isto é uma revista. isto é uma revista. isto é uma revista. isto é uma revista.

LEITURA FLUTUANTE
isto é uma revista.

MECANISMOS PSÍQUICOS E BINGE-WATCHING

UMA ANÁLISE PSICANALÍTICA DO CONSUMO EXCESSIVO DE SÉRIES

Larissa Otsuka Mesquita [1]

Katerine Sonoda[2]

PSYCHIC MECHANISMS AND BINGE-WATCHING: A PSYCHOANALYTIC ANALYSIS OF EXCESSIVE SERIES CONSUMPTION

MECANISMOS PSÍQUICOS Y BINGE-WATCHING: UN ANÁLISIS PSICOANALÍTICO DEL CONSUMO EXCESIVO DE SERIES

RESUMO

O presente estudo investiga os mecanismos psíquicos associados ao fenômeno do binge-watching sob a ótica da psicanálise. A pesquisa, de natureza exploratória e abordagem mista, utilizou as escalas Problematic Series Watching Scale (PSWS) e Binge-Watching Engagement and Symptoms Questionnaire (BWESQ) para a seleção de uma amostra qualitativa composta por oito participantes com alto índice de consumo de séries. Foram realizadas entrevistas semiestruturadas, analisadas utilizando teoria psicanalítica. Os resultados demonstram que o consumo excessivo de séries atua como uma estratégia de regulação emocional e defesa psíquica, servindo de refúgio contra angústias da realidade material. Identificou-se a prevalência de mecanismos como identificação, projeção, introjeção e a presença de um Ideal do Ego externo projetado em figuras fictícias. O estudo revela que o investimento afetivo nas narrativas gera relações parassociais que oferecem segurança emocional, mas que podem culminar em isolamento social e na distorção de expectativas sobre relacionamentos reais. Conclui-se que o binge-watching configura-se como um sintoma contemporâneo, onde a imersão ficcional busca compensar sofrimentos psíquicos, estabelecendo um ciclo vicioso entre o alívio imediato e a evitação da realidade.

Palavras-chave: Psicanálise; Binge-watching; Mecanismos de Defesa.

ABSTRACT

The present study investigates the psychic mechanisms associated with the phenomenon of binge-watching from a psychoanalytic perspective. This exploratory research, utilizing a mixed-methods approach, employed the Problematic Series Watching Scale (PSWS) and the Binge-Watching Engagement and Symptoms Questionnaire (BWESQ) to select a qualitative sample of eight participants with high series consumption rates. Semi-structured interviews were conducted and analyzed using psychoanalysis theory. The results demonstrate that excessive series consumption acts as an emotional regulation strategy and a psychic defense,

[1] E-mail: larissaotsukamesquita@gmail.com
[2] E-mail: katerine.sonoda@unifesspa.edu.br

serving as a refuge from the anxieties of material reality. The study identified the prevalence of mechanisms such as identification, projection, and introjection, as well as the presence of an external Ego Ideal projected onto fictional figures. The findings reveal that affective investment in narratives generates parasocial relationships that offer emotional security, yet may culminate in social isolation and the distortion of expectations regarding real-life relationships. It is concluded that binge-watching functions as a contemporary symptom, where fictional immersion seeks to compensate for psychic suffering, establishing a vicious cycle between immediate relief and the avoidance of reality.

Key words: Psychoanalysis; Binge-watching; Defense Mechanisms.

RESUMEN

El presente estudio investiga los mecanismos psíquicos asociados al fenómeno del binge-watching bajo la óptica del psicoanálisis. La investigación, de naturaleza exploratoria y enfoque mixto, utilizó las escalas Problematic Series Watching Scale (PSWS) y Binge-Watching Engagement and Symptoms Questionnaire (BWESQ) para la selección de una muestra cualitativa compuesta por ocho participantes con un alto índice de consumo de series. Se realizaron entrevistas semiestructuradas, las cuales fueron analizadas utilizando la teoría psicoanalítica. Los resultados demuestran que el consumo excesivo de series actúa como una estrategia de regulación emocional y defensa psíquica, sirviendo de refugio contra las angustias de la realidad material. Se identificó la prevalencia de mecanismos como la identificación, proyección e introyección, así como la presencia de un Ideal del Yo externo proyectado en figuras ficticias. El estudio revela que la inversión afectiva en las narrativas genera relaciones parasociales que ofrecen seguridad emocional, pero que pueden culminar en el aislamiento social y en la distorsión de las expectativas sobre las relaciones reales. Se concluye que el binge-watching se configura como un síntoma contemporáneo, donde la inmersión ficcional busca compensar sufrimientos psíquicos, estableciendo un ciclo vicioso entre el alivio inmediato y la evitación de la realidad.

Palabras clave: Psicoanálisis; Binge-watching; Mecanismos de Defensa.

INTRODUÇÃO

A busca pelo entretenimento e relaxamento através de conteúdos narrativos é algo que perdura na humanidade desde de os primórdios, com as histórias contadas através de desenhos nas paredes das cavernas; as histórias narradas ao redor de fogueiras, os mitos e lendas passados de geração para geração; as encenações das tragédias gregas. A arte ficcional nasceu assim e passou por várias fases até se tornar o que se consome hoje.

Há mais de dois milênios, quando os mitos eram passados oralmente e de geração para geração, muitas dessas histórias eram contadas em forma de “capítulos”, em que o contador deixava o seu desenrolar para o dia seguinte, despertando um grande interesse entre as pessoas que o escutava (Trinta, 2014).

Com o passar dos anos, os meios foram se transformando e foram surgindo novas formas de disseminar uma história ou uma ideia. As narrativas foram passadas para o modo escrito e a partir disso, outro modo das narrativas seriadas foram surgindo. Um exemplo são os folhetins, que eram histórias contadas de forma escrita e em "pedaços" em espaços dos jornais da imprensa francesa do século XIX. Os conteúdos eram completamente diferentes das notícias e propagandas apresentadas normalmente nos jornais, o que despertava interesse nas pessoas e impulsionava as vendas (Moraes, 2016).

Assim como os mitos antigos, os folhetins foram precursores aos modos de serialização como se consome hoje em dia. Posteriormente, em meados de 1912, o cinema iniciou seu papel nessa trajetória das narrativas seriadas, adotando um modo de transmissão em que reproduziam pequenos episódios seriados em salas de cinema bem rudimentares nas matinês aos domingos (Moraes, 2016).

Dessa forma, fica claro o quanto o ser humano sempre foi interessado pela ficção e o quanto esse modelo seriado de contar uma narrativa sempre existiu na história. O mundo está sempre em constante evolução e desde a criação das plataformas de streaming, o modo de consumo de séries se transformou. Com a popularidade dessas plataformas, a prática do binge-watching, que é assistir a vários episódios de série em sequência, se tornou um comportamento cada vez mais difundido na sociedade. Em certos contextos, esse debruçamento sobre os enredos televisivos, é uma forma de conforto e fuga da realidade (Nascimento & Oliveira, 2021).

Nesse cenário, o binge-watching se tornou um fenômeno social e psíquico, no qual o indivíduo mergulha em narrativas ficcionais por horas a fio e, mais do que uma simples prática de lazer, configura-se como um espaço simbólico onde o sujeito investe emoções, desejos, angústias e até mesmo projeta aspectos de si mesmo (Cruz & Nobre, 2024).

A psicanálise oferece uma vasta e profunda teoria que pode ser utilizada para investigar esses mecanismos. A literatura contemporânea propõe que o envolvimento do telespectador com as séries vai além da simples distração e propõe que o envolvimento do telespectador com as séries vai além da distração, se configurando como um espaço simbólico onde ele investe emoções, desejos e projeta aspectos de si mesmo. Conceitos como identificação, projeção, introjeção, formação do Ideal do Ego e fantasia se tornam centrais para

entender o profundo vínculo emocional, que se estabelece com os personagens (Cruz & Nobre, 2024).

Diante desse cenário, surge a necessidade de uma investigação mais aprofundada sobre esses mecanismos psíquicos e como eles funcionam nas pessoas que têm um consumo excessivo de séries. Para isso foram entrevistados 8 participantes com o grande hábito de assistir séries e foi feito uma entrevista semiestruturada com perguntas abertas para um melhor entendimento sobre as motivações e pensamentos dos indivíduos.

OS MECANISMOS PSÍQUICOS

As autoras Cruz & Nobre (2024) descrevem os mecanismos psíquicos psicanalíticos e como eles funcionam no contexto do assistir séries. Elas afirmam que esse envolvimento do telespectador está profundamente relacionado com a instância do Ideal do Ego, conceito elaborado por Freud e descrito por autores como Laplanche e Pontalis (2001). O Ideal do Ego funciona como um modelo que o indivíduo deseja atingir, geralmente constituído a partir de identificações primárias com figuras parentais e substitutos. No universo das séries, os personagens se tornam os representantes desse ideal, construindo no indivíduo desejos de ser, agir ou viver como eles.

O mecanismo de Identificação também é de extrema importância para entender a motivação para o grande engajamento nas séries. O telespectador pode se identificar com algum personagem por semelhança em suas experiências, pelo desejo de ocupar seu lugar ou por compartilhar de uma emoção comum. Essa identificação pode ser total ou parcial, consciente ou inconsciente, e frequentemente acaba em uma vivência indireta de experiências emocionais profundas. É como se os personagens se tornassem representantes simbólicos dos conflitos internos do espectador (Cruz & Nobre, 2024).

Entretanto, Cruz & Nobre (2024) alertam que esse Ideal do Ego direcionado aos personagens pode se tornar arriscado para o telespectador a partir do momento em que o sujeito atribui somente aos personagens as suas idealizações, no sentido de esquecer seus próprios desejos e realizações, encontrando apenas naquela figura fictícia uma forma de se realizar. Isso pode estar diretamente associado ao comportamento de binge-watching na atualidade, onde o sujeito fica muitas horas maratonando séries, deixando para os personagens conquistarem e alcançarem seus ideais. O indivíduo acaba vivenciando as coisas através do personagem, e

dessa forma, se protege de possíveis decepções, frustrações e dificuldades que possam surgir, pondo de lado suas relações afetivas e sociais da vida real.

As fantasias também têm um importante papel neste contexto. Para a psicanálise, as fantasias são como roteiros imaginários que encenam desejos inconscientes, muitas vezes recalcados (Laplanche & Pontalis, 2001) Ao assistir uma série, o sujeito não só se distrai como também participa mentalmente da narrativa, investindo emocionalmente nos personagens e vivenciando de modo simbólico os desejos não realizados (Cruz & Nobre, 2024).

Os gêneros e os universos das narrativas, além dos personagens em si, também podem ser um modo de atender as fantasias e desejos inconscientes do sujeito que assiste. Por ser um mecanismo de defesa que ajuda o indivíduo em uma fuga da realidade material e a realização de um desejo inconsciente de forma imaginária, os universos fictícios podem estar de alguma forma associados ao mundo interno do telespectador, na medida em que possibilita que cada um fique submerso em um universo completamente diferente do seu. Cruz & Nobre (2024) presumem que as séries do gênero fantástico possuem uma forte ligação com o mecanismo de fantasia, já que torna possível que a imaginação do indivíduo corra livre e o sujeito se sinta ainda mais afastado da própria realidade material, que é muitas vezes insatisfatória.

No texto “Escritores criativos e devaneios” (1907), Freud analisa um pouco sobre a construção dos personagens em novelas, romances e contos, e aborda um pouco sobre como o autor dirige suas próprias fantasias aos personagens que escreve:

> Nas criações desses escritores um aspecto salienta-se de forma irrefutável: todas possuem um herói, centro de interesse, para quem o autor procura de todas as maneiras possíveis dirigir a nossa simpatia, e que parece estar sob a proteção de uma Providência especial. Se ao fim de um capítulo deixamos o herói ferido, inconsciente e esvaindo-se em sangue, com certeza encontraremos no próximo cuidadosamente assistido e próximo da recuperação (Freud, 1907, p.139-140).

Com isso, percebe-se o quanto o autor possui um grande papel no vínculo que os espectadores podem criar com a figura de alguns personagens. E no caso do binge-watching, isso é muito importante na conexão que vai existir entre o espectador e essa figura, e quão mais forte esse vínculo, mais o espectador sente vontade de assistir aquela série

Outro mecanismo abordado no artigo de Cruz & Nobre (2024) é o conceito de projeção. Neste mecanismo o sujeito expulsa de si qualidades, sentimentos e desejos e os atribui aos personagens ou as situações da trama. Em contrapartida, tem o mecanismo de introjeção, onde os elementos dos personagens e da trama são tragos para si.

Cruz e Nobre apontam que a alta procura por séries pode estar ligada ao fato de que elas permitem projetar em um personagem sentimentos, desejos ou partes de si que costumam ser negadas. Muitas vezes, aquilo que alguém quer expressar não é bem aceito na vida real, mas dentro de um ambiente fictício e distante (que ainda assim cria uma conexão forte com o telespectador), essas emoções podem ser colocadas para fora sem medo. As séries se tornam um espaço onde é possível lidar com sentimentos difíceis, como raiva, angústia, conflitos ou desejos, até mesmo os de natureza sexual (Cruz & Nobre, 2024).

A literatura aponta também a presença do mecanismo de identificação projetiva, conceito desenvolvido por Melanie Klein (1946). Nesse caso, não apenas conteúdos são projetados, mas partes do próprio Eu são colocadas no outro. Aplicado ao universo das séries, isso significa que o espectador pode se fundir com um personagem ao ponto de não mais distinguir seus próprios sentimentos daqueles encenados na narrativa. Esse mecanismo é comum em egos fragilizados, que buscam nos personagens uma forma de sustentação narcísica (Cruz & Nobre, 2024).

As relações humanas, na atualidade, vêm se tornando cada vez mais distantes em um mundo com a presença crescente da internet e das tecnologias, que ocupam espaços e situações que antes dependiam totalmente do contato direto entre pessoas. As séries funcionam como instrumentos de identificação, permitindo que os sujeitos se conectem não apenas com indivíduos de outros grupos, mas também com personagens e situações presentes no universo narrativo. Diante de vínculos cada vez mais superficiais, muitos encontram nas séries figuras com as quais podem se identificar e ativar seus mecanismos de defesa, livres do medo de abandono ou de conflitos (Cruz & Nobre, 2024).

O ritmo acelerado e as exigências do mundo atual contribuem para que muitas pessoas percebam sua realidade como insatisfatória, impulsionando a busca por formas alternativas de fuga, buscando refúgio em uma realidade psíquica mais acolhedora. Enquanto a realidade material tem dificuldades e obrigações, as séries oferecem um espaço de fuga, onde é possível experienciar, simbolicamente, tudo aquilo que se deseja viver. O binge-watching,

como prática compulsiva, pode ser lido como uma forma de satisfação pulsional desmedida, que busca a gratificação imediata e o alívio de tensões internas (Cruz & Nobre, 2024).

A análise desses mecanismos psíquicos envolvidos no consumo de séries revelou que o binge-watching ultrapassa a esfera de ser apenas um entretenimento, se tornando uma experiência complexa de defesa psíquica e realização de desejos inconscientes. Através dos conceitos psicanalíticos apresentados acima, é possível entender que o espectador estabelece vínculos profundos com os personagens e narrativas, transformando o conteúdo audiovisual quase que em um espelho e extensão de sua vida psíquica.

Essa imersão não apenas oferece conforto e alívio diante das tensões da realidade, mas também permite a vivência indireta de emoções, desejos e conflitos que, muitas vezes, são reprimidos no cotidiano do espectador.

METODOLOGIA

Esta pesquisa utilizou uma abordagem mista. Combinando métodos quantitativos, para selecionar indivíduos com consumo excessivo de séries e, de forma qualitativa, se aprofundar na fala desses participantes para tentar entender o porquê desse excesso e tentar identificar nos relatos os mecanismos psíquicos. A pesquisa foi dividida em duas etapas. Na primeira fase os participantes responderam um formulário via Google Forms, contendo 2 escalas padronizadas para medir o nível de consumo de séries e se esse padrão de comportamento era problemático ou não. Já a segunda fase consistia em uma entrevista semiestruturada, via Google Meet, para um aprofundamento melhor no significado por trás do comportamento. Os participantes que apresentaram um consumo excessivo de séries, medido pelo formulário respondido inicialmente, foram selecionados para a segunda fase.

Os participantes, para a primeira fase, foram selecionados através de grupos no Whatsapp de alunos de uma universidade no estado do Pará. O principal critério para a participação da segunda fase da pesquisa foi apresentar escores altos nas escalas utilizadas no formulário. Durante o período de coleta de dados, foram registradas 44 respostas, das quais 37 eram mulheres e apenas 7 eram homens, com idades variando entre 18 e 48 anos. Das 44 respostas, 14 participantes atenderam aos critérios preestabelecidos para a segunda fase da pesquisa. Dessas 14 pessoas, só foi possível fazer a entrevista com 8 (1 homem e 7 mulheres), os outros seis participantes foram excluídos devido a desistência ou impossibilidade de contato.

As escalas utilizadas no formulário foram o PSWS (Problematic Series Watching Scale), desenvolvida por Orosz et al (2016), que avalia o nível problemático de consumo de séries e foi traduzido livremente do inglês para o português por mim, uma vez que não foi encontrada uma versão oficial em português. Essa escala mede o comportamento disfuncional de binge-watching através de 6 itens, com pontuação variando de 1 a 5 por item. O escore total pode variar de 6 a 30 e as classificações são: de 6 a 12 é considerado baixo, de 13 a 20 é moderado e de 21 a 30 é alto e indica um comportamento provavelmente problemático.

O último instrumento utilizado na primeira etapa foi a escala BWESQ (Binge-Watching Engagement and Symptoms Questionnaire), que mede o engajamento e sintomas relacionados ao consumo excessivo de séries através de 40 itens. O instrumento é organizado em sete subescalas: Engajamento; Emoções Positivas; Desejo/Desfrute; Preservação do Prazer; Binge-Watching; Dependência; e Perda de Controle. Os escores foram classificados conforme parâmetros estabelecidos por Flayelle et al. (2020): 1.0 a 1.9 como baixo consumo excessivo, 2.0 a 2.9 como consumo excessivo moderado e 3.0 a 4.0 como consumo excessivo alto. Foi utilizada uma versão já traduzida para o português de Portugal encontrada no artigo de Pereira (2022), com pequenas adaptações, feitas por mim, para melhor adequação ao português brasileiro.

Na segunda fase foi utilizado um roteiro de perguntas semiestruturadas, criado pelas autoras desta presente pesquisa, contendo 8 perguntas abertas que abordaram temas sobre consumo excessivo, identificação com personagens, relação emocional com séries, significado das séries de TV na vida do participante entre outras nuances.

O formulário com as escalas ficou disponível para respostas entre os dias 9 e 28 de outubro de 2025, totalizando 19 dias de coleta. Depois da análise das respostas do formulário, os participantes que se encaixaram nos parâmetros eram então selecionados para as entrevistas. Estas tiveram uma duração média de 40 a 60 minutos e foram gravadas para transcrição e análise. Essa segunda etapa da pesquisa foi conduzida dos dias 17 de outubro a 01 de novembro de 2025, de acordo com a disponibilidade de horários e dias dos participantes.

O método de análise das entrevistas foi com a leitura e interpretação dos discursos dos participantes, utilizando da teoria psicanalítica, em busca de compreender e conseguir classificar os significados nas respostas. Os dados coletados foram analisados de forma qualitativa. O objetivo foi compreender padrões e significados nas falas dos participantes,

identificando os mecanismos psíquicos que são acionados ao assistir séries. A partir dessa abordagem, foi possível integrar as diferentes perspectivas e construir uma visão mais ampla sobre a problemática estudada.

A pesquisa foi aprovada pelo Comitê de Ética da UFPA e seguiu todas as diretrizes éticas estabelecidas pela Resolução nº 466/2012 do Conselho Nacional de Saúde, garantindo o sigilo e a privacidade dos participantes. Todos os voluntários assinaram um Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) antes de participar do estudo, e os dados foram utilizados exclusivamente para a construção desse trabalho.

RESULTADOS

As respostas do formulário foram utilizadas apenas para selecionar os participantes para a entrevista. Em relação aos resultados das entrevistas, que abordaram de forma aberta sobre os porquês do consumo excessivo de séries, os significados emocionais do assistir série para os participantes, entre outras nuances que vieram a tona durante as entrevistas.

As entrevistas foram gravadas e após a transcrição literal, as respostas dos participantes foram analisadas e divididas em duas categorias para uma análise mais minuciosa das discussões. As categorias foram: Mecanismos Psíquicos e Carga Emocional.

MECANISMOS PSÍQUICOS: “EU ME IMAGINO MUITO EM ALGUNS PERSONAGENS, EU ACHO QUE A VIDA DELES SE TORNA BEM MELHOR DO QUE A MINHA”

Nessa categoria será dada ênfase nas falas, dentro de cada pergunta, que representem de alguma forma os mecanismos psíquicos que são acionados no telespectador ao assistir séries.

Ao serem perguntados se já havia sentido necessidade de assistir novamente uma série já vista antes, a resposta de todos foi positiva e dentre esses discursos foi possível notar uma fala interessante da participante 4 e que se encaixa nessa categoria. A participante retrata que ao assistir de novo algo já visto anteriormente, se sente como se voltasse no tempo para o momento em que assistiu aquilo pela primeira vez, ela afirma “é como se eu voltasse a experimentar aquele sentimento do começo.”

A participante 8 também traz questões semelhantes, e é possível identificar nuances dos mecanismos de fantasia e evitação/fuga, quando ela fala que o ato de reassistir séries é sobre

a questão de querer se abstrair da realidade. Dentro do seu discurso ela também fala sobre a questão da identificação, no qual ela precisa sentir que se identifica com o personagem ou com o enredo de alguma forma para poder assistir e ela acrescenta falando que “eu não gosto de nada muito fantasioso demais a ponto de não conseguir fazer nenhuma relação com a realidade”. Mas ela também alega não gostar de séries realistas demais, como documentários. O fator ficção precisa estar presente. Ela termina falando que assistir séries é “[...] para mim, é mais uma companhia do que necessariamente uma coisa que eu vou reassistir, sabe? Mais uma companhia mesmo”.

Quando perguntados se as séries reassistidas tinham algum valor emocional para os participantes, todos disseram que sim. A participante 1 iniciou sua contribuição falando que as séries que reassiste e tem valor emocional, geralmente são séries as quais ela fica obcecada por um personagem em específico e acaba criando um vínculo emocional unilateral com ele. A participante 3 diz algo similar, afirmando que nessas séries sempre tem um personagem que ela irá eleger como seu favorito e esse personagem sempre será o que ela mais se identifica, e eventualmente ela se torna também obcecada.

O participante 5 alega que “a série que eu assisto, o filme que eu assisto, ele conversa muito com como eu me sinto no período que eu tô”. A participante 8 relata algo similar quando diz que “[...] elas [as séries] trazem uma certa identificação, tanto com a história, com os personagens, e também tem muito a ver com o período que eu assisti às séries”, ela também acrescenta em sua fala “ eu tento fazer essa relação mais séria entre a realidade, o que eu sinto, o que os personagens têm e tudo mais. Então, também tem um valor a sentir muito grande.” Nas respostas dos participantes 1, 3, 5 e 8 consegue-se apontar o conceito de identificação.

Na pergunta de quando os participantes mais recorrem a assistir séries, todas as respostas apontaram para momentos de fragilidade emocional. A participante 2, disse que assiste quando sua cabeça está “falando demais” e ela completa retratando um padrão de evitação ao dizer que: “E também tem a questão de quando eu estou mal, que eu também não quero pensar a respeito”. Essa fala também é muito semelhante ao discurso da participante 3 que utiliza desse mesmo mecanismo de evitação ao assistir séries, ela relata que nesse ato: “eu me permito sentir coisas que são externas a mim, que não foram criadas por mim” e complementa alegando que o binge-watching “é um jeito de ainda sentir as emoções, ao invés de ficar completamente apática, mas eu fico apática às coisas da minha vida real. E eu substituo

elas pelas emoções da série". Em ambas as respostas nota-se características do mecanismo de evitação/fuga.

Ao responder a pergunta sobre momentos que recorrem a assistir séries, o participante 5 alega que: "[...] geralmente, eu procuro algum filme ou série que tenha algo que represente um momento da minha vida, né?" e complementa seu discurso dizendo que "eu acho importante a gente se enxergar um pouco na arte que a gente consome."

Quando perguntados se já haviam tido a sensação de se identificar mais com personagens fictícios do que com pessoas ao seu redor, todos os participantes concordam de alguma forma. Os participantes 2, 6 e 8 relataram que sentiam que se identificavam mais com personagens na sua adolescência, naquela fase onde não tinham "[...] a minha própria personalidade formada, minhas próprias bases de personalidade. Então, a gente acaba projetando ali em outras pessoas". Porém sentem que hoje em dia conseguem se identificar melhor com pessoas reais que estão ao seu redor. Nessas falas foi possível identificar o mecanismo do ideal do ego e os participantes relatam em sua adolescência características de projeção.

Respondendo a essa pergunta, a participante 1 afirma que "eu me imagino muito em alguns personagens porque eu acho que a vida dele se torna bem melhor do que a minha em alguns sentidos." Já a participante 4 relata que vê muito mais dela mesma nos personagens do que nas pessoas ao seu redor e que muitas vezes tenta justificar suas ações usando de exemplo esses enredos fictícios, ela diz "eu sempre faço essa relação de "tal personagem que eu gosto fez isso também" e também relata que frequentemente relaciona suas situações de vida do momento com coisas que seus personagens favoritos passaram. Na fala da participante 1 é possível identificar o mecanismo do ideal do ego, já na fala da participante 4 nota-se o conceito de projeção.

A participante 7 afirma que para ela "[...] é muito mais fácil me identificar com personagens do que com as pessoas no meu dia a dia". O participante 5 relata que durante sua infância, sentia necessidade de alguém como referência e achou isso no filme Big Hero, ele alega: "[...] foi um período que eu carecia muito de uma referência, de alguém que fosse um ideal pra mim, por exemplo, de uma pessoa que eu pudesse me tornar, e eu acabei me identificando muito com... acho que é Hiro o nome dele". Na fala do participante 5 é possível notar o mecanismo psíquico do ideal do ego.

Quando perguntados se os participantes sentiam que eles se apegam emocionalmente aos personagens das séries, todas as respostas foram positivas. A participante 1 relata um apego emocional quando diz que quando as séries a qual ela gosta muito chegam ao fim "[...] eu sinto que eu perdi alguma parte de mim." A participante 4 afirma que se apega emocionalmente aos participantes de forma demasiada. Ela relata ter um pouco de dificuldade em fazer seu cérebro entender o que é fictício e o que não é, ela alega "[...] porque, na minha cabeça, em algum universo eles existem e eles estão vivendo aquela realidade do que aconteceu. Então eu tenho muito problema com isso, porque às vezes eu levo a sério demais" e finaliza seu relato ao falar que "[...] então, eu fico muito nessa de parece que eles vivem aqui comigo ao mesmo tempo que eles não vivem comigo. Sabe?". Essa fala apresenta características de introjeção. O participante 5 também relata um apego emocional quando afirma que "existem diversos momentos da vida onde eu me apeguei a personagens por me identificar ou por querer ser mais parecido com eles." e relata um episódio onde um personagem muito interessante para ele acabou morrendo em uma série, o que fez "[...] eu fiquei bem péssimo quando ele morreu e eu fiquei uns dias pensando nisso."

A participante 2 relata o conceito de identificação quando diz que, em qualquer série que assiste, sempre elegerá um ou dois personagens que mais sente uma conexão e que são esses personagens que a fazem continuar assistindo. A participante 3 tem uma fala similar e a complementa falando que é "[...] mais fácil eu me apegar a eles do que as pessoas da vida real". A participante 8 afirma que "[...] eu tenho essa certa identificação com o personagem nesse sentido e eu me apego ao personagem, me apego muito".

A participante 8 relata que por se apegar tanto aos personagens, caso descubra que esse mesmo personagem vai morrer, ela para de assistir a série no mesmo momento. Ela também afirma que "[...] qualquer coisa que aconteça com um personagem que me apegue, é um chororô, é aquela depressãozinha, é como se fosse acontecendo comigo ou com alguém ao meu lado a situação." Apresentando, portanto,um grande apego emocional aos personagens.

As respostas dos participantes que se encaixam nessa categoria revela que o ato de assistir séries ativa mecanismos psíquicos essenciais para o Eu dos participantes. O ato do binge-watching está ligado a evitação/fuga da realidade e de pensamentos intrusivos, com a séries servindo como companhia para o telespectador, ou como um meio de canalizar as emoções externas. Nas falas foi possível identificar várias vezes o mecanismo de identificação,

onde o telespectador elege seus personagens favoritos aqueles no qual mais se vê. A projeção e a formação do ideal do ego também foram notadas nas falas, especialmente nas que se referem a adolescência, mas também persistindo na vida adulta, onde os personagens fictícios são vistos como modelos (presente na fala do participante 5) ou que a vida deles é percebida como melhor (como ilustrado na fala da participante 1). Foi possível notar também nas respostas a introjeção, onde existe uma dificuldade de separar o fictício do real, fazendo com que os personagens pareçam viver no mundo real (na fala da participante 4) e que suas perdas sejam sentidas como perdas de pessoas reais.

CARGA EMOCIONAL: "COM OS PERSONAGENS FICTÍCIOS, A GENTE ENTRA NO UNIVERSO MENTAL DELES"

Nessa categoria será dada ênfase nas falas, dentro de cada pergunta, que demonstrem uma carga e um grande envolvimento emocional dos participantes com as séries e que tipo de impacto eles relatam. Ao serem perguntados sobre sua rotina diária e como assistir séries faz parte delas, uma parte da resposta da participante 4 é a única que se encaixa nessa categoria. Ela afirma que não consegue iniciar novas séries pelo grande apego que tem pelas que já assistiu e reassiste com frequência, ela diz "[...] eu crio um bloqueio de eu não vou assistir uma nova porque não sei se eu vou gostar."

Ao serem perguntados se as séries que normalmente reassistem tem algum valor emocional para os participantes, o participante 5 e a participante 8 trouxeram um discurso que falava muito sobre como o apego emocional que tem nessas séries diz muito sobre os momentos de vida que estavam ao assistir pela primeira vez. O participante 5 conta que em sua infância, uma das coisas que o ajudou a criar laços com seu irmão foi assistir filmes de super-heroi com ele. Ele relata que: "[...] e aí esses filmes de heróis entraram na minha vida tanto como uma coisa que eu gostava, mas como um símbolo da minha união com meu irmão" e finaliza sua fala ao dizer que esses filmes e série " [...] é uma coisa simbólica, afetiva da nossa irmandade mesmo, da nossa parceria, da nossa amizade". A participante 8 afirma essa mesma ligação com suas séries conforto e seus momentos de vida "[...] tem um valor histórico, simbólico pra mim, nesse período".

Na pergunta que fala sobre qual momento mais recorrem a assistir séries, a participante 4 afirma que assiste quando está mal psicologicamente e então discorre sobre como

o reassistir suas séries favoritas quando está triste a faz sentir "[...] ter esse sentimento de sentir novamente o que eu senti quando eu vi pela primeira vez, acho que me anima um pouco".

Em relação a pergunta que traz o questionamento sobre se identificar com personagens fictícios mais do que pessoas reais, a participante 3 relata algo muito interessante. Ela afirma que é mais seguro emocionalmente para ela se identificar e se apegar a personagens que não são reais e diz, em relação aos personagens fictícios, que "[...] mesmo que não tenha um narrador onisciente ou algo assim [...] a gente consegue saber o que está se passando no emocional, no mental, saber o que motiva as ações daquela pessoa" e finaliza alegando que na vida real não tem como saber as motivações reais das pessoas ao seu redor.

Acerca da última pergunta do roteiro de entrevista: "Você sente que assistir tantas séries influencia suas expectativas sobre relacionamentos (amizades, amorosos ou familiares)?", quase todas as respostas foram positivas e seus trechos em destaque serão estão inseridos na atual categoria apresentada.

A participante 2 afirma que as séries acabam lhe dando um falso senso de realidade devido a tanta idealização e que "[...] acaba que a gente acaba idealizando algumas coisas em relação ao que sentir, a como sentir." A participante 3 também relata sofrer com essa idealização ocasionada pelo grande consumo de séries "[...] faço de tudo para transformar o que eu tenho ao meu redor naquilo que eu idealizei". A participante 4 alega algo similar quando diz que cria uma persona ideal para se relacionar, baseado nos personagens que gosta. Ela relata que sua vida toda sempre leu muito e assistia muitos filmes e séries com enfoque em romance, e que sente que isso influenciou muito como se relaciona hoje em dia "[...] e eu faço de tudo para transformar o que eu tenho ao meu redor naquilo que eu idealizei"

O participante 5 relata algo semelhante em relação a essa idealização e diz que, para ele, isso ocorre principalmente em relações amorosas. A participante 6 alega o mesmo pensamento e completa dizendo "[...] a expectativa acaba sendo maior nesse lado romântico. E sempre vai influenciar. Eu acabo assistindo e falo, meu Deus, cadê? É real? Existe?".

A participante 7 relata que na época da pandemia, onde sua saúde mental estava extremamente abalada devido ao isolamento social, passava seus dias inteiros imersa nos mundos fictícios. E devido a isso, sentiu que essa idealização alcançou um nível ainda mais alto, ela alega que "[...] os personagens eram os meus amigos, os personagens eram os meus relacionamentos românticos"

Já a participante 8 alega que não sente que assistir tantas séries influência em suas expectativas, pois ela afirma não colocar expectativas em ninguém. E ela também afirma que consegue separar o fictício do real facilmente.

Nessa última categoria, as falas selecionadas demonstraram um profundo investimento afetivo nas séries, que ultrapassa o entretenimento. As respostas dos participantes mostraram que o consumo das séries, para eles, está carregado de valor histórico e simbólico, ligando as séries a momentos de vida ou períodos de instabilidade psicológica. Também foi possível notar que existe uma idealização dos relacionamentos, onde as narrativas fictícias criam um falso senso de realidade e elevam as expectativas. Foi notável também, na fala de alguns participantes, que existe uma preferência em se apegar aos personagens fictícios a pessoas reais. Devido a uma certa segurança emocional, advinda do fato de que no universo da série o espectador tem acesso mais claro às motivações internas do personagens e ao seu universo mental.

Todas essas categorias e dados apresentados serão analisados e discutidos no tópico seguinte utilizando base teórica da literatura acadêmica atual e autores clássicos.

DISCUSSÃO

Com base nos dados, pode-se afirmar que esse consumo excessivo de séries e esse grande apego com o assistir séries não é vazio e simplista. O ato do binge-watching atinge camadas muito mais profundas no ser humano. Ao estar imerso nesse universo fictício, o inconsciente do telespectador reage, encontrando um alívio de suas pulsões positivas ou negativas, pois o enredo, de alguma forma, fala com ele e desperta em si conteúdos que ele pode nem ter conhecimento (Cruz & Nobre, 2024).

Segundo a psicanálise de Freud, a psique humana é subdividida em: id, ego e superego. Junto a esse modelo, tem o que é chamado de Ideal do Ego. Segundo Laplanche e Pontalis (2001), o Ideal do Ego se caracteriza como as aspirações e objetivos ideais que o Ego pretende alcançar, ou seja, ele é como um modelo para aquilo que o indivíduo vai buscar no decorrer de sua vida, a partir dos conteúdos narcísicos e identificações introjetadas no ego.

Se a instância ideal do ego é resultado da convergência do narcisismo (idealização do ego) e das identificações com os pais, com seus substitutos e com os ideais coletivos, levanta

a questão de o quanto essas identificações podem influenciar os ideais dos indivíduos que acompanham determinados tipos de séries (Cruz & Nobre, 2024).

Segundo Lima (2013), a ligação dos telespectadores com as séries depende muito de sua ligação com os personagens. Isso é comprovado nesta pesquisa, na fala da participante 2, quando ela afirma que em todas as séries que assiste, sempre elege um ou dois personagens como seus favoritos e que são esses personagens que a fazem ter vontade de assistir todas as temporadas.

Cruz e Nobre (2024) afirmam que os personagens podem figuras carregadas de significados, e esses significados podem ser percebidos pelos público que assiste, de forma consciente ou permanecerem inconscientes. Muitas vezes, as séries apresentam os personagens da forma como o telespectador deseja ser ou estar. Às vezes o indivíduo pode até mesmo comparar sua vida com a do personagem fictício. Foi possível notar isso nesta pesquisa na fala da participante 1, quando ela relata que "eu me imagino muito em alguns personagens porque eu acho que a vida dele se torna bem melhor do que a minha em alguns sentidos."

Contudo, Cruz e Nobre (2024) alegam que, esse ideal do ego, pode se tornar preocupante na medida em que o telespectador passa a viver através do personagem, deixando que o protagonista realize as suas idealizações e objetivos, no sentido de esquecer seus próprios desejos e ambições, encontrando apenas naquela figura uma forma de se realizar. Dessa forma, o sujeito se protege de possíveis decepções, frustrações e dificuldades que possam surgir, pondo de lado suas relações sociais e afetivas da vida real. Uma nuance disso trazido na literatura, foi encontrado nesta pesquisa quando a participante 3 afirma que ao recorrer a séries em seus momentos de fragilidade emocional, é uma busca desesperada para que ela não sinta o que está sentindo no momento. Então ao invés de ficar completamente apática, ela mergulha no universo fictício e faz dos sentimentos da narrativa e dos personagens, os seus. Ela alega que "é um jeito de ainda sentir as emoções, ao invés de ficar completamente apática, mas eu fico apática às coisas da minha vida real. E eu substituo elas pelas emoções da série"

Freud (1933) cita em "Novas conferências introdutórias sobre psicanálise", que identificação é a ação de assemelhar um ego a outro ego. A partir desse conceito ele propôs três maneiras de analisar o processo de identificação, mas o que importa para essa análise desta pesquisa é apenas o terceiro. Esse terceiro caso diz que a identificação acontece quando o sujeito não possui nenhuma relação de objeto com o outro que está sendo imitado, não há interesse

libidinal direcionado, porém existe um desejo de se colocar no lugar ou na mesma situação do outro.

Nesse formato, o sujeito não possui uma relação de objeto com o outro, mas sim se baseia no desejo de se colocar na mesma situação do outro, e possibilita que o sujeito se identifique na medida que ele possui algum elemento em comum com esse outro (Freud, 1933).

Aplicando esse conceito a essa pesquisa, pode-se pensar que o sujeito que acompanha alguma série tão fervorosamente, se identifica com algum personagem apresentado por ela, percebendo de modo consciente ou inconsciente o desejo de ser como aquela figura ou de estar em seu lugar.

Muitas vezes o telespectador pode se identificar com o personagem por ele ter características parecidas com as dele, ou por ter passado por situações, frustrações, sentimentos semelhantes aos seus. Isso é notado nas respostas de vários participantes que alegam uma facilidade muito maior de se identificar com personagens fictícios do que com pessoas ao seu redor, como é exemplificado na resposta da participante 7 "[...] é muito mais fácil me identificar com personagens do que com as pessoas no meu dia a dia". O participante 5 também relata algo interessante quando alega que na sua infância sentia necessidade de um ideal e alguém com quem se identificar, e achou em um personagem de filme de animação que tinha mais ou menos sua idade e havia passado por coisas semelhantes em sua vida.

Laplanche e Pontalis (2001) explicam o mecanismo de fantasia como "um roteiro imaginário em que o sujeito está presente e que representa de modo mais ou menos deformado pelos processos defensivos, a realização de um desejo e, em última análise, de um desejo inconsciente". Levando em consideração esse conceito, observar-se o quanto os personagens podem, às vezes, ser uma forma do sujeito estar satisfazendo suas fantasias. Os telespectadores buscam na figura fictícia uma fuga da realidade material, na medida em que ele atribui ao personagem seus sonhos e desejos não realizados. Como na fala de alguns participantes que afirmaram usar as séries como uma forma de completa fuga da realidade, exemplificado na fala da participante 8 que busca se "abstrair da realidade" quando assiste séries.

Um outro conceito identificado na pesquisa foi o de projeção. Segundo Laplanche e Pontalis (2001) a projeção é uma defesa do ego onde o sujeito atribui ao outro qualidades, sentimentos e desejos seus. Para esse estudo se foca na nuance da projeção dos telespectadores sobre os personagens. Esse conceito foi identificado em algumas falas dos participantes, mas

principalmente na fala da participante 4 que alega tende a justificar suas ações usando de exemplo esses personagens e enredos fictícios. Ela relata “eu sempre faço essa relação de “tal personagem que eu gosto fez isso também” e complementa dizendo que relaciona suas situações de vida no momento com coisas que seus personagens favoritos já passaram.

Entretanto, ao mesmo tempo que ocorre a projeção, também acontece a introjeção. Nesse conceito existe o movimento de trazer para si os conteúdos e sentimentos do outro que, geralmente, fazem parte da esfera de desejo e interesse do indivíduo. Nuances desse conceito foram identificadas nas falas dos participantes, principalmente na fala da participante 4 que afirma se apegar muito aos personagens fictícios e alega às vezes ter dificuldade de fazer seu cérebro entender o que é a realidade e o que é fictício. Ela relata “[...] então, eu fico muito nessa de parece que eles vivem aqui comigo ao mesmo tempo que eles não vivem comigo. Sabe?”

Enquanto na projeção o indivíduo coloca no outro seus próprios conteúdos, na identificação projetiva de Melanie Klein (1946), também existe esse movimento, porém nesse caso a própria pessoa é projetada no outro. É muito importante refletir sobre o fato de que muitas vezes o sujeito encontra nas séries e nos personagens, um objeto para receber seus conteúdos conflitantes e angustiantes. Laplanche e Pontalis (2001) alegam que egos muito fragilizados podem encontrar nesses personagens (até mesmo por falta de outras figuras), um alvo para direcionar isso e isto pode ser um risco na medida em que o indivíduo está sempre projetando e se perdendo naquela figura fictícia e irreal.

Essa questão dos egos fragilizados e a identificação projetiva foi identificada na fala de alguns participantes, onde os participantes 2, 6 e 8 afirmaram que se identificavam mais com personagens em sua adolescência, quando não tinham “[...] a minha própria personalidade formada, minhas próprias bases de personalidade. Então, a gente acaba projetando ali em outras pessoas”. Embora isso seja um mecanismo de defesa importante, o uso excessivo dele pode ser arriscado, podendo ocasionar que a instância ideal do ego de alguma forma se torne exterior ao indivíduo e passe a ser aquilo que o personagem deseja e idealiza e não ele mesmo.

Com essa análise, é possível perceber o quanto os mecanismos psíquicos estão envolvidos no hábito de assistir séries. São esses mecanismos que ditam as preferências pelas séries. São esses mecanismos que recebem toda a carga que o ato de binge-watching traz, além de refletirem tudo aquilo que o sujeito tem e precisa projetar, também traz para o telespectador modelos e realidades que ele deseja. Diferentemente dos filmes que tem começo, meio e fim

em no máximo 2 horas, as séries abraçam os telespectadores, mergulhando-os em sua narrativa, fazendo-os viver tudo aquilo que está acontecendo, sem tempo determinado. Fazendo com que o vínculo emocional seja ainda maior.

Outro ponto relevante a ser abordado nesta discussão é sobre: as relações parassociais. Vaz (2022) define essas relações como vínculos afetivos unilaterais criados entre o espectador e os personagens da série. Essa forma de relação foi muito achada nos discursos dos participantes. A participante 8 alega que o ato de assistir séries para ela é muito mais sobre "é mais uma companhia do que necessariamente uma coisa que eu vou reassistir".

O apego emocional exacerbado a figura fictícia fica muito claro na fala da participante 1, que afirma que quando séries que gosta chegam ao fim, "[...] eu sinto que eu perdi alguma parte de mim." Esse vínculo unilateral fica ainda mais exemplificado na fala da participante 7 que relata que "[...] os personagens eram os meus amigos, os personagens eram os meus relacionamentos românticos".

Esses tipos de vínculos, por mais que ilusórios, ajudam a preencher o vazio da ausência de relações reais, agindo como uma "companhia substituta". O telespectador, ao assistir, se sente acolhido pelas vozes e a ilusória presença dos personagens. E após esse comportamento se tornar algo rotineiro, muitas vezes esse indivíduo preferirá esses momentos com essas companhias irreais a interações sociais de verdade, especialmente quando estiver enfrentando problemas emocionais.

As respostas da categoria "Carga emocional" revelaram um grande investimento afetivo nas séries, que vai além do simples entretenimento. Alguns participantes afirmaram que o consumo de séries está carregado de valor histórico e simbólico, a participante 4 relata que assiste suas séries favoritas para "sentir novamente o que eu senti quando eu vi pela primeira vez, acho que me anima um pouco".

O achado mais notável nessa categoria foi a influência das séries na idealização das relações interpessoais. Os participantes relataram que as narrativas fictícias criam um falso senso de realidade e aumentam suas expectativas. A participante 4 exemplifica isso quando diz "Meu problema é idealização. [...] eu tento fazer de tudo para transformar o que eu tenho ao meu redor naquilo que eu idealizei". A participante 6 questiona a realidade de suas expectativas quando relata que "a expectativa acaba sendo maior nesse lado romântico. E sempre vai influenciar. Eu acabo assistindo e falo, meu Deus, cadê? É real? Existe?".

Embora a literatura acadêmica aborda a formação do ideal do ego e a idealização com os personagens de séries, o impacto dessa idealização nas expectativas sobre os relacionamentos ainda é uma grande lacuna a ser estudada. Essa idealização, aliada a preferência dos participantes de se apegar a personagens fictícios pela segurança emocional que oferecem, reforça o risco de que a instância ideal do ego se torne exterior ao sujeito, fazendo com que o que ele busca e idealiza seja o que o personagem busca e idealiza, e não ele mesmo.

Portanto, a análise feita neste capítulo permite concluir que o consumo excessivo de séries é uma estratégia complexa de regulação emocional, profundamente enraizada em mecanismos psíquicos inconscientes. A pesquisa mostrou que a relação central não é de causalidade, mas de compensação. Os indivíduos que já vivenciam algum tipo de sofrimento psíquico recorrem ao binge-watching como uma válvula de escape e refúgio. Esse comportamento, por sua vez, é sustentado por mecanismos como a identificação projetiva, a fantasia e a formação do ideal do ego, onde os personagens e narrativas se tornam objetos de projeção, identificação e realização de desejos. Porém, esse alívio inicial dá lugar a um ciclo vicioso, no qual a imersão no universo fictício acarreta prejuízos reais, como isolamento social, negligência de obrigações e distúrbios de sono. Dessa forma, as séries funcionam simultaneamente como um alívio e agravante, mostrando uma dinâmica psíquica na qual a fuga da realidade se consolida como sintoma de um sofrimento psíquico que a própria fuga ajuda a perpetuar.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A presente pesquisa permitiu compreender as camadas mais profundas do fenômeno do binge-watching, com os resultados foi possível afirmar que esse modo de consumo não pode ser reduzido a um simples comportamento de lazer. Através da lente psicanalítica, evidencia-se que esse tipo de comportamento configura um processo muito mais complexo, no qual o indivíduo não só consome uma narrativa, mas nela deposita e ativa mecanismos de defesa psíquicos.

Os resultados revelaram que a imersão no universo das séries funciona como um refúgio psíquico onde mecanismos como a identificação, a projeção e a introjeção operam para mediar o sofrimento, a solidão e as frustrações da realidade. Foi possível observar que em

alguns participantes, os personagens fictícios passam a ocupar o lugar de um Ideal do Ego externo, oferecendo ao espectador uma satisfação pulsional substitutiva e uma segurança emocional que muitas vezes parece indisponível nas relações interpessoais reais. Assim, pode-se dizer que o excesso revela-se como um sintoma: uma tentativa de cura ou alívio que, paradoxalmente, pode prender o indivíduo em um ciclo de evitação e isolamento.

Apesar da riqueza dos relatos obtidos, é necessário reconhecer que este estudo possui caráter exploratório e qualitativo. Por isso, se faz necessário que esta investigação seja replicada em uma amostra significativamente maior e mais diversificada. Esse tipo de ampliação permitirá verificar se os padrões de fala e os mecanismos identificados nesses oito participantes são constantes em uma escala populacional mais ampla.

Além disso, é necessário a realização de novos estudos que investiguem, de forma ainda mais exaustiva, a questão das idealizações ocasionadas pelas séries. O impacto dessas narrativas na construção das expectativas sobre a vida real e sobre os relacionamentos amorosos e familiares é uma lacuna que precisa de atenção. É necessário entender até que ponto essa ficcionalização da vida afeta a saúde mental e a capacidade do sujeito de lidar com a falta.

Em última análise, as narrativas seriadas de hoje não são apenas entretenimento e compreender o que move o espectador em direção a esses universos de forma tão assídua, é compreender as novas formas de subjetivação e sofrimento na contemporaneidade.

REFERÊNCIAS

CRUZ, L. C.; NOBRE, T. L. Viagem ao universo das séries televisivas: um estudo psicanalítico sobre os mecanismos psíquicos presentes no telespectador. Psicólogo InFormação, [S. l.], v. 26, n. 26, p. 1–18, 2024. Disponível em: https://doi.org/10.15603/2176-0969/pi.v26n26p1-18 Acesso em: 18 abr. 2025.

FREUD, S. Novas conferências introdutórias sobre psicanálise. Tradução de J. Salomão. Rio de Janeiro: Imago, 1996. v. 22. (Obra original publicada em 1933).

KLEIN, M. Notas sobre alguns mecanismos esquizóides. In: KLEIN, M. Inveja e gratidão e outros trabalhos (1946-1963). Tradução de R. C. D. C. M. Alves. Rio de Janeiro: Imago Editora, 1991. p. 20–48. (Obra original publicada em 1946).

LAPLANCHE, J.; PONTALIS, J.-B. Vocabulário da psicanálise. 4. ed. São Paulo: Martins Fontes, 2001.

LIMA, P. C. L. De olho na tela: o consumo de séries de TV norte-americanas através da internet. 2013. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Comunicação Social) – Universidade Federal de Juiz de Fora, Juiz de Fora, 2013. Disponível em: https://repositorio.ufjf.br/jspui/handle/ufjf/3348. Acesso em: 15 abr. 2025.

MORAES, R. R. C. Narrativa seriada na televisão e suas origens nos meios de comunicação. In: ENCONTRO DE GTs DE GRADUAÇÃO, 2., 2016, São Paulo. Anais [...]. São Paulo: Grupo de Trabalho Comunicação e consumo, 2016.

TRINTA, R. Dos folhetins ao Netflix: a história da narrativa ficcional seriada nos meios de comunicação. In: ENCONTRO REGIONAL NORDESTE DE HISTÓRIA DA MÍDIA – ALCAR NORDESTE, 3., 2014, Maceió. Anais [...]. Maceió: GT de História da Mídia Digital, 2014.

VAZ, M. B. G. B. Os motivos que levam as pessoas a verem séries televisivas compulsivamente e a sua relação com a solidão. 2022. Dissertação (Mestrado em Psicologia) – Universidade Católica Portuguesa, [S. l.], 2022. Disponível em: https://repositorio.ucp.pt/handle/10400.14/38555. Acesso em: 21 abr. 2025.