



Márcia Morais Ávila
@marciamoraisavila 

ESTUDO DIRIGIDO PSICANALÍTICO

por Márcia Morais Ávila, Neuropsicanalista Especialista em
Neurociência Afetiva e Psicologia dos Hábitos, Terapeuta
Integrativa Especialista em Práticas Expressivas – Portugal





Introdução

Vivemos uma época em que a vida psíquica deixou de ser apenas vivida para ser exposta, observada e julgada em tempo real. A fronteira entre intimidade e espetáculo tornou-se cada vez mais tênue, e os dispositivos midiáticos passaram a ocupar um lugar central na construção das narrativas sobre comportamento, moralidade e saúde mental. Nesse cenário, os reality shows emergem não apenas como entretenimento, mas como verdadeiros laboratórios sociais, nos quais emoções, conflitos e vínculos são intensificados sob a vigilância permanente do olhar coletivo.

O Big Brother Brasil 26 insere-se nesse contexto como um dos mais expressivos experimentos contemporâneos de exposição humana. Ao confinar sujeitos sob observação contínua, o programa mobiliza afetos primários, ativa mecanismos de defesa arcaicos e evidencia fragilidades emocionais que, fora desse ambiente, permaneceriam mais tempo protegidas pelo cotidiano. O que se revela não é apenas o “jogo”, mas o funcionamento psíquico do sujeito diante da pressão, da exclusão, do desejo de pertencimento e do julgamento social.

Este Estudo Dirigido Psicanalítico propõe uma leitura aprofundada do BBB26 a partir da Psicanálise, da Neuropsicanálise e da Neurociência Afetiva, articulando o real observado no reality com a ficção antecipatória apresentada no filme *O Show de Truman – O Show da Vida*. Ao confrontar realidade e ficção, busca-se compreender como o espetáculo da vida impacta a saúde mental, transforma o sofrimento em produto de consumo e desafia a ética da escuta no mundo contemporâneo.

Mais do que analisar personagens ou falas isoladas, este estudo convida à reflexão sobre o lugar do sujeito na sociedade da vigilância, sobre os limites entre observação e violência simbólica e sobre a responsabilidade coletiva na forma como falamos, julgamos e consumimos o sofrimento psíquico em 2026.

Márcia Morais Ávila

Neuropsicanalista Clínica Especialista em Neurociência Afetiva e Psicologia dos Hábitos, Terapeuta Integrativa Especialista em Práticas Expressivas – Portugal



BBB 26: O Maior Laboratório Social do Século XXI

O Big Brother Brasil 26 consolida-se como um dos mais expressivos laboratórios sociais da contemporaneidade. Em uma sociedade marcada pela hipere Exposição, pela vigilância permanente e pela dissolução dos limites entre público e privado, o reality show ultrapassa o entretenimento e passa a operar como um **dispositivo psíquico**, capaz de intensificar conflitos inconscientes, ativar defesas primitivas e revelar, de forma amplificada, o estado atual da saúde mental coletiva.

O BBB26 não cria conflitos — ele os **expõe, acelera e dramatiza**. Ao colocar sujeitos em confinamento, sob observação contínua e julgamento público, o programa evidencia como o olhar do outro, especialmente quando coletivo e anônimo, interfere diretamente na construção da identidade, na regulação emocional e na capacidade de simbolização.

Confinamento, Jogo e Intensificação das Pulsões

Sigmund Freud descreveu as pulsões como forças fundamentais que buscam satisfação e entram em conflito no laço social. No BBB26, o confinamento atua como um **amplificador pulsional**. O desejo de pertencimento, o medo da exclusão, a rivalidade narcísica e a agressividade emergem de forma intensificada.

Quando um participante afirma:

“Se a gente não partir para o confronto, vamos parecer passivos no jogo”,

observa-se a conversão do sofrimento emocional em estratégia defensiva. O confronto deixa de ser apenas jogo e passa a funcionar como tentativa de preservação do self diante da ameaça de invisibilidade ou rejeição.

Em outro momento, ao ironizar uma colega como:

“a administradora do jogo, que decide quando as pessoas comem e bebem”,

revela-se a vivência de controle e invasão, experiências frequentes em contextos onde a autonomia subjetiva está comprometida.

Violência Simbólica, Acting-out e Falas que Rompem o Campo Ético

O BBB26 também evidenciou falas que extrapolam o campo do jogo e tocam em feridas sociais profundas. A declaração polêmica:

“Eu nasci do prazer, não de estupro”



gerou forte reação pública por mobilizar, de forma agressiva, o tema da violência sexual e da revitimização.

Do ponto de vista psicanalítico, esse tipo de manifestação pode ser compreendido como **acting-out** — uma descarga pulsional que ocorre quando o sujeito não consegue elaborar simbolicamente afetos intensos. No confinamento, a palavra perde sua função simbólica e passa a operar como ataque. O jogo se mistura à descarga emocional, e a ética cede lugar à sobrevivência psíquica.

Diagnósticos Leigos, Rótulos e Psicofobia

Outro fenômeno recorrente no BBB26 é o uso indiscriminado de termos psicológicos como julgamento moral: “*surtado*”, “*bipolar*”, “*psicopata*”, “*não é normal*”. Essas expressões aparecem tanto dentro da casa quanto nas redes sociais, reforçando uma cultura de **diagnóstico leigo**.

A psicanálise sustenta que nenhuma nomeação diagnóstica é possível sem tempo, escuta, transferência e responsabilidade ética. Quando o sofrimento psíquico é reduzido a rótulo, ele deixa de ser compreendido e passa a justificar exclusão, cancelamento e punição simbólica.

O BBB26 como Espelho da Sociedade da Vigilância

O reality explicita o funcionamento de um **superego coletivo**, operado por enquetes, hashtags, cortes de vídeo e julgamentos instantâneos. O sujeito deixa de se perguntar “*o que eu desejo?*” e passa a se perguntar “*como serei visto?*”.

A identidade torna-se performática, regulada pelo medo do cancelamento e pela necessidade de aprovação. É nesse ponto que o real vivido no BBB26 encontra sua ponte simbólica com a ficção cinematográfica.

****Quando a Ficção Antecipou o Real:**

O Show de Truman como Ponte Analítica**

Muito antes da consolidação dos realities, o cinema antecipou seus impactos psíquicos. *O Show de Truman* – *O Show da Vida* apresenta Truman Burbank, um homem cuja existência inteira é transformada em espetáculo, sem que ele tenha consciência disso.

A frase do diretor do programa, Christof, sintetiza essa lógica:

“*Nós aceitamos a realidade do mundo que nos é apresentada.*”



Essa afirmação dialoga diretamente com o BBB26, onde participantes e espectadores passam a naturalizar a vigilância contínua, o julgamento público e a exposição emocional como algo “normal”.

Superego, Controle e Realidade Fabricada

Truman internaliza medos que não são seus — o medo do mar, o medo de sair, o medo de questionar. Seu superego não nasce da relação parental, mas de um sistema de controle absoluto.

No BBB26, embora haja consentimento formal, observa-se processo semelhante: o medo de errar, de falar “errado” ou de ser mal interpretado gera autocensura, ansiedade e colapsos emocionais.

Truman verbaliza em um momento-chave:

“Tem alguma coisa errada com o mundo.”

Essa sensação de estranhamento é comum quando o sujeito começa a perceber o custo psíquico da exposição contínua.

Neuropsicanálise: Trauma Relacional e Estresse Crônico

Do ponto de vista neuropsicanalítico, tanto Truman quanto participantes de realities vivenciam **trauma relacional crônico**. A amígdala permanece em alerta constante, o cortisol se mantém elevado e o córtex pré-frontal perde capacidade de regulação emocional e empática.

O hipocampo registra experiências emocionais intensas associadas à ameaça e à exclusão, favorecendo impulsividade, julgamentos globais e falhas éticas.

Falso Self, Personagem e Ruptura

A leitura winnicottiana mostra que Truman desenvolve um **falso self altamente adaptado** a um ambiente intrusivo. Apenas quando o ambiente falha — uma luz que cai do céu, repetições incoerentes — o verdadeiro self começa a emergir.

No BBB26, quando participantes “quebram o personagem”, choram ou entram em colapso, não estão falhando: estão expressando o conflito entre adaptação extrema e autenticidade subjetiva.

A fala final de Truman simboliza o ato psíquico de separação do Outro:

“Caso eu não os veja novamente: bom dia, boa tarde e boa noite.”



Considerações Finais: Saúde Mental Não é Espetáculo

Em 2026, o sofrimento psíquico não está apenas nos indivíduos, mas na forma como a sociedade observa, julga e consome o outro. A saúde mental, quando transformada em espetáculo, perde complexidade e se torna instrumento de moralização e exclusão.

Segundo dados oficiais da **Organização Mundial da Saúde (OMS)**, mais de **1 bilhão de pessoas vivem atualmente com algum transtorno mental**, sendo a depressão e a ansiedade responsáveis por uma das maiores taxas de incapacidade funcional no mundo. A OMS reconhece a saúde mental como uma das **principais prioridades globais de saúde pública**.

No Brasil, dados do **Ministério da Saúde** indicam crescimento significativo nos índices de ansiedade, depressão e afastamentos laborais por sofrimento psíquico, especialmente após períodos prolongados de estresse social, exposição digital intensa e fragilização dos vínculos.

Esses números reforçam que saúde mental não pode ser tratada como **conversa de roda**, opinião de rede social ou julgamento midiático. Trata-se de uma questão clínica, ética e social que exige formação, escuta qualificada e responsabilidade coletiva.

BBB26 e *O Show de Truman* revelam que o reality show contemporâneo funciona como um poderoso **dispositivo psíquico de exposição, controle e produção de subjetividade**. A ficção antecipou o real, e o real passou a reproduzir a ficção.

Este estudo dirigido convida a uma reflexão ética profunda: não basta assistir, comentar ou julgar — é preciso compreender. Não basta falar de saúde mental — é preciso sustentá-la com ciência, escuta e humanidade.
