



**CENTRO UNIVERSITÁRIO DA GRANDE DOURADOS**

---

---

**GABRIEL COSTA DA SILVA**

**HOBBIES: UMA VISÃO PSICANALÍTICA**

---

**Dourados, MS**

**2024**



CENTRO UNIVERSITÁRIO DA GRANDE DOURADOS

---

---

GABRIEL COSTA DA SILVA -132.1585

## **HOBBIES: UMA VISÃO PSICANALÍTICA**

Projeto de Pesquisa apresentado na Disciplina de Pesquisas em Psicologia II, do 8º semestre do curso de Psicologia, Faculdade de Ciências Humanas e Sociais, sob orientação da Prof. Ticianara Araújo da Silva.

---

Dourados, MS

2024

## RESUMO

Este trabalho investiga a relação entre a psicanálise e os hobbies, analisando como esses podem impactar o equilíbrio emocional e o bem-estar psicológico do indivíduo. A partir de uma revisão bibliográfica, são explorados conceitos psicanalíticos, como a compulsão à repetição, a sublimação e os conflitos inconscientes, destacando-se as contribuições de Sigmund Freud e Melanie Klein. Os hobbies são apresentados como formas de expressão criativa e canalização de desejos reprimidos, mas também como potenciais fontes de comportamento vicioso e compulsivo, gerando impactos negativos na vida diária. Este estudo examina o paradoxo entre o benefício dos hobbies como atividades prazerosas e seu potencial de se tornarem prejudiciais quando mal administrados. Por fim, discute-se a relevância da psicanálise na compreensão e no tratamento do vício em hobbies, destacando a análise do inconsciente e a busca por equilíbrio emocional como caminhos terapêuticos.

Palavras-chave: Psicanálise. Hobbies. Compulsão à repetição. Sublimação. Vícios.

## ABSTRACT

This study investigates the relationship between psychoanalysis and hobbies, analyzing how they can impact an individual's emotional balance and psychological well-being. Through a bibliographic review, psychoanalytic concepts such as repetition compulsion, sublimation, and unconscious conflicts are explored, highlighting the contributions of Sigmund Freud and Melanie Klein. Hobbies are presented as forms of creative expression and channels for repressed desires, but also as potential sources of addictive and compulsive behaviors, leading to negative impacts on daily life. This study examines the paradox between the benefits of hobbies as pleasurable activities and their potential to become harmful when poorly managed. Finally, the relevance of psychoanalysis in understanding and treating addiction to hobbies is discussed, emphasizing the analysis of the unconscious and the search for emotional balance as therapeutic paths.

Keywords: Psychoanalysis. Hobbies. Repetition compulsion. Sublimation. Addictions.

## **AGRADECIMENTOS**

Gostaria de expressar minha gratidão à minha família, especialmente à minha mãe, Andreia da Costa Silva, e ao meu pai, Carlos Alberto da Silva, pelo esforço, pela estrutura e pelo encorajamento que me proporcionaram para alcançar a formação superior.

Agradeço também à minha namorada e companheira, Eloyze Colis Macedo, por todo o apoio, compreensão e incentivo ao longo de toda a trajetória no curso de Psicologia, os quais foram indispensáveis para minha formação.

Por fim, agradeço a Deus por me conceder forças, determinação e coragem nos momentos em que mais precisei. Também estendo meus agradecimentos a todos que cruzaram meu caminho durante essa trajetória, incluindo amigos, minha orientadora e minha psicóloga. Sou grato por reconhecerem meu esforço e por transmitirem palavras e energias positivas que me impulsionaram a seguir em frente.

## SUMÁRIO

### Sumário

1 INTRODUÇÃO .....	6
2 REVISÃO DE LITERATURA.....	8
2.1 Psicanálise e Hobbies .....	8
2.2 Simbologia por trás de Hobbies criativos.....	9
2.3 Hobbies que se tornam vícios .....	10
2.4 Patologias.....	11
2.5 Tratamento .....	12
3 METODOLOGIA.....	13
4 RESULTADOS E DISCUSSÃO.....	14
5 CONSIDERAÇÕES FINAIS. ....	15
REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS .....	16

### 1 INTRODUÇÃO

O ser humano tem a grande necessidade de buscar o contentamento através de momentos únicos e atividades agradáveis e que sejam prazerosas e para isso cultivam os hobbies. Sob essa perspectiva, quando fazemos uma relação entre psicanálise e hobbies torna-se pertinente explorar a forma como os interesses e comportamentos nas atividades de lazer podem interferir nos aspectos inconscientes, desejos reprimidos e conflitos internos do sujeito. Para tanto, o presente estudo buscou investigar as formas como a psicanálise se relaciona com os hobbies, buscando compreender como tais atividades podem influenciar e afetar o equilíbrio emocional e bem-estar psicológico do sujeito.

Ao analisarmos a visão de Sigmund Freud, o pai da psicanálise, sobre a influência dos impulsos e desejos inconscientes em nossos interesses e comportamentos, percebemos que o autor acreditava que muitos aspectos de nossa vida são moldados por forças inconscientes, sendo que este fato também se aplica aos hobbies. Ao explorarmos sua teoria da compulsão à repetição, fica evidenciado que os indivíduos podem ser levados a repetir comportamentos que lhes trouxeram prazer no passado, mesmo que agora estejam sendo prejudiciais e aqui investigamos a ideia de sublimação malsucedida, onde os hobbies podem ser usados como uma forma de canalizar impulsos reprimidos de maneira inadequada.

Filmes, músicas, pinturas e escritas, por exemplo, podem funcionar como formas de comunicação emocional profunda, onde o artista transmite aspectos de seu mundo interno, e o observador ou ouvinte, ao se identificar com essas expressões, projeta seus próprios sentimentos reprimidos. Esse processo permite o acesso a conteúdos inconscientes, oferecendo uma oportunidade de expressão simbólica e facilitando a liberação de conflitos emocionais. Ao envolver-se em hobbies artísticos, o indivíduo não só encontra uma forma de expressão criativa, mas também se conecta com seus impulsos inconscientes, promovendo alívio e equilíbrio psicológico.

Sob esse ponto de vista, analisamos de que maneira os hobbies podem influenciar o equilíbrio emocional e a busca pelo sentido de realização e aqui percebemos que o engajamento em hobbies pode proporcionar ao indivíduo um senso de realização pessoal, ajudando na expressão criativa, no desenvolvimento de habilidades e no alívio do estresse. Nesse ponto um paradoxo surge pois percebemos a necessidade de abordar a forma como um hobby, aquela atividade positiva, prazerosa e que estimula o aprendizado e desenvolvimento é capaz de se tornar algo negativo se transformando em um comportamento vicioso e compulsivo, interferindo na vida diária e causando prejuízos emocionais ao sujeito.

Quando pensamos em identificar o vício em hobbies pela perspectiva psicanalítica somos levados a uma análise aprofundada dos padrões comportamentais, dos impulsos inconscientes e dos conflitos internos subjacentes e aqui, exploramos como a psicanálise pode auxiliar nessa identificação, fornecendo ferramentas para a análise do inconsciente e a compreensão dos processos psíquicos que levam ao comportamento vicioso. Sob esse olhar, encontramos dois autores e teóricos psicanalíticos, Sigmund Freud e Melanie Klein, que muito contribuíram para essa compreensão, oferecendo insights valiosos sobre a relação entre os conteúdos inconscientes e os hobbies viciosos.

Quando o sujeito chega a esse ponto onde os hobbies se tornam um vício e conseqüentemente problemáticos, interferindo, causando prejuízos na vida diária e gerando conseqüências negativas, é essencial que haja busca pelo tratamento adequado. À vista disso, discutimos como a psicanálise pode oferecer técnicas e abordagens terapêuticas para tratar o vício em hobbies, incluindo a exploração do inconsciente, a resolução de conflitos internos e a busca por alternativas saudáveis de expressão. Por conseguinte, destacamos que o tratamento deve ser realizado por profissionais de saúde mental qualificados, que podem fornecer uma abordagem individualizada e adaptada às necessidades de cada indivíduo.

## **2 REVISÃO DE LITERATURA**

### **2.1 Psicanálise e Hobbies**

Quando pensamos em hobbies sob a perspectiva da psicanálise somos remetidos às ideias de Freud mencionadas em "Além do Princípio do Prazer" (1920). Nesse trabalho, Freud discute a forma como a compulsão à repetição pode ser vista como uma tentativa de dominar experiências traumáticas do passado visto que, para o autor os hobbies podem ser uma fonte de prazer e satisfação pessoal para o indivíduo, e nos deixa evidente que a psicanálise pode ajudar a compreender o significado subjacente a esses interesses e atividades.

Nesse contexto, podemos mencionar que um hobby podem ser uma forma de lidar com o estresse e a ansiedade visto que, se uma pessoa tem um hobby que a ajuda a se acalmar e relaxar, isso pode ser uma indicação de que ela está buscando uma forma de lidar com a ansiedade em sua vida cotidiana. Aqui, a psicanálise pode contribuir ajudando essa pessoa a aprender e entender melhor suas emoções, bem como, a desenvolver estratégias mais eficazes para lidar com o estresse.

Ademais, um hobby pode ser uma fonte de expressão criativa, dado que quando uma pessoa tem um passa tempo que envolve a criação de arte ou música, por exemplo, a psicanálise

pode ajudá-la a explorar o significado simbólico de suas criações e a compreender melhor suas próprias emoções e experiências internas.

Sigmund Freud, acreditava que nossos interesses e comportamentos são influenciados por nossos impulsos e desejos inconscientes "Os Instintos e Suas Vicissitudes" (1915). Nesse trabalho o autor argumenta que, muitas vezes esses desejos são suprimidos pela sociedade e pela cultura, o que pode levar a conflitos internos e a problemas psicológicos e nesse enquadramento, os hobbies podem ser vistos como uma forma de expressão desses impulsos e desejos inconscientes, tal como, se alguém tem um hobby que envolve uma atividade física intensa, como a corrida, isso pode ser uma expressão de um desejo inconsciente de liberação de energia e tensão.

## **2.2 Simbologia por trás de Hobbies criativos.**

Freud nos ensina em suas várias obras que nossos desejos e impulsos mais profundos podem ser reprimidos pelo ego e pelo superego, mas ainda assim encontram uma saída através do inconsciente. À luz das ideias do autor, um hobby criativo pode ser visto como uma forma de canalizar esses desejos reprimidos de uma maneira saudável e produtiva. Citando caso análogo, um pintor pode usar a arte para expressar seus sentimentos mais profundos, incluindo aqueles que podem ser considerados socialmente inaceitáveis.

Para Freud, em seu texto Além do Princípio do Prazer (1920), a fantasia é uma forma de realização dos desejos não satisfeitos, funcionando como uma tentativa de reparação da realidade que deixa de proporcionar satisfação. Nesse sentido, a criatividade surge como uma forma de enfrentamento.

A criatividade como forma de lidar com a ansiedade: A criação artística pode ser uma maneira eficaz de lidar com a ansiedade e outras emoções difíceis. Quando o sujeito está envolvido com um hobby criativo, pode concentrar-se no processo criativo e desligar-se temporariamente dos problemas cotidianos que o preocupam. Além disso, o ato de criar algo pode ser uma forma de recuperar o controle em momentos em que essa pessoa sente-se impotente. Essa relação entre a mente inquieta e a busca por alívio é bem ilustrada na reflexão de Mano Brown, na música Jesus Chorou (2002):

"Chuva cai lá fora e aumenta o ritmo  
Sozinho eu sou agora o meu inimigo íntimo  
Lembranças más vem, pensamentos bons vai  
Me ajude, sozinho penso merda pra carai."

Os versos retratam o turbilhão emocional que frequentemente acomete indivíduos ansiosos. A criação artística, nesse contexto, pode atuar como um escape terapêutico, permitindo que sentimentos sejam externalizados e que o caos interno seja reorganizado.

A criatividade como forma de auto exploração: Através da criação artística, o indivíduo pode explorar seus próprios pensamentos, emoções e experiências de uma maneira segura e não ameaçadora. A título de exemplo, um escritor pode usar a escrita para explorar suas próprias experiências de vida ou fantasias e assim, esse tipo de exploração pode ser uma forma de se conhecer melhor e de crescer como indivíduo.

A criatividade como forma de comunicação interpessoal: Frequentemente, a criação artística é uma forma que o sujeito encontra de se comunicar com outras pessoas. Isso pode ser particularmente verdadeiro quando está criando algo para outra pessoa, como um presente ou uma obra de arte encomendada. Em vez de expressar seus próprios desejos e emoções, poderá usar a arte como um meio de comunicação com outra pessoa. Freud também contemplava a criação artística como uma forma de sublimação, ou seja, uma maneira saudável de canalizar desejos e impulsos reprimidos em algo construtivo e socialmente aceitável. Em "Criatividade e Sublimação" (1910), Freud escreveu: "A sublimação é certamente uma operação do ego sobre as pulsões sexuais; sua meta é transformar a pulsão sexual em algo que seja socialmente valorizado e, portanto, um objeto adequado para o amor".

Isto posto, podemos interpretar os hobbies criativos como uma forma de sublimação, onde o desejo ou impulso reprimido é transformado em algo construtivo e socialmente valorizado. Através da criação artística, o indivíduo dá um sentido ao seu impulso, e encontra uma forma que seja aceitável de expressá-lo, para si mesmo e para a sociedade.

Assim como a arte, hobbies podem oferecer uma forma de projeção e sublimação. A música, especialmente, desempenha um papel relevante ao permitir que as pessoas projetem suas emoções em experiências que muitas vezes estão distantes de suas realidades. Como diz Froid e Djonga em 'A Pior Música do Ano', 'músicas são cartas psicografadas', ou seja, elas carregam uma expressão profunda do inconsciente tanto do artista quanto do ouvinte. Esses mecanismos revelam como o inconsciente pode se manifestar através de hobbies criativos, permitindo ao indivíduo um contato com seu id e seus desejos reprimidos.

### **2.3 Hobbies que se tornam vícios**

À luz da psicanálise, como nos ensina Freud, o vício em hobbies pode ser visto como uma forma de satisfação de desejos inconscientes. O autor acreditava que os comportamentos

obsessivos-compulsivos, como a dependência comportamental, são uma forma de lidar com conflitos internos e ansiedades inconscientes.

Quando uma pessoa se vicia em um hobby, pode estar buscando satisfação e prazer por meio dessa atividade, como uma forma de lidar com conflitos internos ou traumas do passado. Por exemplo, uma pessoa que teve uma infância solitária pode encontrar conforto e satisfação em um hobby que envolve atividades solitárias, como a leitura ou a pintura.

No entanto, quando o vício em um hobby começa a interferir na vida da pessoa e causar prejuízos, pode ser visto como uma forma de defesa patológica contra ansiedades inconscientes e conflitos internos não resolvidos. Nesse sentido, o tratamento psicanalítico e aqui acrescentamos o processo de psicoterapia pode ajudar a pessoa a compreender as causas profundas do seu vício e a lidar com os conflitos internos que o alimentam.

Podemos relacionar o vício em hobbies de maneira negativa com a teoria freudiana da compulsão à repetição e da sublimação malsucedida já que esta questão pode ser vista como uma forma de repetição compulsiva, em que a pessoa está reprisando um comportamento que lhe trouxe prazer no passado, mesmo que agora possa ser prejudicial a ela, afetando sua vida social, financeira e trazendo junto à isso problemas psicológicos.

Ademais, a dependência emocional pode ser vista como uma forma de sublimação malsucedida, em que a pessoa está tentando sublimar impulsos ou desejos reprimidos, mas não está conseguindo fazer isso de forma eficaz. Em "Além do Princípio do Prazer" e aqui nos apoiamos em Freud, que discute a compulsão à repetição e afirma que "a repetição é um comportamento instintivo que visa a dominar a experiência traumática". Ele argumenta que, embora a repetição possa ajudar a lidar com traumas passados, ela também pode levar a comportamentos disfuncionais e repetitivos.

Em "Os Instintos e suas Vicissitudes", Freud discute a sublimação, mencionando que "a sublimação é uma modificação da finalidade instintual, que atinge a meta socialmente útil e culturalmente elevada". No entanto, ele também reconhece que a sublimação pode ser malsucedida, levando à dependência emocional de um objeto ou atividade, que pode ser prejudicial à saúde mental da pessoa.

## **2.4 Patologias**

É importante evidenciar que nem todo vício em hobbies leva necessariamente a uma patologia. No entanto, quando o envolvimento com o hobby se torna compulsivo, prejudicial e interfere no funcionamento saudável da pessoa, interferindo negativamente em seu cotidiano,

é evidente que já se tornou uma provável patologia. Algumas das condições mais comumente relacionadas incluem:

**Transtorno do Jogo:** Quando o hobby em questão envolve jogos de azar, como jogos de cassino, loterias ou apostas esportivas, o vício pode levar ao desenvolvimento de um transtorno do jogo. Isso é caracterizado por um padrão persistente e recorrente de comportamento de jogo problemático, com dificuldade em controlar ou interromper o jogo, além de consequências negativas significativas na vida pessoal, profissional e financeira.

**Transtorno do Controle do Impulso:** O vício em hobbies pode ser uma expressão de um transtorno do controle do impulso. Nesses casos, a pessoa pode ter dificuldade em resistir a impulsos repetitivos e prejudiciais, encontrando prazer temporário, mas enfrentando consequências negativas em longo prazo. Isso pode incluir comportamentos como compras compulsivas, jogos de azar compulsivos ou comportamentos alimentares descontrolados.

**Transtorno Obsessivo-Compulsivo (TOC):** Em alguns casos, o vício em hobbies pode estar associado ao TOC. Isso ocorre quando o hobby se torna uma fonte de obsessões (pensamentos intrusivos e indesejados) e compulsões (comportamentos repetitivos realizados em resposta às obsessões), interferindo significativamente na vida diária da pessoa.

**Dependência de Internet:** Hobbies que envolvem o uso excessivo da internet, como jogos online, mídias sociais ou compras online, podem levar a uma dependência de internet. Isso se caracteriza por uma necessidade compulsiva e descontrolada de estar online, resultando em prejuízos nas áreas sociais, acadêmicas, ocupacionais e de saúde mental.

**Outras patologias relacionadas:** Dependendo do contexto e das características específicas do vício em hobbies, outras patologias psicológicas, como depressão, ansiedade, transtornos alimentares ou transtornos de personalidade, também podem estar presentes.

## **2.5 Tratamento**

Na psicanálise, o tratamento do vício em hobbies geralmente envolve a exploração dos aspectos inconscientes, dos conflitos internos e das motivações subjacentes que podem estar contribuindo para o comportamento problemático. "Inveja e Gratidão", Melanie Klein desenvolve a teoria das posições esquizo-paranoides e depressivas, que podem estar relacionadas aos comportamentos viciosos. Ela discute como a inveja, a gratidão e a capacidade de lidar com a frustração influenciam nossos padrões comportamentais e a busca por satisfação.

No caso dos hobbies viciosos, a análise do inconsciente pode ser útil para identificar os padrões emocionais e psicológicos subjacentes que levam a um envolvimento excessivo e problemático nessas atividades. Por exemplo, é possível que um indivíduo use um hobby como

forma de evitar o enfrentamento de conflitos internos ou lidar com emoções difíceis. Ao analisar o inconsciente, o terapeuta busca compreender os impulsos inconscientes que podem estar sendo expressos ou reprimidos através do vício no hobby.

Essa análise pode envolver a exploração de memórias, sonhos, fantasias e associações livres relacionadas ao hobby vicioso. O terapeuta busca identificar os motivos emocionais, os padrões de relacionamento interpessoal e os conflitos internos que estão sendo expressos ou evitados por meio desse comportamento vicioso.

Ao trazer à consciência os conteúdos inconscientes relacionados aos hobbies viciosos, o indivíduo pode desenvolver uma compreensão mais profunda de si mesmo e de suas motivações. Isso pode abrir caminho para a resolução de conflitos, a busca de alternativas saudáveis de expressão e a adoção de um equilíbrio emocional mais satisfatório.

Acredita-se que os resultados deste trabalho possam contribuir para futuros estudos e práticas clínicas, ampliando o campo de investigação sobre a relação entre lazer, saúde mental e psicanálise, além de promover reflexões sobre a necessidade de um equilíbrio saudável na relação do sujeito com suas atividades de lazer.

### **3 METODOLOGIA**

Este trabalho consiste em uma revisão bibliográfica, como mencionado por Gil (2008), que pode ser conduzida utilizando materiais já existentes, como livros e artigos científicos, a fim de obter um maior número de ocorrências e fatos relevantes. De acordo com o autor, essa abordagem é importante quando se busca informações distantes no tempo, pois permite estabelecer um diálogo entre diferentes obras e autores, a fim de embasar um projeto de pesquisa.

Vosgerau et al. (2014) afirmam que as revisões bibliográficas têm como objetivo organizar, esclarecer e resumir as publicações relevantes existentes sobre determinado assunto. Essa abordagem é importante, pois proporciona uma visão mais abrangente do tema, podendo contribuir para a reformulação e o direcionamento da pesquisa, além de possibilitar novas perspectivas e abordagens.

Neste trabalho, a busca foi realizada em bibliotecas virtuais e bases de dados, como SCieLo, Pepsic, Lilacs, bem como em materiais impressos, como livros e revistas. Os termos utilizados na busca foram: Psicanálise, Hobbies, vícios, sujeito e mal-estar. É importante

destacar que foram incluídos materiais que abordem esses termos sob a perspectiva da saúde e da Psicologia.

#### **4 RESULTADOS E DISCUSSÃO**

Os resultados desta pesquisa destacaram que a transformação de um hobby positivo em uma atividade negativa ocorre quando o indivíduo desenvolve uma dependência emocional exagerada ou utiliza o hobby como um mecanismo de fuga da realidade. A análise psicanalítica revelou que essa transição está profundamente conectada à sublimação malsucedida e à compulsão à repetição, conceitos centrais nas teorias de Sigmund Freud e Melanie Klein. Inicialmente, os hobbies se apresentam como atividades prazerosas que contribuem para o bem-estar emocional e psicológico. No entanto, tornam-se prejudiciais quando substituem relações interpessoais, responsabilidades ou começam a causar prejuízos emocionais e sociais. Esse fenômeno reflete um desequilíbrio na dinâmica inconsciente do indivíduo, onde o prazer inicial se transforma em compulsão.

Os hobbies criativos, como a pintura e a música, demonstraram ser poderosas ferramentas de expressão simbólica e sublimação, proporcionando alívio de tensões emocionais e favorecendo o desenvolvimento pessoal. Da mesma forma, atividades físicas, como a corrida, foram identificadas como eficazes na liberação de energia e na redução do estresse. Contudo, quando o equilíbrio é rompido, esses hobbies podem se tornar fontes de comportamentos viciosos, associados a patologias como o Transtorno Obsessivo-Compulsivo (TOC) e a Dependência de Internet. Nesses casos, os hobbies deixam de promover alívio emocional e passam a exacerbar conflitos internos, funcionando como defesas patológicas contra ansiedades e traumas não resolvidos.

A pesquisa evidenciou que a abordagem psicanalítica é crucial para compreender os mecanismos inconscientes que levam à dependência de hobbies. A compulsão à repetição e a sublimação malsucedida desempenham papéis centrais nesse processo, reforçando a importância de intervenções psicológicas que ajudem o indivíduo a identificar os sinais de desequilíbrio e a redirecionar seus impulsos de maneira saudável. A psicanálise, ao explorar padrões emocionais e comportamentais, oferece ferramentas valiosas para a superação do vício em hobbies e para a promoção de um equilíbrio emocional mais satisfatório.

Esses achados destacam a dualidade dos hobbies: enquanto podem ser fontes de prazer e realização pessoal, também têm o potencial de se tornarem prejudiciais se mal administrados. Portanto, o equilíbrio no uso de hobbies e a conscientização sobre seus impactos emocionais

são essenciais para garantir que eles continuem sendo aliados na busca pelo bem-estar e pela saúde mental. Este estudo reforça a relevância da psicanálise como uma abordagem eficaz para explorar a complexidade das relações humanas com atividades de lazer, ampliando o entendimento sobre os desafios e os benefícios que essas atividades podem oferecer.

## **5 CONSIDERAÇÕES FINAIS.**

Este trabalho buscou compreender a relação entre a psicanálise e os hobbies, destacando como essas atividades podem influenciar o equilíbrio emocional e o bem-estar psicológico do indivíduo. A partir da análise dos conceitos de compulsão à repetição, sublimação e conflitos inconscientes, discutiu-se como os hobbies podem atuar tanto como uma forma saudável de expressão criativa e alívio emocional quanto como um comportamento vicioso e prejudicial, dependendo da dinâmica psíquica subjacente.

Observou-se que hobbies criativos podem servir como ferramentas terapêuticas para lidar com emoções difíceis e conflitos internos, proporcionando uma forma de canalizar desejos reprimidos de maneira construtiva. No entanto, quando o hobby se torna uma compulsão ou um vício, ele pode interferir negativamente na vida do sujeito, causando prejuízos emocionais, sociais e até físicos.

A abordagem psicanalítica, com base nas teorias de Sigmund Freud e Melanie Klein, mostrou-se relevante para identificar e compreender os mecanismos inconscientes envolvidos nesses comportamentos. A análise do inconsciente, somada à exploração de padrões de repetição e ao entendimento das dinâmicas emocionais, pode oferecer caminhos para a superação do vício em hobbies e para a promoção de uma vida mais equilibrada.

Por fim, destaca-se a importância de intervenções individualizadas e conduzidas por profissionais qualificados, tanto na identificação precoce de comportamentos compulsivos quanto na condução de tratamentos. Este estudo reforça a relevância da psicanálise como uma abordagem valiosa para compreender e intervir em questões relacionadas ao comportamento humano, ampliando o entendimento sobre a dualidade dos hobbies como fontes de prazer e, potencialmente, de sofrimento. Acredita-se que os resultados deste trabalho possam contribuir para futuros estudos e práticas clínicas, ampliando o campo de investigação sobre a relação entre lazer, saúde mental e psicanálise, além de promover reflexões sobre a necessidade de um equilíbrio saudável na relação do sujeito com suas atividades de lazer.

## REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Freud, S. (1920). Além do Princípio do Prazer. Edição Standard Brasileira das Obras Psicológicas Completas de Sigmund Freud, Vol. 18. Rio de Janeiro: Imago, 1996.

Freud, S. (1915). Os Instintos e Suas Vicissitudes. Edição Standard Brasileira das Obras Psicológicas Completas de Sigmund Freud, Vol. 14. Rio de Janeiro: Imago, 1996.

Freud, S. (1910). "Criatividade e Sublimação". In: Obras Completas de Sigmund Freud. Vol. XII. São Paulo: Companhia das Letras, 2010.

Klein, M. (1957). Inveja e Gratidão

Ferreira, S. R., Vasconcelos, A. G., Lima, T. J. S., & Guedes, A. L. M. (2015). Dependência em jogos eletrônicos: revisão sistemática da literatura. *Revista de Psicologia IMED*, 7(1), 68-80.

Amaral, M. L., & Oliveira, M. S. (2014). Dependência de videogames: características clínicas e comorbidades. *Revista Brasileira de Psiquiatria*, 36(1), 66-72

Weinstein, A., & Lejoyeux, M. (2010). Internet addiction or excessive internet use. *American Journal of Drug and Alcohol Abuse*, 36(5), 277-283.

Castells, M. (2003). *A galáxia da internet: reflexões sobre a internet, os negócios e a sociedade.* (M.L. Borges, trad.). Rio de Janeiro: Zahar. (Original publicado em 2001)

DILMEIRE SANT'ANNA RAMOS VOSGERAU (ed.). **Estudos de revisão:** implicações conceituais e metodológicas. **Revista Diálogo Educacional**, [S.L.], v. 14, n. 41, p. 165, 12 jul. 2014. Pontifícia Universidade Católica do Paraná - PUCPR. <http://dx.doi.org/10.7213/dialogo.educ.14.041.ds08>. Disponível em: <https://periodicos.pucpr.br/index.php/dialogoeducacional/article/view/2317/2233>. Acesso em: 15 de junho de 2023.

GIL, Antônio Carlos. **MÉTODOS E TÉCNICAS DE PESQUISA SOCIAL**. 6. ed. São Paulo: Atlas, 2008. 200 p.

FROID; DJONGA. **A Pior Música Do Ano**. (Froid, Ed.)youtubeFroid/LK, 6 dez. 2016. Disponível em: <<https://www.youtube.com/watch?v=99hd6huUnbA>>. Acesso em: 20 nov. 2024

BROWN, M. Jesus Chorou. (M. Brown, K. Jay, Eds.)Cosa NostraCosa Nostra, 27 out. 2002.

Vosgerau, D. S. R., & Romanowski, J. P. (2014). Estudos de revisão: implicações conceituais e metodológicas. *Revista Diálogo Educacional*, 14(41), 165-189. <https://doi.org/10.7213/diálogo.educ.14.041.ds08>