno na morte.
- 123 - Frida: SoFRIDA, mas não me Kahlo.
- 124 - Gentileza: Gentileza é ser sol no dia nublado de alguém.
- 125 - Harmonização: Harmonização x self.
- 126 - Hiperatividade
- 127 - Hipertensão: Inimigo Oculto.
- 128 - Hipertireoidismo
- 129 - Hipocondria
- 130 - Hipotireoidismo
- 131 - História: Era uma vez...

- 132 - Hoje: Não espere o amanhã. Faça hoje.
O futuro é incerto.
- 134 - Idoso: Idosos e Pandemia.
- 136 - Iemanjá
- 137 - Imigração
- 139- Imperfeito: Coragem de ser imperfeito.
- 140- Indecisão: A eterna batalha.
- 141 - Insônia
- 143 - Inveja
- 144 - John Lennon: A eterna busca do olhar.
- 145 - Lar: Faz da tua casa uma festa.
- 146 - Livro: Dia do Escritor.
- 147 - Livro: Um bom livro não termina,
se esconde dentro de nós.
- 149 - Ludoterapia
- 151 - Maçãs: Quatro maçãs que mudaram o mundo.
- 152 - Mãe: Para o mundo que eu quero descer.
- 154 - Mãe: Mãe, não tô te vendo!
- 157 - Mãe: Dia das Mães.
- 158 - Mães: Tipos de mães para Winnicott.
- 159 - Mandões: Fuja dos mandões.
- 160 - Manipulador
- 161 - Mar: Amo amar o mar.
- 162 - Medo: Medos infantis.
- 163 - Mestre: Ao mestre com carinho.
- 165 - Monstros: Beije seus monstros que eles
diminuem de tamanho.
- 166 - Monstros: O Retorno.
- 168 - Monstros
- 170 - Morte: Dia dos Mortos.
- 172 - Morte: História sobre a morte.
- 175 - Morte: Sobre a morte.
- 177 - Movimento: Movimento e Saúde.
- 178 - Mulheres

- 180 - Namorados: Dia dos Namorados.
- 181 - Namorofobia
- 183 - Narcisismo
- 184 - Narcisismo: Narciso acha feio tudo que não é espelho.
- 185 - Natal: Feliz ano velho?
- 186 - Natureza
- 187 - Negra: Kamala
- 188 - Normótico
- 189 - Obesidade: Eu engulo o mundo.
- 190 - Olhar
- 191 - Oração
- 193 - Outeiral: Dia da Amizade.
- 194 - Outono
- 196 - Oxigênio
- 197 - Pais: Como nossos pais.
- 198 - Pais: Pais Abusivos.
- 199 - Pais: Pais no mundo infantil.
- 201 - Pais: Meu pai Masao.
- 202 - Pais: Para que servem os pais?
- 203 - Pandemia: Take a break.
- 204 - Pecados: Avareza x Bondade.
- 205 - Pecados: Gula x Temperança.
- 206 - Pecados: Inveja x Caridade.
- 207 - Pecados: Ira x Paciência.
- 208 - Pecados: Luxúria x Castidade.
- 209- Pecados: Preguiça x Diligência.
- 210 - Pecados: Soberba x Lealdade.
- 211 - Pele: Pele como espelho da alma.
- 213 - Perdas: Perdas e Amor.
- 214 - Perdas: Amor x Perdas.
- 215 - Permita-se
- 216 - Perversão: Perversão e Lewis Carroll.
- 217 - Pesos: Solte os Pesos.
- 218 - Peter Pan: Síndrome de Peter Pan.

- 219 - Pets: Importância dos Pets.
- 220 - Pets: Invisibilidade e Pets.
- 221 - Picasso: O amor que adocece.
- 222 - Pinóquio e o Grilo Falante.
- 223 - Porco-espinho: Você parece um porco-espinho?
- 225 - Potes: O que guardar.
- 226 - Presente: Carpe Diem.
- 227 - Primavera: Quando a primavera chegar.
- 228 - Privação: Coringa- Privação e Delinquência.
- 229 - Psicólogo: Importância de fazer outras coisas.
- 230 - Psicólogo: Psicólogo é diferente.
- 231 - Psicólogo: Psicologia no Brasil.
- 232 - Psicose
- 235 - Psicossomática: Precisamos conversar.
- 236 - Reciprocidade
- 237 - Reclamar
- 238 - Relacionamento: mundo complicado.
- 239 - Relacionamento
- 241 - Respeito: O que você faz quando te tratam mal?
Eu me trato bem e vou embora.
- 242 - Sampa: Eu amo Sampa.
- 243 - Saúde: Atividades lúdicas para saúde mental.
- 244 - Self: Você quer ser Godzilla, Pokemon ou Minecraft?
Eu quero ser eu mesmo.
- 245 - Self: Clarice Lispector — Mergulho nas profundezas do ser.
- 246 - Síndrome de Estocolmo
- 247 - Síndrome do Pânico
- 248 - Sofrimento: Criança sofre.
- 249- Solidão
- 250 - Suicídio
- 252 - Supervisão ou Outra Visão.
- 253 - TDAH
- 254 - Teatro: O lado fatal – Lya Luft.
- 255 - Tédio

- 256 - Tênis: Vitória alucinante do touro Nadal.
- 257 - Tênis: Como não amar.
- 258 - Tigre: Esperar que a vida te trate bem porque você é uma boa pessoa é como esperar que um tigre não te ataque porque você é vegetariano.
- 259 - TOC
- 260 - TOD
- 261 - Tóxicas: Pessoas tóxicas.
- 262 - Traição
- 263 - Transferência
- 264 - Transformação
- 265 - Umbigo x Alteralidade.
- 266 - Vergonha
- 267 - Viajar: Criança e adolescente em Bali.
- 268 - Viajar: Desejo de viajar.
- 269 - Viajar: Gratidão.
- 271 - Viajar: Poder de Reconstrução.
- 272 - Viajar: Santuário de Elefantes.
- 273 - Viajar: Tailândia.
- 275 - Viajar: Viajar é transmutar a alma.
- 276 - Vida: Necessita de pausa.
- 277 - Vitória: Baile de Favela
- 278 - Vitória: Esperança é ouro.
- 279 - Vitória: Nossa Fadinha.
- 280 - Viver: Viver o presente.
- 281 - Viver: Não mate a fome só lendo o cardápio.
- 282 - Winnicott: Experiência de morte.
- 283 - Zelig: Filme de Wood Allen.

PREFÁCIO

Eis que, no dia do nascimento do psicanalista José Outeiral, recebo um presente, o convite da Sueli Hisada, amiga e psicanalista, para fazer o prefácio de seu 7º livro “Gotas Psicanalíticas”, em comemoração aos 40 anos de sua clínica. De imediato, fiquei muito surpreso e, confesso, meio atordoado com tanta responsabilidade. Pensei que existem outras pessoas mais experientes em Psicanálise. Por outro lado, seria um prazer imenso prefaciá-lo de uma pessoa tão especial e querida com quem compartilho caminhos que se entrecruzaram há tempos. No dia seguinte, a Sueli me respondeu que, mesmo com minhas ponderações, gostaria de que escrevesse o prefácio de seu livro, como uma forma de retribuir todo o carinho e amizade pela qual preza muito. Entendi que o convite não estava relacionado ao mérito em Psicanálise, mas, sobretudo, ao gesto espontâneo da amizade e da gentileza da Sueli. Em vista disso, aceitei o convite para fazê-lo pelo caminho do afeto e da sensibilidade.

Ao lê-lo, constatei que estava diante de uma belíssima obra. O livro “Gotas Psicanalíticas” dessa brilhante psicanalista e escritora, Sueli Hisada, é desses que, de imediato, ao folhear as primeiras páginas, você se sente atraído, encantado e seduzido. Estou certo de que encantará outros leitores pela forma mágica e singular de sua escrita sobre a psicanálise, a vida e a arte. O livro aborda os principais conceitos psicanalíticos associados a histórias de vida organizados em verbetes em ordem alfabética. A maestria na elaboração de cada verbeço pela autora traz, numa linguagem popular, os complexos

conceitos psicanalíticos, permitindo que as pessoas entrem em contato com esse saber. Sueli espera que as pessoas, na leitura de um ou de vários verbetes, possam viver uma experiência criativa e verdadeira. Logo nas primeiras leituras, deparei-me com o verbeito:

Para que serve a amizade?

A origem etimológica da palavra amizade vem do latim *amicus*, que, por sua vez, vem do termo *amore* (amor), ou seja, é um ato de amor. A amizade está relacionada à afetividade, aos vínculos, à atenção, à reciprocidade, à lealdade e à proteção.

Este, como outros verbetes, foram surgindo como resultado de suas vivências psicanalíticas publicadas no @holding_winnicott, de forma inovadora. A Sueli apresenta conceitos psicanalíticos associados às histórias, facilitando o entendimento com sugestões valiosas para lidar com muitas situações que envolvem sofrimento psíquico.

Agressividade.

Esta história foi criada para trabalhar as questões de dificuldade na expressão da agressividade de um menino de cinco anos, que tinha acabado de entrar na fase edípica. Com outras tantas histórias e conceitos os leitores irão se deparar, muitas das quais descobri que vivenciei. Prossigo na leitura até que entro em contato com uma ação de solidariedade da Sueli, que me encantou.

Bondade.

Antes da pandemia, anualmente, eu fazia uma palestra solidária e doava toda a renda para uma Instituição que necessitava de recursos. A primeira com a qual colaborei foi a do padre Júlio Lancelotti, na Casa Vida I e II, para crianças portadoras de AIDS. Falei sobre a vida de Freddie Mercury, que morreu dessa doença. A cada ano, a solidariedade foi crescendo. Quando você cuida de alguém, você também está cuidando de você, da sua humanidade. Essa foi a forma que encontrei de agradecer por tudo que recebi na minha vida. E retribuir a quem precisa. Em diversos verbetes, a autora conceitua o sofrimento psíquico da criança como ansiedade, borderline, depressão e hiperatividade. Além disso, fala sobre a arte, em especial sobre a música e a pintura. Ainda, aborda a natureza e o esporte em uma aparente colcha de retalhos. Na realidade, o seu fio condutor é a sua própria vida, rica de muitas experiências, de 40 anos de clínica.

Criança sofre.

Engana-se quem pensa que criança não sofre. Traumas sofridos na infância deixam marcas profundas na psique. O primeiro ano de vida é fundamental. Falhas precoces nesse período desencadeiam transtornos. *Uma criança que apanha ou ouve gritos não vai deixar de amar seus pais, mas vai DEIXAR DE SE AMAR*, pois, a cada experiência de agressão, sua estima é rebaixada.

Tive a felicidade de conhecer Sueli nos Encontros Brasileiros de Winnicott, nos idos de 2004. Desde logo, alumbrei-me com sua simplicidade em abordar temas psicanalíticos complexos e pelo seu acolhimento em momentos difíceis.

Escreveu os livros Clínica do Setting em Winnicott, Conversando sobre Psicossomática, Winnicott - Seminários Paulistas, Winnicott - Seminários Brasileiros, Utilização de Histórias no Processo Psicoterápico e Psicanálise na Arte. Todos transformados em palestras e oficinas, muitas das quais participei. O seu novo livro vem complementar essa trajetória. "Gotas Psicanalíticas", de Sueli Hisada, celebra a psicanálise e a vida dos seus 40 anos de trabalho psicanalítico. Suas histórias têm uma voz narrativa que nos encanta com explicações de situações as quais fazem parte da vida. A você, amigo leitor, amiga leitora, desejo-lhe uma leitura fruída e prazerosa.

João Amaral

Pediatra, psicoterapeuta e psicanalista winnicottiano
Professor da Universidade Federal do Ceará – UFC.

SUELI HISADA, GOTAS DE PSICANÁLISE

A autora Sueli Hisada, com sua capacidade fantástica de síntese, e de forma coloquial, fala da vida com clareza, sem palavras desnecessárias, como se estivesse conversando e explicando seus pensamentos. Aborda tudo, vou me restringir às emoções e a algumas vivências.

Escreve sobre ansiedade, amor, depressão, inveja, culpa, decepção, vergonha, necessidade de controle, incapacidade de usufruir o bom e conta sobre a morte e todos os sentimentos que a cercam. Uma delícia de se ler, imagino o prazer de estar sentado em um café lendo de forma tranquila as coisas mais sérias da vida e que levam a grandes reflexões. Um ponto fundamental é que todos nos identificamos com os esclarecimentos e somos despertados para algumas características pessoais que trazem vontade de mudanças em nossa forma de ser, daí, as postagens, agora colocadas em livro, passarem a ter uma função terapêutica ao nomear vivências que não imaginávamos possuir. Um passeio e tanto, através de gotas, pelas mais importantes e intensas emoções do ser humano.

Sérgio Kehdy (psicanalista)



INM Editora