

VERSÃO
ATUALIZADA
2ª Edição

O QUE NUNCA ME
CONTARAM SOBRE

PSICANÁLISE

por Ênio Favacho



ÍNDICE



CAPÍTULO

00

INTRODUÇÃO



CAPÍTULO

01

O Psicanalista



CAPÍTULO

02

A Psicanálise



CAPÍTULO

03

Da HIPNOSE

INDICE



CAPÍTULO

04

Considerações Finais



CAPÍTULO

05

Sobre o Autor



CAPÍTULO

06

Quer um PRESENTE?

P463 Favacho Ênio

**O QUE NUNCA ME CONTARAM SOBRE PSICANÁLISE / Favacho, Ênio.
-Fortaleza, CE: Makir Edições, 2022.**

112 p.; 21 cm

ISBN 978-85-54202-12-5

1.Psicanálise. 2. Psicologia 3 Fundamentos. I. Favacho, Ênio. II. Título

CDD: B869.3

CAPÍTULO

00

Introdução



00

Introdução

PROPÓSITO

O que nunca me contaram sobre Psicanálise é uma obra simples, mas de grande valor pela sua proposta: levar conhecimento sobre a importância da psicanálise e o papel do psicanalista na vida de uma pessoa.

Aqui serão tratados pontos básicos, fundamentais, para que todos possam se beneficiar desse profissional no seu papel de analista.



INTRODUÇÃO

Olá,
esse sou eu na noite de autógrafos do meu segundo livro intitulado **THE SECRET OF JOSEF**, um romance emocionante, parte de uma trilogia.

O ano é 2008, o local: a **SARAIVA MEGA STORE** na cidade é Manaus, mas dois anos antes estava lançando meu primeiro livro, a primeira obra dessa trilogia em outra cidade, no **Centro Cultural SESC**, no Rio de Janeiro.

Bem, mas a essa altura talvez você já esteja se perguntando: “ué, mas eu pensei que fosse ler algo sobre psicanálise! Tem algo errado aqui, certamente.”



Não, na verdade não tem nada errado; e sim, nós vamos falar sobre **psicanálise**, seus benefícios e qual ação efetiva tem na vida de uma pessoa.

Mas ir direto ao ponto e abordar o assunto não faria muito sentido para você, acredito, porque não estarias “vendo” uma transformação efetiva.

E a ideia por trás de tudo o que vamos falar aqui é mostrar que existem profissionais dedicados a ajudar você a viver uma vida que sempre sonhou, mas que, por qualquer motivo, você não consegue porque se vê preso, ou mesmo impossibilitado.

Se isso acontece é porque, certamente, há crenças estruturantes, digo, que são parte da sua estrutura de pensamento sobre si mesmo, que o limitam a tal ponto de você não acreditar ser capaz de realizar qualquer coisa que queira. E eu era assim.

Quero contar um pouco da minha jornada e mostrar como um profissional da área da saúde, mais precisamente na psicologia, ou alguém que se ocupe no papel de psicanalista, pode leva-lo a lugares inimaginados e tudo porque você se permitiu ser analisado e decidiu enfrentar os seus maiores medos.

O ano era 1998, quando fui convidado a realizar uma Especialização em Gestão pela Qualidade Total na cidade de São Paulo, no Instituto de Logística de Aeronáutica - ILA.

Durante a apresentação dos professores havia uma psicóloga da PUC, que nos observava com tanto amor que seu olhar nos atraía de forma magnética.

Eu tinha cerca de 32 anos de idade na época e aquele seria o primeiro curso de especialização que eu estaria fazendo pela Força Aérea Brasileira.

Naquela ocasião eu estava bastante entusiasmado com todas as possibilidades que aqueles dias poderiam me proporcionar.



Passadas algumas semanas tive o primeiro contato com aquela psicóloga que tinha o objetivo de nos ajudar e entender o nosso papel no mundo – primeiramente como ente existente e, depois, como agente de mudança.

Afinal, ao término daqueles dias, deveríamos estar aptos a atuar na Gestão de Qualidade em ações específicas no trabalho.

E foi ali, durante aqueles dias, que percebi que tudo o que eu pensava sobre mim mesmo era nada diante de tudo o que poderia ser e realizar.

Fui confrontado, descortinado, desnudo, desafiado e, aos poucos, fui percebendo o quão medíocre eu era naquela época – e não estou exagerando.

Vivia numa bolha, no meu próprio “mundo de Alice” onde minhas magnificas ideias e desejos eram, na verdade, grandes prisões emocionais e que me faziam andar em círculo.

Lembro-me que, certo dia, decidi me encarar de verdade e num determinado exercício, colocar no papel quem eu realmente queria ser, aquilo que pensava ser impossível.

Descobri durante aquela aula o que não queria me tornar, mas que as circunstâncias em que eu vivia estavam me conduzindo como uma folha morta na correnteza de um rio.

Observava os meus amigos de trabalho enquanto falavam durante a dinâmica. Muitos deles em final de carreira, e foi aí que me dei conta de algo: do jeito que as coisas estavam indo, eu seria uma cópia de cada um deles daqui a alguns anos.

Foi aí que a professora se aproximou de mim, um dos mais jovens da turma, e me pediu para falar em voz alta, quais eram as minhas metas a curto, médio e longo prazo, o que eu gostaria de me tornar ou realizar.

Nessa hora a tremedeira tomou conta, meu coração acelerou, a respiração ficou mais intensa (sintomas de ansiedade)...



Mas apesar de todos essas sensações, e o medo de ser rejeitado pelo grupo, falei o que havia posto no papel do exercício daquele dia:

Metas: de 3 a 10 anos.

- 1 - ser um escritor.
- 2 - fazer faculdade
- 3 - aprender a falar inglês
- 4 - chegar ao mais alto grau de educação
- 5 - ser intérprete da língua inglesa
- 6 - ajudar pessoas
- 7 - ser professor universitário
- 8 - comprar um cachorro de raça
- 9 - comprar um carro importado
- 10 - morar numa casa grande.

A professora percebeu que estava diante de um desafio, pois ela já sabia que apesar de eu ter manifestado meus desejos num período de 3 a 10 anos, não possuía nenhum atributo ou qualidade que me lançasse na direção do que havia posto no papel.

E foi nesse exato momento em que ela tomou a decisão de, como uma psicóloga, me pegar pela mão e me conduzir cuidadosamente, passo a passo, rumo aos meus objetivos.

Cerca de 9 anos depois consegui alcançar praticamente todos os itens listados, com exceção de um.

Hoje, aos 55 anos, olho para aquela lista e percebo que tudo o que realizei só foi possível porque decidi contar com a ajuda de pessoas como a **Dra. Sandra Márcia Mota Nunes Liger.**



POR QUE ESTE LIVRO FOI ESCRITO?

Percebi ao longo dos anos, e em contato com meus pacientes, que os muitas pessoas tem uma certa dificuldade em compreender, ou simplesmente ignoram, o papel da psicologia e a importância das diversas abordagens terapêuticas no trato da alma humana.

Assim, apesar desse conteúdo ser universal nos marcos teóricos da abordagem analítica, parte de sua escrita foi feita para alcançar aqueles que se limitam a uma pequeníssima fração do conhecimento humano.



CAPÍTULO

01

*O
Psicanalista*



01

O Psicanalista

DEFINIÇÃO

Afinal, quem será essa figura que aparece em filmes e séries de TV e cada vez mais em anúncios na internet?

Eu mesmo possuo um anúncio bem bacana que aparece nas buscas do google, você já viu?

Anúncio · www.eniofavacho.com

Psicanalista Ênio Favacho | Ansiedade, Depressão, Medos | Consulta Presencia...

Atendimentos na Aldeota MANHÃ-TARDE-NOITE. De Segunda a Sábado. Marcação de Consulta por whatsapp.

 Como chegar

De início vamos consultaro dicionário para vermos a definição de psicanalista:

Dicionário

Definições de Oxford Languages · Saiba mais

Pesquise uma palavra



psicanalista

adjetivo e substantivo de dois gêneros **MEDICINA**

1. que ou aquele que é especializado em psicanálise (diz-se de médico ou psicólogo).
2. que ou aquele que trata pelo método da psicanálise (diz-se de terapeuta).

Feedback

QUEM PODE SER PSICANALISTA?

Existem 3(três) grupos de profissionais que podem atuar como psicanalista: o médico ou qualquer outro profissional da saúde, o psicólogo e o terapeuta: aquele não médico e não psicólogo que se especializou e trata pelo método psicanalítico.

Segundo a **Sociedade Paulista de Psicanálise, SPP**, para ser psicanalista é necessário:

- a)** Possuir nível superior em qualquer área* (pré-requisito).
- b)** Concluir o Curso de Formação em Psicanálise.
- c)** Submeter-se à sessões de análise (tanto durante o curso quanto no início das atividades como psicanalista).
- d)** Estar sob supervisão por um psicanalista credenciado pela instituição formadora.

O psicanalista é alguém habilitado a tratar as questões da alma, tendo como principal objetivo ajudar pessoas a conhecer e superar seus traumas, suas preocupações, medos e dores emocionais.

A ansiedade, a depressão, as fobias e as manias, por exemplo, são alguns casos em que um psicanalista atua, através da análise de pacientes.

Também tem a função de melhorar o controle emocional e promover o autoconhecimento, na qual a psicanálise é utilizada para descobrir traumas de infância, transtornos, problemas sexuais dentre outras questões internas do paciente.



Tal abordagem tem como fundamento as teorias de Sigmund Freud, Jaques Lacan, Melanie Klein, dentre outros.

Atualmente são muitos os autores que se dedicam as questões do inconsciente produzindo obras de grande valor e contribuição à psicanálise moderna.



Muitos cristãos são atraídos a essa abordagem por verificarem que o homem existe no mundo em três dimensões, a saber: natural, emocional e espiritual, e que tratar somente o corpo (natural) e das questões sobrenaturais (espiritual) são insuficientes para dar equilíbrio e saúde plena a um indivíduo.

Eles buscam na psicologia um caminho viável e seguro para tratar as questões da alma de seus semelhantes e acabam encontrando na abordagem psicanalítica uma ferramenta eficiente e eficaz.

Certa vez atendi um caso de emergência onde um homem apresentava leve surto psicótico, associado com uma histeria.

Após anamnese pontual tendo em mente uma “terapia sob medida”, verifiquei que todo aquele “problema” era devido a uma culpa que ele carregava durante anos recalçada e que viera a tona através de um gatilho emocional.

Como ele e toda a sua família era constituída de cristãos, utilizei a Bíblia Sagrada para dar fundamento ao início de seu tratamento, e digo início porque tudo dependia dele responder ao texto sagrado evocado:

“Confessai os vossos pecados uns aos outros para serdes curados”, livro de Tiago, cap. 5, verso 16.

As semanas foram passando e na medida em que ele “confessava os seus pecados”, sua alma era libertada de um cárcere emocional.

TUDO É UMA QUESTÃO DE VALOR

Cada vez mais percebo que a concepção de valor muda de indivíduo para indivíduo. Certa vez, numa roda de amigos palestrantes, discutia-se o valor de um pontinho de luz vermelha ou verde indicativo de carregamento da bateria do computador na escuridão do palco.

O que defendia a importância dessa luz indicativa, chegou a pagar 5(cinco) vezes mais caro por uma fonte por ter esse ponto de luz.

Você consegue ver valor nisso? Pagaria mais caro por um produto ou serviço que poderia custar menos? Talvez não se importasse tanto porque nunca tenha passado pela experiência de ver seu notebook desligar durante uma apresentação, apesar da fonte estar ligada na tomada.



Mas como saber se realmente a fonte está ligada e carregando o notebook? Simples: se uma luz vermelha ou verde pudesse acender no notebook ao conectar a fonte na tomada, saberia que ela está carregando e alimentando corretamente o aparelho, mas se estiver apagada... Sem esse ponto de luz você corre o risco de ter que parar no meio de tudo.

Logo, se é importante para você ter a certeza de que ao usar seu notebook para uma palestra ou aula, a fonte esteja realmente carregando o seu computador, então você será capaz de pagar o preço que for necessário para obter tal recurso.

Assim também é a terapia analítica: que valor você vê na psicanálise a ponto de passar pela experiência do divã?

Tudo vai depender se você tem a nítida noção, ou não, de como está sua máquina, digo: pensamentos e emoções. Saiba que ela pode desligar num piscar de olhos? E se isso acontecer?

Nesses casos prevenir é uma atitude sábia e muito útil a fim de evitar colapsos e disfunções, a ponto de te paralisar para ações simples da vida. Por isso, manter-se conectado a um psicanalista pode evitar que sua bateria emocional descarregue sem aviso prévio.

CAPÍTULO

02

A
Psicanálise



DEFINIÇÃO

Dicionário

Definições de [Oxford Languages](#) · [Saiba mais](#)

Pesquise uma palavra



psicanálise

substantivo feminino **PSICANÁLISE**

1. teoria da alma ('psique') criada por Sigmund Freud (1856-1939, neurologista austríaco).
2. método terapêutico criado por S. Freud, empregado em casos de neurose e psicose, que consiste fundamentalmente na interpretação, por um psicanalista, dos conteúdos inconscientes de palavras, ações e produções imaginárias de um indivíduo, com base nas associações livres e na *transferência*.

Feedback

Certo dia precisei tirar cópias de documentos e quando o prestador do serviço soube que eu era psicanalista me fez as seguintes perguntas:

“nunca tinha visto um psicanalista pessoalmente, e vocês existem de verdade! Mas me diga: o que o senhor faz mesmo? É tipo um bate-papo? O que aconteceno seu consultório? O senhor passa exames, remédios...”

Fui bombardeado com todo tipo de pergunta e das mais variadas. Ele realmente queria saber o que é a psicanálise e o que faz um psicanalista.

O ambiente do psicanalista se dá num “setting analítico” composto por três elementos: o psicanalista, conhecido como analista, o paciente, chamado de analisando e o ambiente de transferência ou lugar onde analista e analisando se encontram.

Este lugar constitui-se num lugar seguro para o analisando. É um local “fora da República”, onde não há lei que puna quem está sob análise.

A pessoa diz o que pensa livremente, sem culpa, sem receio de punição... Sente-se seguro, na verdade, e aliviada em poder falar de suas angústias, sofrimentos e desejos proibidos.

Age assim porque sabe que tudo o que for dito ali, dali não sairá e em todas as suas demandas a pessoa será tratada com amor.



Um amigo cristão, quando soube que estava atendendo, buscou informações sobre a psicanálise.

Ele tinha curiosidade em saber para que ela serve. Para tornar as coisas mais fáceis para ele eu fiz a seguinte associação:

“Imagine você no seu lugar secreto, onde toda vez que precisa falar com Deus você se refugia. Esse lugar, para você, é o mais seguro que existe, pois tudo o que é dito ali, fica ali e ninguém se apropria indevidamente de suas palavras para te prejudicar. Você chora, fala abertamente sobre seus fracassos e pecados... Lá você é recebido e tratado com amor, é ouvido em suas angústias e recebe alívio para sua dor, além de passar a se conhecer cada vez mais toda vez que nele se encontra, além da oportunidade de fazer os ajustes necessários para ter uma vida mais feliz. Esse lugar te parece familiar? É assim que se dá um atendimento no meu consultório.”

Observei meu amigo me olhar com surpresa e um tanto admirado; e num lance súbito me retrucou: **“ora, se eu posso falar com Deus no meu lugar secreto, porque iria precisar de um lugar como o seu consultório para fazer isso?”**

Com um sorriso amigável e um olhar amoroso eu lhe respondi:

“Bem, talvez você não precise, mas existem muitas pessoas que não tem um lugar secreto como o que você tem. Essas precisam do meu consultório. E, mesmo assim, eu tenho a certeza de que tem coisas que você não tem coragem de contar para Deus (como se puséssemos esconder alguma coisa dEle), mas para um amigo certamente.”

Pensativo, meu amigo se despediu e semanas depois marcou uma consulta com minha secretária. Curioso e um tanto arreado veio conhecer o meu “lugar secreto” e depois de um bom café e meia dúzia de palavras jogadas fora, ele se sentiu a vontade para falar o que não conseguiu contar a Deus.

Não se engane, pois é possível que surjam situações inesperadas em sua vida em que a intervenção de alguém preparado para ajudá-lo se fará necessário.

Alguém para desembaraçar sua mente que, às vezes, parece jogar contra você.

Choro repentino sem causa aparente, vontade de sair correndo pela rua, tensão nos músculos, pensamentos intrusivos, palpitação do coração acelerada, respiração ofegante...

Como lidar com isso, que surge repentinamente e sem causa aparente? Você sabia que esses são os sintomas de ansiedade, de uma má ansiedade como costumamos dizer?



As coisas não vão acontecer de forma rápida, preciso dizer. Afinal, a relação analista e analisando ela se dá na medida em que a pessoa em análise "se entrega totalmente" e passa a abrir sua vida para encontrar o alívio que deseja.

O psicanalista, no lugar de análise, ficará atento aos sinais do paciente, aquele que se submete a análise e por isso é denominado analisando.

Nesse contexto, inclusive, é necessário que tanto o paciente quanto o psicanalista tenham paciência com o processo analítico.

Pois é necessário que haja vínculo entre os dois, a fim de se compreender os processos reprimidos pelo subconsciente que geram sintomas como angústia e ansiedade.

Todo esse trabalho é realizado através da interpretação de ações e palavras pela livre associação de ideias, que é o meio mais eficaz para que o analista possa acessar o material inconsciente do analisando.

Por isso a integração entre os dois é muito importante para o processo de análise. Assim, o psicanalista tem como função principal ajudar seu paciente a superar traumas, preocupações, medos, dores emocionais mediante a análise do inconsciente.



PERGUNTAS E RESPOSTAS

Uma pergunta muito comum que me é feita, e com bastante frequência, é o que seria psicanálise e como ela pode ajudar uma pessoa qualquer em suas dores e sofrimentos.

Assim, farei uma abordagem simples e com perguntas e respostas sobre o que é, para quem é indicado e tempo de tratamento.

1) Em primeira análise o que seria a psicanálise?

A psicanálise seria a "teoria da alma" (psique) criada por Sigmund Freud, neurologista austríaco nascido no ano de 1856 e falecido em 1939, que deixou um vasto material sobre o estudo da psique humana (que se seguiu ao longo dos anos pelas mãos de outros renomados analistas com significativa contribuição para psicanálise atual).



Verificando a ineficácia do que se dispunha em sua época no tratamento da neurose e psicose, Freud criou um método terapêutico que consiste fundamentalmente na interpretação, por parte de um psicanalista, dos conteúdos inconscientes de um indivíduo através de suas palavras, ações, produções imaginárias...

Esse conteúdo "sai" ou "emerge" desse indivíduo através da livre associação de ideias que é conduzida no "setting analítico" pelo psicanalista.

Logo de início o analisando, ou indivíduo em análise, percebe que o lugar onde se dá o encontro entre ele e o seu psicanalista é um local seguro, no sentido da confidencialidade do que é dito e manifesto, além da liberdade que o indivíduo tem para dizer o que lhe afeta sem qualquer julgamento.

Costuma-se dizer que a clínica psicanalítica é um lugar fora da república onde não há lei - no sentido punitivo da palavra. No setting o analisando pode se expressar livremente, ser quem ele realmente é, falando livremente sobre suas dores, suas frustrações, angústias...

2) E como um psicanalista pode ajudar nesse processo?

Analizando todas as manifestações do inconsciente produzidas ou provocadas durante as sessões, intervindo de forma assertiva com o objetivo de fazer o indivíduo, em análise, ter consciência de tudo o que o afeta deixando claro todas as ações e decisões que ele mesmo deve tomar para se livrar da dor - ou de qualquer fenômeno que o impede de viver de forma livre e feliz.



3) Quando devo procurar um psicanalista?

Bem, como bom brasileiro, eu sei que as pessoas sempre procuram "o médico" quando a dor aparece, mas isso não é bom e você sabe, não é mesmo? Precisamos cuidar de forma preventiva do corpo, da alma ou do espírito.

Geralmente meu consultório é procurado por pessoas cuja "tampa da panela de pressão já estourou" - quase a maioria, na verdade, cerca de 60%.

Mas existe uma outra parcela que, sabendo dos benefícios da ação de um psicanalista em sua vida, procura meu consultório uma vez por semana, mesmo sem estar "sentindo nada" para evitar que "a panela estoure".



4) Quanto tempo dura um tratamento por análise?

Costumo dizer que enquanto se está vivo, sempre haverá questões que nos atravessam tentando nos atrapalhar a viver de forma livre e feliz.

Em casos de forte crise, um atendimento de emergência e duas visitas por semana até o paciente estabilizar seria recomendado. Mas caso não seja esse o caso, um encontro por semana é indicado.

O fato é que quanto mais vezes o indivíduo estiver sob análise, mais rapidamente suas questões são resolvidas (lembrando que tudo depende única e exclusivamente do indivíduo em análise em se permitir ser analisado e sofrer as interferências clínicas que o levarão a um outro lugar, totalmente diferente do que ele estava quando chegou para terapia).



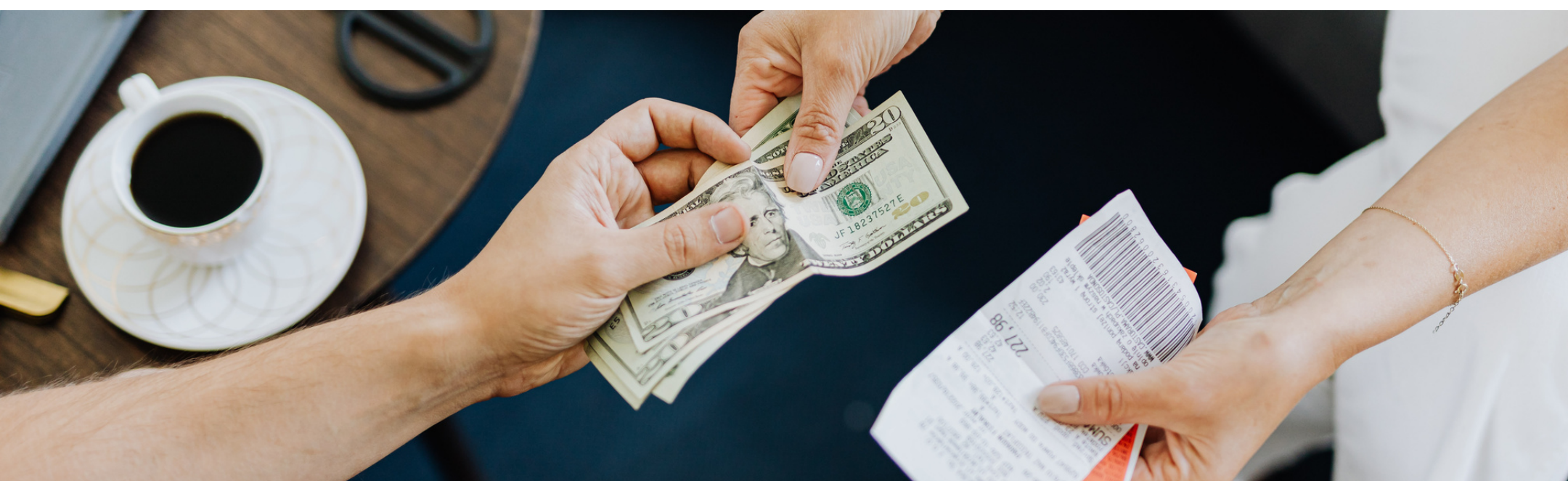
5) Quanto custa um tratamento por análise?

Eu sempre respondo a pergunta da seguinte forma: “quanto vale a sua liberdade?”

Dependendo do valor que você dá a ela, o seu custo com a psicanálise pode muito barato. O fato é que todos nós precisamos estar bem emocionalmente, pois sempre há questões que nos pegam de surpresa!

Eu mesmo faço análise 1(uma) vez por semana e tenho acompanhamento supervisionado pelo mesmo período de tempo, ou seja, durante 2(dois) dias da minha semana são separados para que eu passe por análise e seja supervisionado como psicanalista.

Mas não se enganem: eu também pago por esses serviços, ele não é gratuito. Porém, eu sei dos efeitos que tem uma terapia na vida de uma pessoa e por isso me submeto a ela porque valorizo a minha vida, ajuda a me conhecer e me protege como profissional.



CAPÍTULO

03

A Hipnose

HYPNOSIS

MITOS E VERDADES

Existe um inconsciente coletivo a cerca da hipnose que é fruto da imaginação do que realmente ela seria.

Isso porque está associada aos filmes de Hollywood e shows em palcos e uma série de outras crendices. Vejamos o que diz o dicionário:

Dicionário

Definições de [Oxford Languages](#) · [Saiba mais](#)

Pesquise uma palavra



hipnose

substantivo feminino

1. **PSICOLOGIA**

estado semelhante ao sono, gerado por um processo de indução, no qual o indivíduo fica muito suscetível à sugestão do hipnotizador.

2. **POR EXTENSÃO**

todo estado de passividade semelhante ao do sono, artificialmente provocado numa pessoa pela absorção de produtos químicos ou esp. por meio da sugestão.

Feedback

Acredito que seja mais fácil abordar o assunto mostrando **o que não é hipnose**:

1. Hipnose **não é** ficar desacordado;
2. Hipnose **não é** perder o controle da mente;
3. Hipnose **não é** contar os segredos;
4. Hipnose **não é** fazer o que você não deseja.
5. Hipnose **não é** esquecer o que fez.
6. Hipnose **não é** perder a consciência.
7. Hipnose **não é** dormir.

Se todo o seu medo da hipnose é baseado em algum ponto listado acima, então podemos concluir que **você não sabe o que é hipnose**, de fato.

Esqueça completamente tudo o que você já ouviu sobre o assunto, porque tudo o que você ouviu não passam de boatos, mitos e histórias.



Vejamos agora algumas definições sobre que é hipnose e quem a definiu:

1. Hipnose é um estado alterado da consciência – David Elmo;

2. Hipnose é um estado subjetivo diferenciado – Milton Ericsson;

3. Hipnose é o uso da linguagem para gerar uma nova realidade – James Tripp;

No início da psicanálise, Freud se utilizou da hipnose para tratar seus pacientes, mas sem sucesso. Isso porque a hipnose daquela época tocava no sintoma e não na causa.

Outro motivo pelo qual a hipnose de Freud não era efetiva no tratamento da maioria dos pacientes é que para haver hipnose é necessário habilidade linguística para que a sugestão seja acatada pelo indivíduo e Freud declarou que não a possuía.

Hoje os estudos e a modernidade deram a hipnose clínica eficácia nos tratamentos de “doenças imaginárias”, como fobias por exemplo, o que torna sua aplicação totalmente segura. Nomes como **Lucas Naves** são referência nessa abordagem clínica.

Na minha formação em Hipnose Clínica vi que, durante as aulas, o professor Lucas Naves dava ênfase a nos deter em compreender a causa do problema do paciente, e não em eliminar os sintomas de forma temporária, e isso faz toda a diferença.



CAPÍTULO

04

*Considerações
Finais*



A IMPORTÂNCIA DO CONTEXTO

É muito importante considerar que tudo que estamos falando aqui esteja no contexto correto.

A ideia por trás desse material é ajudar você a compreender o que é psicanálise e qual o papel do psicanalista; saber que existem ferramentas que podem ser usadas em prol da saúde emocional do paciente, como a hipnose clínica; e entender que há um processo natural em torno do caminhar da análise, e que envolve tempo.

O psicanalista é alguém que estuda muito e precisa estar atualizado com seminários, cartéis, sessões clínicas em estudo de casos... ele participa de grupos afins, passa por análise semanal e é acompanhado, ou melhor dizendo, supervisionado por outro psicanalista mais experiente.

Alguns distúrbios tem se tornado frequentes em nossos dias devido a nossa forma de viver. Cada vez mais nos é exigido rapidez como se tivéssemos o poder de suprimir o tempo ou submetê-lo as nossas vontades e necessidades.

Mas não é assim, “não é assim que a banda toca”, como dizia minha avó. Ansiedade, profunda tristeza, sensação de vazio existencial, medos...

Os medos exagerados tem se multiplicado como pragas em nossa sociedade e muitos deles consideravelmente desproporcionais.

Pânicos, fobias sociais ou o seu inverso: a extrema necessidade de se sentir pertencente a algum grupo que nos aceite e acolha, tem catapultado os jovens mais profunda e rapidamente em vícios e dependências emocionais, dentre outros tipos.



Tudo isso se constitui em cárceres emocionais que nos impedem de viver uma vida saudável e feliz.

Mas como nos prevenir de tudo isso? Como nos manter saudáveis emocionalmente numa época do “tudo para ontem”, onde o imediatismo tem se tornado um ditador cruel nos impedindo de experimentar as fases da vida?

No papel do psicanalista está o auxílio a essa vida saudável e feliz, onde com sua experiência você será capaz de se avaliar e considerar o papel da sua existência no mundo, identificando sintomas legítimos, diferenciando os essenciais das exagerados e os necessários dos desnecessários.

Por isso, dê uma chance a você mesmo e marque uma sessão com psicanalista. Afinal, você merece.



CAPÍTULO

05

Sobre o Autor





Ênio Favacho é carioca, nascido no bairro da Tijuca e morador de Copacabana na sua infância, mas viveu sua juventude em Madureira com seus pais e irmãos.

Nas Forças Armadas fez carreira na Aeronáutica como Especialista em Administração, tendo sua experiência profissional em hospitais e outras unidades de planejamento.

Em sua formação militar se especializou em Gestão e Capacitação em RH, Planejamento Estratégico, Teoria do Erro Humano, Liderança Situacional, dentre outros.

Graduado em Ciência da Religião, encontrou na Psicanálise um propósito e sua formação inclui:

- Especialização em Neurociência da Ansiedade
- Noutesesterapia
- Hipnoterapia Clínica.

Atualmente dedica-se a ajudar pessoas a viverem livre de suas prisões emocionais.

CAPÍTULO

06

O Presente





Nós da **MAKIR PUBLICAÇÕES E NEGÓCIOS** esperamos que as informações deste livro tenham ajudado você.

Ênio Favacho. o seu psicanalista tem uma mensagem final de agradecimento para você que chegou até aqui, e também **um presente**, algo simples, mas muito significativo.

Para ouvir a mensagem diretamente do autor e receber o que ele tem para você, basta clicar no **PRESENTE** abaixo.

