

**UNIVERSIDADE FEDERAL DE GOIÁS
FACULDADE DE EDUCAÇÃO
CURSO DE PSICOLOGIA**

ISMAEL MADLUM

**A CRISE DA MEIA IDADE SOB A PERSPECTIVA DA PSICOLOGIA
ANALÍTICA: DA METANOIA À INDIVIDUAÇÃO**

**GOIÂNIA
2022**



UNIVERSIDADE FEDERAL DE GOIÁS
FACULDADE DE EDUCAÇÃO

TERMO DE CIÊNCIA E DE AUTORIZAÇÃO PARA DISPONIBILIZAR VERSÕES ELETRÔNICAS DE TRABALHO DE CONCLUSÃO DE CURSO DE GRADUAÇÃO NO REPOSITÓRIO INSTITUCIONAL DA UFG

Na qualidade de titular dos direitos de autor, autorizo a Universidade Federal de Goiás (UFG) a disponibilizar, gratuitamente, por meio do Repositório Institucional (RI/UFG), regulamentado pela Resolução CEPEC no 1240/2014, sem ressarcimento dos direitos autorais, de acordo com a Lei no 9.610/98, o documento conforme permissões assinaladas abaixo, para fins de leitura, impressão e/ou download, a título de divulgação da produção científica brasileira, a partir desta data.

O conteúdo dos Trabalhos de Conclusão dos Cursos de Graduação disponibilizado no RI/UFG é de responsabilidade exclusiva dos autores. Ao encaminhar(em) o produto final, o(s) autor(a)(es)(as) e o(a) orientador(a) firmam o compromisso de que o trabalho não contém nenhuma violação de quaisquer direitos autorais ou outro direito de terceiros.

1. Identificação do Trabalho de Conclusão de Curso de Graduação (TCCG)

Nome(s) completo(s): Ismael Madlum

Título do trabalho: **A crise da meia idade sob a perspectiva da psicologia analítica: da metanoia à individuação**

2. Informações de acesso ao documento (este campo deve ser preenchido pelo orientador) **Concorda com a liberação total do documento** [X] SIM [] NÃO¹

[1] Neste caso o documento será embargado por até um ano a partir da data de defesa. Após esse período, a possível disponibilização ocorrerá apenas mediante: a) consulta ao(à)(s) autor(a)(es)(as) e ao(à) orientador(a); b) novo Termo de Ciência e de Autorização (TECA) assinado e inserido no arquivo do TCCG. O documento não será disponibilizado durante o período de embargo.

Casos de embargo:

- Solicitação de registro de patente;
- Submissão de artigo em revista científica;
- Publicação como capítulo de livro.

Obs.: Este termo deve ser assinado no SEI pelo orientador e pelo autor.



Documento assinado eletronicamente por **Mara Rúbia De Camargo Alves Orsini, Professor do Magistério Superior**, em 08/06/2022, às 14:20, conforme horário oficial de Brasília, com fundamento no § 3º do art. 4º do Decreto nº 10.543, de 13 de novembro de 2020.



Documento assinado eletronicamente por **MARIANA GUIMARÃES LIMA, Discente**, em 03/08/2022, às 14:44, conforme horário oficial de Brasília, com fundamento no § 3º do art. 4º do Decreto nº 10.543, de 13 de novembro de 2020.



Documento assinado eletronicamente por **ISMAEL MADLUM, Usuário Externo**, em 04/08/2022, às 10:28, conforme horário oficial de Brasília, com fundamento no § 3º do art. 4º do Decreto nº 10.543, de 13 de novembro de 2020.



A autenticidade deste documento pode ser conferida no site https://sei.ufg.br/sei/controlador_externo.php?acao=documento_conferir&id_orgao_acesso_externo=0, informando o código verificador **2966002** e o código CRC **57FAC267**.

ISMAEL MADLUM

**A CRISE DA MEIA IDADE SOB A PERSPECTIVA DA PSICOLOGIA
ANALÍTICA: DA METANOIA À INDIVIDUAÇÃO**

Trabalho de Conclusão de Curso (TCC)
apresentado a Universidade Federal de
Goiás – Campus Colemar Natal e Silva,
como requisito parcial para a conclusão
do Curso de Graduação em Psicologia.
Orientadora: Profa. Dra. Mara Rúbia de
Camargo Alves Orsini

**GOIÂNIA
2022**

Ficha de identificação da obra elaborada pelo autor, através do Programa de Geração Automática do Sistema de Bibliotecas da UFG.

Madlum, Ismael

A crise da meia idade sob a perspectiva da psicologia analítica: da metanoia a individuação [manuscrito] / Ismael Madlum. - 2022.
L, 50 f.

Orientador: Prof. Dr. Mara Rúbia de Camargo Alves Orsini.
Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação) - Universidade Federal de Goiás, Faculdade de Educação (FE), Psicologia, Goiânia, 2022.

Bibliografia.

1. Psicologia analítica. 2. Jung. 3. Crise da meia idade. 4. Metanoia. 5. Individuação. I. Orsini, Mara Rúbia de Camargo Alves, orient. II. Título.

CDU 159.9



UNIVERSIDADE FEDERAL DE GOIÁS
FACULDADE DE EDUCAÇÃO

ATA DE DEFESA DE TRABALHO DE CONCLUSÃO DE CURSO

Aos trinta e um dias do mês de março do ano de dois mil e vinte e dois iniciou-se a sessão pública de defesa do Trabalho de Conclusão de Curso (TCC) intitulado “**A crise da meia idade sob a perspectiva da psicologia analítica: da metanoia à individuação**”, de autoria de Ismael Madlum do curso de Psicologia, da Faculdade de Educação da UFG. Os trabalhos foram instalados pela Professora Doutora Mara Rúbia de Camargo Alves Orsini (Orientadora - FE/UFG) com a participação dos demais membros da Banca Examinadora: Professor Doutor Pedro Adalberto Gomes de Oliveira Neto FE/UFG. Após a apresentação, a banca examinadora realizou a arguição do estudante. Posteriormente, de forma reservada, a Banca Examinadora atribuiu a nota final de (10,0) , tendo sido o TCC considerado aprovado.

Proclamados os resultados, os trabalhos foram encerrados e, para constar, lavrou-se a presente ata que segue assinada pelos Membros da Banca Examinadora.



Documento assinado eletronicamente por **Mara Rúbia De Camargo Alves Orsini, Professor do Magistério Superior**, em 08/06/2022, às 14:14, conforme horário oficial de Brasília, com fundamento no § 3º do art. 4º do Decreto nº 10.543, de 13 de novembro de 2020.



Documento assinado eletronicamente por **Pedro Adalberto Gomes De Oliveira Neto, Professor do Magistério Superior**, em 13/06/2022, às 17:31, conforme horário oficial de Brasília, com fundamento no § 3º do art. 4º do Decreto nº 10.543, de 13 de novembro de 2020.



A autenticidade deste documento pode ser conferida no site https://sei.ufg.br/sei/controlador_externo.php?acao=documento_conferir&id_orgao_acesso_externo=0, informando o código verificador **2965880** e o código CRC **969394B2**.

Agradecimentos

Este TCC foi elaborado no contexto da pandemia do Covid-19. Esta conjuntura desencadeou em mim reflexões profundas acerca das minhas relações pessoais e fez emergir sentimentos até então pouco presentes na minha psique. Acima de tudo predominaram sentimentos de gratidão pela vida e àqueles que me propiciaram estar vivenciando este momento, sobretudo:

À Inteligência Suprema do universo, o Desconhecido Arquiteto do projeto da vida que pulsa em diversos níveis de complexidade na natureza, e, portanto, também pulsa em mim – um ser pensante e consciente da própria existência.

Ao meu avô paterno Alcino e à minha avó paterna Mafage, pelo destemor e coragem de, em pleno século XIX, empreenderem uma viagem de navio, com poucos recursos, com duração de mais de três meses, do Líbano ao Brasil, os quais me legaram um pai.

Ao meu avô materno Sílvio e à minha querida avó materna Angelina, descendentes diretos de imigrantes italianos originários da região da Calábria, que também aportaram no Brasil no século XIX, os quais me proporcionaram uma mãe.

Ao meu pai Taufik Madlum e à minha mãe Lourdes Aparecida Sestini Madlum, com os quais tenho uma dívida impagável por todo o zelo e cuidado tidos com o meu desenvolvimento moral e intelectual, temperando amorosidade e disciplina na medida certa. Gratidão para sempre.

Às minhas irmãs Soraia e Sumaira e ao meu irmão Sérgio pela consideração e carinho que sempre me devotaram em vários momentos importantes da minha vida.

À minha esposa Eugênia – in memoriam – minha professora maior, a que teve a difícil missão de ministrar-me os ensinamentos que todo homem deve receber de uma mulher. Minha eterna gratidão por todos os momentos e por me proporcionar a oportunidade de ser pai.

Às minhas filhas Carolina, Molinari e Larissa e ao meu filho Alexandre, propósitos maiores da minha existência, pelo apoio e incentivo recebido desde o projeto inicial de cursar psicologia.

Ao professor Doutor Pedro Adalberto Gomes de Oliveira Neto, pelo convite amigo para participar do “Grupo de Estudos Junguianos”, um ambiente de estudos e debates de alto nível que contribuiu sobremaneira para a germinação e o desenvolvimento deste trabalho.

À Professora Doutora Mara Rúbia de Camargo Alves Orsini, também coordenadora do “Grupo de Estudos Junguianos”, que, por sua visão ampliada da ciência psicológica, não hesitou em aceitar meu pedido de orientação para desenvolver um TCC sob as luzes de uma abordagem negligenciada pela academia. E, para além disso, exerceu sua função de orientadora com apontamentos oportunos, preciosos e seguros em todos os momentos.

Obrigado!

A vida sempre se me afigurou uma planta que extrai sua vitalidade do rizoma; a vida propriamente dita não é visível, pois jaz no rizoma. O que se torna visível sobre a terra dura um só verão, depois fenece... Aparição efêmera. Quando se pensa no futuro e no desaparecimento infinito da vida e das culturas, não podemos nos furtar a uma impressão de total futilidade; mas nunca perdi o sentimento da perenidade da vida sob a eterna mudança. O que vemos é a floração – e ela desaparece. Mas o rizoma persiste.

(Carl G. Jung, em Memórias, Sonhos e Reflexões)

RESUMO

Este trabalho trata, à luz da psicologia analítica, de eventos psicológicos essenciais que incidem na segunda metade da vida, quais sejam: a crise da meia idade, a metanoia e a individuação. Para tanto, em sua primeira parte, empreende uma breve visita aos postulados fundamentais que marcam esta abordagem, tais como: ego, persona, complexos, sombra, *anima*, *animus*, Self e a relação compensatória entre o consciente e o inconsciente. Apresenta também um resumo da visão junguiana acerca da estrutura e do funcionamento da personalidade humana, consubstanciada na adoção, pelo indivíduo, de uma atitude psicológica típica – introvertida ou extrovertida – e na utilização hierarquizada das funções psíquicas, como recursos ao processo de adaptação à vida – o sentimento, o pensamento, a sensação e a intuição. Em sua segunda parte, busca resgatar da literatura específica, com fulcro principal em Jung e outros autores contemporâneos, a interpretação dos fenômenos psicológicos objetos deste estudo, a partir dos conceitos apresentados. Às considerações finais, o autor expõe suas conclusões, que, em apertada síntese, se pode resumir: a crise da segunda metade vida entendida como um “evento alerta” desencadeado pelo inconsciente na tentativa de equilíbrio da energia psíquica, que surge como um sintoma, seja na esfera corporal ou psíquica; a metanoia compreendida como um processo de reação psicológica idiossincrática – cognitiva e emocional – ao evento sintomático, com a ressalva de que nem todas as pessoas irão vivenciar este processo; e a individuação interpretada como um progressivo alargamento da consciência. Essa, se apresenta como um horizonte, uma possibilidade e não um objetivo, em especial no processo terapêutico, pois como afirma Jung, a individuação é “uma ocorrência mais ou menos rara”. Por outro lado, ainda que parcialmente realizada, a individuação redundante, não em uma postura individualista, ao contrário, resultará em uma compreensão para o indivíduo acerca da responsabilidade que tem para com o coletivo.

Palavras-chave: Psicologia analítica. Jung. Crise da meia idade. Metanoia. Individuação.

ABSTRACT

This work deals, through the light of analytical psychology, with essential psychological events that affect the second half of life, namely: the midlife crisis, metanoia and individuation. Therefore, in its first part, it undertakes a brief visit to the fundamental postulates that mark this approach, such as: ego, persona, complexes, shadow, anima, animus, Self and the compensatory relationship between the conscious and the unconscious. It also presents a summary of the Jungian view about the structure and functioning of the human personality, embodied in the adoption, by the individual, of a typical psychological attitude – introverted or extroverted – and in the hierarchical use of psychic functions, as resources for the process of adaptation to life. – feeling, thought, sensation and intuition. In its second part, it seeks to rescue from the specific literature, with its main focus on Jung and other contemporary authors, the interpretation of the psychological phenomena that are the objects of this study, based on the concepts presented. To the final considerations, the author exposes their conclusions, which can be summarized: the crisis of the second half of life understood as an “alert event” triggered by the unconscious in an attempt to balance the psychic energy, which appears as a symptom, either in the body or in the physical sphere psychic; metanoia understood as an idiosyncratic psychological reaction process – cognitive and emotional – to the symptomatic event, with the exception that not all people will experience this process; and individuation interpreted as a progressive enlargement of consciousness. It is a horizon, a possibility and not an objective, especially in the therapeutic process, because as Jung says, it is “a more or less rare occurrence”. On the other hand, even if partially accomplished, individuation does not result in an individualistic posture, on the contrary, it will result in an understanding for the individual about the responsibility he have towards the collective.

Keywords: Analytical psychology. Jung. Middle age crisis. Metanoia. Individuation.

SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO	08
2 A PSIQUE NA PERSPECTIVA DE CARL GUSTAV JUNG	10
2.1 Os grupos de impulsos básicos	10
2.2 Inconsciente pessoal, inconsciente coletivo e arquétipos	11
2.3 A compensação inconsciente e a unilateralidade da consciência	14
2.4 Instâncias psíquicas	15
2.4.1 Ego: centro virtual de percepção da consciência.....	15
2.4.2 Persona: uma máscara para atender demandas sociais.....	17
2.4.3 Complexos: a interpretação do experimento de associação verbal.....	19
2.4.4 Sombra: conteúdos que o ego nega em si.....	22
2.4.5 Anima e Animus: aspectos inconscientes do homem e da mulher.....	24
2.4.6 O Si-mesmo ou Self: a totalidade psíquica.....	25
2.5 Contribuições de Jung à psicologia da consciência: tipos e funções	27
2.5.1 Atitudes: a extroversão e a introversão.....	28
2.5.2 As funções psicológicas.....	29
2.5.2.1 <i>Os tipos sensação e intuição</i>	30
2.5.2.2 <i>Os tipos pensamento e sentimento</i>	31
2.5.3 Personalidade: um dinamismo consciente-inconsciente.....	32
3 POSSIBILIDADES DE DESENVOLVIMENTO DA PERSONALIDADE	35
3.1 Personalidade e crise da meia idade	35
3.2 Personalidade e metanoia	37
3.3 Personalidade e individuação	38
4 CONSIDERAÇÕES FINAIS	41
4.1 Sobre a crise da meia idade	41
4.2 Sobre a metanoia	41
4.3 Sobre a individuação	43
5 REFERÊNCIAS	47

1 INTRODUÇÃO

Pesquisar os fenômenos psicológicos que atingem os indivíduos na transição entre a idade adulta e o início da senectude, passou a adquirir vital relevância para as ciências psicológicas no cenário posto pela contemporaneidade.

Pelo impacto social que acarreta, o envelhecimento e suas demandas têm gerado diversas providências em todas as nações, devendo ser considerados os fatores biológicos, culturais, sociais e psicológicos. O envelhecimento pode ser entendido como um processo subjetivo de transformações biopsicossociais que modificam aspectos comuns em indivíduos saudáveis, levando-os a novas percepções de enfrentamento da vida (CANCELA, 2007).

Em decorrência do envelhecimento populacional no Brasil e da ausência de medidas preventivas para o enfrentamento desta mudança, Miranda, Mendes e Silva (2016), alertam que o Estado e a sociedade brasileira devem estar conscientes do preço que terão de pagar para assegurar uma atenção integral a estas pessoas, reconhecendo as características do envelhecimento para que se ofereça qualidade de vida a este grupo social.

Uma melhor compreensão dos acontecimentos psicológicos que advém com a chegada da velhice poderá trazer muitos benefícios a esta população e contribuir para diminuir a incidência de transtornos psiquiátricos neste grupo etário, no qual tem sido verificado uma expansão na incidência de suicídios. Silva Oliveira et al (2019), alertam que o número de suicídios entre idosos mostra um acréscimo de incidência preocupante e assinalam, em sua conclusão, que o foco deve ser direcionado à prevenção, advertindo que os idosos não são uma população a ser descartada, mas cuidada.

Outras pesquisas corroboram estes achados ao afirmar que o estudo das mudanças psicológicas após a meia idade adquire ainda maior relevância ao mostrar que o envelhecimento populacional é um dos maiores desafios da saúde pública contemporânea. Este fenômeno, ocorrido inicialmente em países desenvolvidos, tem atingido os países em desenvolvimento, onde o envelhecimento da população tem ocorrido de forma bastante acentuada. No Brasil, o número de idosos (maiores de 60 anos de idade) passou de 3 milhões em 1960, para 7 milhões em 1975 e 14 milhões em 2002 (um aumento de 500% em quarenta anos) e estima-se que já deve ter alcançado 32 milhões no ano de 2020 (LIMA-COSTA; VERAS, 2003).

Importa destacar que, neste estrato social foi também encontrada uma relação estatisticamente significativa entre ansiedade, depressão e desesperança (OLIVEIRA et al, 2006). Esta é uma informação adicional e relevante para que se busque um melhor entendimento

do funcionamento desta fase da existência, onde influenciam, tanto fatores idiossincráticos quanto coletivos.

Pelo exposto, constata-se de maneira inequívoca, a relevância em esquadrihar e estudar os fatores emocionais atuantes nesta etapa da vida, o que pode propiciar o desenvolvimento de ferramentas e metodologias em benefício do apaziguamento psíquico de um grupo de indivíduos cada vez mais numeroso e representativo. Por conseguinte, pelas próprias demandas sociais, historicamente não atendidas, entende-se que o momento é adequado para produzir conhecimentos que viabilizem o fortalecimento da subjetividade e da resistência psicológica destes indivíduos, o que poderá municiar a ciência psicológica de recursos para um melhor enfrentamento dos difíceis desafios desta fase da vida, posto que é impossível suprimi-los.

Em seu arcabouço conceitual, a psicologia analítica – também denominada de psicologia complexa – fundada nos experimentos do psiquiatra suíço Carl Gustav Jung, é, sem dúvida, a abordagem que mais se aprofunda nos fenômenos psíquicos desta fase da vida. Assim, este trabalho buscou, a partir dos fundamentos da abordagem junguiana, estudar os importantes eventos psicológicos que incidem na segunda metade da vida, usualmente denominados de “crise da meia idade”, “metanoia” ou “individuação”.

Para colimar este objetivo de maneira clara e inteligível, entretanto, faz-se necessária uma apresentação, ainda que em poucas linhas, dos conceitos fundamentais sobre os quais se assentam o funcionamento da estrutura psíquica humana na visão desta abordagem.

2 A PSIQUE NA PERSPECTIVA DE CARL GUSTAV JUNG

O fundador da psicologia complexa trabalhou em colaboração com Sigmund Freud entre os anos de 1906 e 1911, período em que desempenhou importante papel no desenvolvimento dos conceitos psicanalíticos, bem como na consolidação e no reconhecimento da psicanálise pela comunidade científica de então.

De um lado, por sua convicção em decorrência das próprias pesquisas com pacientes utilizando o “Experimento de Associação Verbal”, o mestre suíço sempre esteve ao lado de Freud no que tange à existência de um campo inconsciente na psique humana; por outro, desde o início e enquanto durou a parceria entre ambos, Jung sempre deixou marcada sua discordância acerca da primazia que o mestre de Viena invariavelmente atribuiu à sexualidade como única força motivadora da psique humana. Diferentemente do fundador da psicanálise, Jung (2014/1971b, p. 61-65), entende o comportamento humano como sendo norteado por 5 (cinco) grupos de impulsos ou instintos, sendo eles: a fome, a sexualidade, o impulso à ação, o impulso à reflexão e o impulso criativo.

A seguir são trazidas as características funcionais essenciais de cada um destes grupos de impulsos fundamentais e presentes na psique humana, tal como preconiza Jung.

2.1 Os grupos de impulsos básicos

A fome representa o instinto de auto conservação, um fator primitivo e decisivo que influencia o comportamento humano. Neste sentido, a vida do homem primitivo é mais influenciada pela fome que pela sexualidade, pois o temor dos inimigos e da fome é uma questão de maior relevância que o desejo sexual, na medida que uma mulher está mais disponível do que os alimentos necessários.

A sexualidade, por sua vez, é o instinto essencial para a conservação de todas as espécies, inclusive da humana. Porém, é preciso considerar que, no caso da espécie humana, a recompensa de prazer que proporciona – já não mais condicionada pela fase do cio e do acasalamento – a faz surgir, nos tempos modernos, como um instinto natural atualizado pela espécie humana. Importa ressaltar também que, pelo fato de a união sexual aparecer associada a diversos sentimentos, afetos, interesses materiais e espirituais, muitos pesquisadores propuseram derivar toda a cultura de suas combinações, com o que Jung não concorda, em que pese reconheça o seu grande peso na economia psíquica do indivíduo.

O impulso à ação é o que começa a funcionar quando os impulsos da fome e da sexualidade se encontram satisfeitos. Sob o conceito deste impulso estariam o instinto lúdico presente na criança, o desejo de mudança, o impulso para viajar/conhecer e o de elaborar projetos, dentre outros.

O impulso à reflexão é um voltar-se para dentro; é ele que provoca o desvio do impulso instintivo de natureza primitiva para uma atividade endopsíquica, proporcionando que, em vez de ser deflagrada uma reação automática, permite que irrompa uma sequência de conteúdos ou estados, que se pode denominar como reflexão ou consideração. Neste ponto, Jung (2014/1971b, p. 126-127), refere-se à concepção de Pierre Janet, com quem coloca-se em concordância acerca da existência de uma “parte superior” e de uma “parte inferior” em uma função psíquica. Assim, o instinto, como função, comunica-se, respectivamente com o aspecto psicológico (sua parte superior) e com o aspecto fisiológico (sua parte inferior). Portanto, a natureza ou qualidade psíquica tem início quando a função instintiva se desliga de seu determinismo e se torna susceptível de uma aplicação mais ampla e mais livre, ou seja, quando se torna maleável à ação da vontade motivada a partir de outras fontes. Desta maneira, a força compulsiva do instinto é substituída por uma certa liberdade, ou seja, o que era previsível se a atuação fosse do puro instinto, passa a ser uma experiência, e a ter um certo grau de

imprevisibilidade por ação do impulso à reflexão, pois que o puro instinto foi psiquificado e convertido em um processo consciente.

O impulso à criação tem relação estreita com os outros instintos, mas não se confunde com nenhum deles. Guarda proximidade de relações com a sexualidade e certo distanciamento com o impulso a agir e com o de reflexão. Em contrapartida, sua potência é sobejamente observada na prática, sendo capaz de reprimir todos os outros instintos e colocá-los a seu serviço, provocando, até mesmo, a autodestruição do indivíduo. Jung associa este risco de autodestruição às pessoas dotadas de criatividade por entender que a capacidade criativa que elas possuem deriva do aumento da permeabilidade do muro separador entre a consciência e o inconsciente. Por outro lado, no limite, uma permeabilidade ampla e irrestrita entre estes dois domínios psíquicos, no seu entender, seria a causa de transtornos psicológicos graves, como, por exemplo, a esquizofrenia. (2014/1971b, pp. 15, 62-64)

2.2 Inconsciente pessoal, inconsciente coletivo e arquétipos

Do ponto de vista freudiano, os conteúdos do inconsciente abrigam as tendências infantis reprimidas, devido à incompatibilidade de seu caráter. A repressão se inicia na primeira infância sob a atuação da censura moral do ambiente e perdura toda a vida. Por meio da análise, as repressões são abolidas e os desejos reprimidos conscientizados. Portanto, em consonância com essa teoria, o inconsciente contém apenas as partes da personalidade que poderiam ser conscientes se a educação não as tivesse reprimido.

Jung entende que a camada mais ou menos superficial do inconsciente é indubitavelmente individual – o inconsciente pessoal. Entretanto, esta camada repousa sobre uma outra, mais extensa e mais profunda, que não tem sua origem em experiências ou aquisições pessoais, sendo inata, denominada inconsciente coletivo. (JUNG, 2016/1976, p. 20). Em outras palavras, para além dos conteúdos pessoais, existem, no inconsciente de cada indivíduo as grandes imagens "primordiais", que são um legado hereditário da capacidade funcional da psique humana. Essa hereditariedade explica o fenômeno surpreendente de porque a estrutura dos temas humanos, dos mitos, das histórias e das lendas se repetem no mundo inteiro com conformações assemelhadas. O conceito do inconsciente coletivo também oferece uma explicação lógica para o fato de os doentes mentais reproduzirem exatamente as mesmas imagens e associações que se conhece dos textos antigos e por eles desconhecidos. Essas imagens são denominadas de arquétipos e são as formas mais antigas e universais da imaginação humana e devem ser entendidas como formas análogas fundamentais de percepção que se

encontram presentes em todos os indivíduos, ou seja, trata-se de um fator psíquico geral, um formato comum, partilhado por toda a humanidade, por isso coletivo.

Portanto, para Jung, há duas camadas no inconsciente, o inconsciente pessoal e o inconsciente impessoal, supra pessoal ou coletivo. É denominado coletivo porque é desligado do inconsciente pessoal, tem como que vida própria, é independente, é totalmente universal e seus conteúdos são encontrados em toda parte, o que não é o caso dos conteúdos inconscientes de um indivíduo em particular. O inconsciente pessoal contém lembranças perdidas, reprimidas (propositalmente esquecidas), evocações dolorosas, percepções que, por assim dizer, não ultrapassaram o limiar da consciência (subliminais), ou seja, no inconsciente pessoal estão as percepções dos sentidos que, por falta de intensidade ou pela existência de uma força opositora de resistência, não atingem a consciência. O inconsciente pessoal representa a parte subjetiva do psiquismo; o inconsciente coletivo, a parte objetiva. (JUNG, 2013/1971, p. 77s)

Jung estabelece um paralelo entre a hipótese do inconsciente coletivo e a suposição corrente, amplamente aceita, da existência dos instintos. Afirma que, do mesmo modo que se pode admitir que as ações humanas são influenciadas por padrões de comportamento e reações inatas (instintos) – excluídas as motivações racionais conscientes – é coerente presumir que os sonhos, fantasias, percepções, pensamentos, visões e ideias delirantes são do mesmo modo influenciados por elementos formais inatos e universalmente presentes, tal qual supõe a teoria dos instintos. Assim considerado, o inconsciente coletivo, não é uma questão especulativa nem filosófica, mas sim empírica e tem alto valor heurístico, isto é, explicativo. Dele emanam influências determinantes, as quais, independentemente da tradição, da época ou do lugar, conferem semelhanças a cada indivíduo singular, o que possibilita o compartilhamento e a exploração da identidade das experiências, dada a existência de um denominador comum na forma de representá-las mental e imaginativamente. O paralelismo quase universal dos formatos dos motivos mitológicos de todos os povos, denominados de arquétipos, também pode ser arrolado como prova cabal de sua atuação. (JUNG, 2016/1976, pp. 75, 94)

Considera também que, tal como os instintos impelem o homem a adotar uma forma de existência tipicamente humana, assim também os arquétipos forçam a percepção e a intuição a assumirem padrões especificamente humanos, sendo que os instintos e os arquétipos formam conjuntamente o inconsciente coletivo. A denominação “coletivo”, justifica-se porque não é constituído de conteúdos individuais, mas de conteúdos universais e uniformes onde quer que ocorram. Do mesmo modo que o instinto é um fenômeno de natureza coletiva, isto é, universal e uniforme, que nada tem a ver com a individualidade do ser humano, os arquétipos têm esta mesma qualidade em comum com os instintos, isto é, são também fenômenos coletivos. (JUNG,

2014/1971b, p. 78). Ressalta, porém, que o que é herdado não são as ideias, mas as formas de manifestação psíquica, as quais sob esse aspecto particular correspondem aos instintos igualmente determinados por sua forma. Assinala ainda que, provar a essência dos arquétipos em si é uma possibilidade tão remota quanto a de provar a dos instintos e salienta que a manifestação fenomenológica dos últimos é plenamente verificável quando os mesmos são postos em ação *in concreto*. (JUNG, 2016/1976, p. 121)

Entende o mestre suíço que existem tantos arquétipos quantas são as situações típicas na vida. Postula que repetições intermináveis imprimiram essas experiências na constituição psíquica humana, não como imagens preenchidas de um conteúdo, mas substancialmente apenas de formas sem conteúdo, o que proporciona a possibilidade de um determinado tipo de percepção e ação. Na prática, quando algo acontece na vida que corresponde a uma situação arquetípica, o arquétipo é ativado e, à maneira de uma reação instintiva, surge uma compulsão que se impõe, muitas vezes contra a razão e vontade, ou pode produzir um conflito de dimensões eventualmente patológicas, por exemplo, uma neurose. (JUNG, 2016/1976, p. 80)

Em síntese, Jung afirma que os arquétipos são formas de apreensão, e sempre que se defrontar com formas de apreensão que se repetem de maneira uniforme e regular, tem-se diante de si um arquétipo. (JUNG, 2014/1971b, p. 82).

Então, a partir de Jung, pode-se afirmar que o arquétipo se caracteriza como uma fôrma vazia, uma estrutura típica sem conteúdo pessoal, fixada ontologicamente de maneira universal por sua repetição ao longo da história humana, e que comanda a apreensão dos conteúdos psíquicos apresentados pelos meios externo e interno ao sujeito individual. Neste sentido, os arquétipos comandam a apreensão dos estímulos enquanto que a ação ou reação comportamental sofrerá o predomínio do impulso instintivo ou do impulso reflexivo, a cargo da singularidade do sujeito.

2.3 A Compensação inconsciente e a unilateralidade da consciência

Jung entende o inconsciente como sendo tudo o que se sabe, mas em que não se está pensando no momento; tudo aquilo que um dia foi consciente, mas que atualmente foi esquecido; tudo o que os sentidos percebem, mas a mente consciente não considera; tudo o que se sente, pensa, recorda, deseja e faz involuntariamente e sem prestar atenção; e também todas as coisas futuras que se formam no interior da psique e somente mais tarde chegarão à consciência. (JUNG, 2014/1971b, p. 131)

Estes conteúdos são, por assim dizer, mais ou menos capazes de se tornarem conscientes. Jung considera a existência de uma relação funcional de compensação,

equilíbrio ou substituição entre conteúdos inconscientes e conscientes, que reflete a presença de um sistema de autorregulação no aparelho psíquico. Ou seja, a atividade do inconsciente atua para contrabalançar a unilateralidade da atitude geral da consciência. Essa unilateralidade ocorre em decorrência do seu próprio funcionamento, isto é, em virtude de a atividade consciente caracterizar-se pela seleção, apuração e distinção de elementos e conteúdos, e como tal, exige atenção, direção e foco. Conseqüentemente, esta forma de atitude da consciência requer a exclusão do irrelevante. Disso resulta, por óbvio, certa unilateralidade da consciência. Os conteúdos excluídos e inibidos, decorrentes da direção escolhida, localizam-se, em princípio, sob o domínio do inconsciente pessoal, porém, devido à continuidade de sua existência psíquica, constituem um contrapeso à orientação consciente, contrapeso que, com o aumento da unilateralidade consciente, também cresce e leva a uma tensão opositiva. Esta tensão acarreta certa inibição da atividade consciente que, todavia, num momento inicial, pode ser vencida por um esforço adicional da consciência. Mas, com o passar do tempo e a permanência da consciência numa postura unilateral, a tensão aumenta de tal maneira que os conteúdos inconscientes inibidos se comunicam com a consciência. Esta comunicação pode se dar por meio dos sonhos ou de imagens. Quanto maior a unilateralidade da atitude consciente, maior a oposição dos conteúdos alojados no inconsciente, podendo-se falar da existência de um efetivo contraste entre a consciência e o inconsciente; portanto nestas situações extremas, a compensação se manifesta em forma de função contrastante. Via de regra, entretanto, a compensação pelo inconsciente não ocorre em forma de contraste, mas como uma equilíbrio ou complementação da orientação consciente. O inconsciente fornece, por exemplo, nos sonhos, todos os conteúdos relativos para uma determinada situação que foram inibidos pela seleção consciente, cujo conhecimento seria fundamental para a consciência promover sua plena adaptação. Por outro lado, na neurose, o inconsciente está em tão grande contraste com a consciência, que irrompe em forma de sintomas, vez que o processo de equilíbrio ou complementação não ocorreu. (JUNG, 2013/1971, p. 437-438)

2.4 Instâncias psíquicas

Conforme assinala Stein (2006/2000, p. 97), para Jung, a psique é composta de muitas partes dotadas de relativa autonomia. Neste universo interior, não existe somente um planeta (o ego), mas todo um sistema solar e mais do que isso. Lembra o autor que, via de regra, refere-se às pessoas como possuindo uma única personalidade, estável e inalterável, mas a experiência e as pesquisas do mestre de Zurique atestam que, essa “única” personalidade pode ser compreendida como um agregado de subpersonalidades. Dentre essas, estão o complexo do ego

e uma multidão de complexos secundários – por exemplo o complexo paterno e o complexo materno, que são os mais influentes e poderosos – e, para além desses, encontram-se numerosas imagens e constelações de outras estruturas que existem na psique humana.

Para se compreender as mudanças psicológicas que podem ocorrer a partir da meia idade, e dentro dos limites de aprofundamento que este trabalho propõe, faz-se necessário compreender, ainda que de forma simplificada, os conceitos e modos de funcionamento de algumas destas instâncias psíquicas, as quais apresenta-se a seguir: ego, persona, complexo, sombra, anima/animus e Si mesmo (Self).

2.4.1 Ego: centro virtual de percepção da consciência

Jung define o ego nos seguintes termos:

Entendemos por ego aquele fator complexo com o qual todos os conteúdos conscientes se relacionam. É este fator que constitui, por assim dizer, o centro do campo da consciência, e dado que este campo inclui também a personalidade empírica, o ego é o sujeito de todos os atos conscientes da pessoa. Esta relação de qualquer conteúdo psíquico com o ego funciona como critério para saber se este último é consciente, pois não há conteúdo consciente que não se tenha apresentado antes ao sujeito. (AION, 2015/1976, p.15)

Neste texto, portanto, Jung entende que o ego forma o centro crítico, a sede da consciência, o complexo principal, aquele que gerencia e determina quais conteúdos permanecem no domínio da consciência e quais se retiram para o inconsciente. Em outras palavras, é o responsável pela retenção dos conteúdos na consciência, e também por sua eliminação, deixando de os refletir. Ao mesmo tempo, o ego é o sujeito dos atos conscientes da pessoa e refere-se à experiência que o indivíduo tem de sua própria identidade e do sentimento de continuidade ao longo do tempo. Para além disso, atua como o centro da vontade, do desejo, da reflexão e da ação.

Portanto, para Jung, a consciência é concebida como um campo mais amplo, onde o ego está localizado no seu centro, sendo a consciência um estado de conhecimento e de entendimento dos eventos externos e internos. Estar consciente é estar desperto e atento, observando e registrando a percepção dos próprios sentimentos, pensamentos e sensações e do que acontece no mundo em torno de si e dentro de si. Já o inconsciente, abarca todos os conteúdos que se encontram fora da consciência, por qualquer razão ou qualquer duração, e é a grande massa constituinte do mundo psíquico.

Stein, entende que o ego é fundamentalmente um centro virtual de percepção consciente, que, em si mesmo, o ego não é nada, ou seja, não é uma coisa. Afirma que se pode até negar

que ele exista, no entanto, ele está sempre presente por seus efeitos. Entende que ele não é produto de criação, crescimento ou desenvolvimento. É inato. Conquanto possa ser evidenciado que se desenvolve e adquire vigor de um dado momento da vida em diante por intermédio de “colisões” com a realidade, mas, o seu núcleo é “dado”. Apresenta-se com a criança recém-nascida. Acrescenta ainda que, no pensamento de Jung, a psique não pode ser reduzida a mera expressão do corpo, como resultado dos processos físico-químicos corporais. Contrariamente, o ego é tratado como um objeto completamente psíquico, que só em parte repousa numa base somática, no sentido de que o ego experimenta a unidade com o corpo, mas o corpo que o ego experimenta é psíquico. O ego experimenta uma imagem do corpo e não o próprio corpo. (STEIN, 2006/2000, p. 26,30-31)

Também em sua obra *Aion*, Jung (2015/1976, p.17), escreve:

A despeito do caráter relativamente desconhecido e inconsciente de suas bases, o eu é um fator consciente por excelência. Constitui, inclusive, uma aquisição empírica da existência individual. Parece que resulta, em primeiro lugar, do entrelaço do fator somático com o mundo exterior, e, uma vez que existe como sujeito real, desenvolve-se em decorrência de entrelaços posteriores, tanto com o mundo exterior como com o mundo interior.

Stein entende “entrelaços” ou “colisões” como sendo conflitos, dificuldades, angústias ou sofrimentos. São estes os fatores que levam o ego a desenvolver-se, ou seja, as condições exigidas de uma pessoa para adaptar-se a ambientes físicos e psíquicos apoiam-se num centro potencial da consciência e fortalecem sua capacidade para funcionar com o objetivo de mobilizar o organismo numa direção específica. Como centro virtual da consciência, o ego é uma estrutura inata, mas como centro real e efetivo, seu desenvolvimento deriva das colisões entre o corpo psicofísico e um meio ambiente que exige resposta e adaptação. Portanto, uma quantidade moderada de conflito com o meio ambiente e certa dose de frustração são as melhores condições para o crescimento do ego. (STEIN, 2006/2000, p. 34)

2.4.2 Persona: uma máscara para atender demandas sociais

Jung (2015/1971, p. 542), assim descreve sobre o estabelecimento da persona:

De acordo com as condições e necessidades sociais, o caráter social se orienta, de um lado, pelas expectativas ou exigências do ambiente profissional e, de outro, pelas intenções e aspirações sociais do indivíduo. O caráter caseiro molda-se em geral pela busca de comodidade, donde vem que pessoas muito enérgicas, briosas, teimosas, obstinadas e grosseiras na vida pública, em casa e no seio da família são bondosas, brandas, condescendentes e fracas. Qual é o verdadeiro caráter? Qual a verdadeira personalidade? Às vezes é impossível responder. Esta breve reflexão mostra que a divisão de caráter não é impossível, mesmo no indivíduo normal. Estamos autorizados, portanto, a tratar a dissociação da personalidade como problema da psicologia normal.

Na minha opinião, a pergunta deve ser respondida assim: semelhante pessoa não tem nenhum caráter verdadeiro, isto é, não é individual, mas coletiva, ou seja, acomoda-se às circunstâncias e expectativas em geral. Fosse individual, teria um só e mesmo caráter, apesar de toda a diversidade da atitude. Não se identificaria com a atitude momentânea e não poderia ou quereria impedir que sua individualidade se manifestasse, de qualquer forma, tanto numa quanto na outra situação. Na verdade, ela é individual, como todo ser, mas de modo inconsciente. Por sua identificação mais ou menos plena com a atitude do momento, engana no mínimo os outros, muitas vezes também a si mesma, sobre seu verdadeiro caráter; veste uma máscara que sabe corresponder, por um lado, às suas intenções e, por outro, às exigências e opiniões do meio ambiente, prevalecendo ora num, ora noutro momento. Esta máscara, ou seja, a atitude assumida ad hoc (por agora) eu a denomino persona.

Portanto, a persona, é um complexo funcional de relação, mas que não é idêntico à individualidade – vez que se encontra condicionada pelo objeto exterior e aos interesses de momento – está vinculada tanto ao objeto exterior quanto ao sujeito, ou seja, pode ser entendida como aquela ideia geral que formamos sobre nós mesmos a partir da experiência de nossa influência sobre o mundo e da influência deste sobre nós. É isto o que está contido na persona: como alguém “parece ser” a si mesmo e ao mundo, mas não significa o que alguém é. (JUNG, 2015/1971, p. 220, 281)

O analista junguiano Edward C. Whitmont, esclarece que Jung usa o termo “persona” para caracterizar as expressões do impulso arquetípico da ação (inato e inconsciente) para uma adaptação à realidade exterior e à coletividade. Neste sentido, as personas representam os papéis sociais que a pessoa desempenha no palco do mundo, seja no âmbito familiar (pai, mãe, filho, irmão etc.), no contexto das profissões (psicólogo, engenheiro, professor, médico etc.) ou na coletividade dentro de um grupo social (funções ou cargos que ocupa). São as máscaras que o indivíduo veste e carrega durante este jogo de viver a realidade exterior. (WHITMONT, 2014/1969, p. 140)

Ao estudar a persona, o referido analista assinala que, na infância, os papéis são determinados pelas expectativas paternas, portanto a criança tende a se comportar de modo a receber aprovação dos mais velhos, sendo esse o primeiro padrão de formação do ego. Sublinha que, no decorrer de um desenvolvimento psicológico adequado, é necessário que ocorra uma diferenciação entre o ego e a persona. Isto significa afirmar que o indivíduo tem que ter a consciência de si mesmo enquanto indivíduo, separado das exigências externas feitas em relação a ele. Destaca ser importante desenvolver um senso de responsabilidade e uma capacidade de julgamento, não necessariamente idênticos aos padrões e expectativas externas e coletivas, embora esses padrões devam receber sua atenção. (WHITMONT, 2014/1969, p. 141)

Salienta ainda que, se essa diferenciação ego-persona fracassar, forma-se um pseudo-ego, ou seja, um padrão de personalidade que se baseia em uma imitação estereotipada, então tem-se apenas um precipitado dos padrões coletivos, sem capacidade adaptativa, não um ego saudável. Afirmo ainda que, se a persona está “colada” de forma rígida demais ao ego, é porque falta à pessoa a distinção necessária entre sua pele individual (seu ego) e as vestes coletivas (personas). Em isso acontecendo, ela se encontra numa posição precária, é como se a pele não pudesse respirar, ou seja, tem-se uma condição patológica. (WHITMONT, 2014/1969, p. 142-143)

A referida possibilidade de patologia, segundo o mestre suíço, ocorre porque uma identidade excessiva do centro de consciência com a persona determina automaticamente que estas pessoas não tomem consciência do modo como se relacionam para com os processos psíquicos internos. Quando o sujeito, o eu, é indistinto da persona (colado na persona) e não tem relação consciente com os processos do inconsciente, ele é tomado, invadido por esses processos, e passa a ser idêntico a eles sem que o perceba. Quando estas condições de identidade unilateral com seu papel exterior estão postas, em decorrência do mecanismo de compensação, inevitavelmente sucumbirá e ficará subjugado aos processos inconscientes, isto é, irá contrariar, por absoluta necessidade de equilíbrio da psique como um todo, seu papel exterior, ou vai levá-lo ao absurdo. (JUNG, 2015/1971, p. 547)

Jung (2014/1971c, p. 46), assevera que não seria correto considerar a persona, em sua totalidade, como algo “individual, singular do sujeito”. Como seu nome revela, ela é uma simples máscara da psique coletiva, máscara que aparenta uma individualidade, procurando convencer aos outros e a si mesma que é uma individualidade, quando, na realidade, não passa de um papel, por meio do qual a psique coletiva fala. Neste sentido é razoável entendê-la como um recorte da psique coletiva na pessoa. No fundo, ela nada tem de real; ela representa um compromisso entre o indivíduo e a sociedade, acerca daquilo que “alguém parece ser: nome, título, ocupação, isto ou aquilo”. De certo modo, tais dados são reais; mas, em relação à individualidade essencial da pessoa, representam algo de secundário, uma vez que resultam de um compromisso no qual outros podem ter uma quota maior do que a do indivíduo em questão.

Por outro lado, seria incorreto não reconhecer que subjaz algo de individual na escolha da persona; embora a consciência do ego possa identificar-se com ela de modo exclusivo, o Si-mesmo inconsciente – o Self, a verdadeira individualidade, não deixa de estar sempre presente, fazendo-se sentir de forma indireta. Assim, apesar da consciência do ego identificar-se inicialmente com a persona, o Self não pode ser reprimido a ponto de extinguir-se. Sua

influência se manifesta principalmente no caráter especial dos conteúdos contrastantes e compensadores do inconsciente. (JUNG, 2014/1971c, p. 47)

Importa destacar que a construção de uma persona que se molde à coletividade implica uma considerável concessão ao mundo exterior, um auto sacrifício, que força o eu a identificar-se, ainda que parcialmente, com a persona. O perigo reside na unilateralidade, que pode levar certas pessoas a se resumirem à própria persona. Essas identificações com o papel social são fontes abundantes de neuroses, pois o ser humano jamais conseguirá desvencilhar-se de si mesmo, a favor de uma personalidade artificial. A mera tentativa de fazê-lo desencadeia, dentre outras, diversas reações inconscientes: caprichos, afetos, angústias, ideias obsessivas, fraquezas, vícios. (JUNG, 2014/1971c, pp. 85-86)

Em Jung (2016/1976, p. 181), escreve o insigne fundador da psicologia complexa: “Exagerando um pouco, poderíamos até dizer que a persona é o que realmente não se é, mas sim aquilo que os outros e a própria pessoa acham que se é. Em todo caso a tentação de ser o que se aparenta é grande, porque a persona frequentemente recebe seu pagamento à vista.”

2.4.3 Complexos: a interpretação do experimento de associação verbal

Entre as contribuições iniciais de Jung, a teoria dos complexos foi, sem dúvida, a mais importante para o entendimento do inconsciente e de sua estrutura. Esta teoria é o resultado de um projeto científico de pesquisa, por ele chefiado e desenvolvido, na Clínica Psiquiátrica da Universidade de Zurique, a partir do ano de 1902, com duração de cinco anos. O método de coleta de dados utilizado foi o “Experimento de Associação Verbal”, de início com 400, e posteriormente reduzido para 100 estímulos verbais comuns, cotidianos e aparentemente neutros – palavras como mesa, cabeça, tinta, agulha, pão e lanterna. Entre essas palavras eram disseminadas palavras mais provocantes – guerra, fiel, golpear, acariciar. As palavras eram lidas ao participante da pesquisa que tinha sido instruído para responder com a primeira palavra que lhe acudisse à mente. Muitas reações foram suscitadas, dentre elas, longas pausas, respostas sem nexos, resposta com rima, respostas bombásticas, e também reações fisiológicas, que eram medidas com o auxílio de um psicogalvanômetro.

Os resultados eram anotados e o experimento era repetido uma segunda vez e os resultados eram anotados de novo. A análise do teste consistia em verificar os tempos médios de resposta ao mesmo estímulo, os bloqueios completos, as rimas, palavras sem nexos, as associações incomuns, as respostas com tempos de reação prolongados e também as reações fisiológicas concomitantes às respostas por meio das variações de corrente elétrica observadas na pele do sujeito medidas pelo psicogalvanômetro.

Jung considerou que as respostas atípicas eram indicadoras de um complexo – sinais de ansiedade e prova evidente de reações defensivas contra conflitos psicológicos inconscientes, ou seja, que as perturbações da consciência, as quais eram registradas e medidas como respostas a esses estímulos verbais, eram devidas a associações inconscientes com as palavras lidas pelo pesquisador. Até este ponto seu pensamento era congruente com o de Freud.

Porém, para Jung, as associações existentes não eram entre a palavra de estímulo e a palavra de resposta, mas, essencialmente, entre as palavras-estímulos e os conteúdos ocultos, inconscientes – e neste ponto Jung se diferencia de Freud. Dizendo de outra maneira: algumas palavras-estímulos ativavam conteúdos inconscientes e estes, por sua vez, estavam associados a outros conteúdos. Quando estimulada, esta rede de material associado (um complexo) – formado por lembranças fantasias, imagens, pensamentos – gera uma perturbação na consciência. Os indicadores de complexo são os sinais da perturbação. Precisamente o que causa a perturbação ainda precisaria de investigação, mas as perturbações registradas forneciam localizações-chave para novas explorações e ofereciam provas que estruturas inconscientes estavam atuando debaixo do nível de conhecimento consciente. (STEIN, 2006/2000, p. 42-44)

Para Jung, sua descoberta dos complexos e dos fenômenos provocados por eles deixou clara a fragilidade da concepção de que era possível pesquisar processos psíquicos isolados. Conclui que não haveriam processos psíquicos isolados, tal como não existem processos vitais isolados. Ele utiliza o termo “constelação” para exprimir o fato de que uma situação exterior desencadeia um processo psíquico que consiste na aglutinação e na atualização de determinados conteúdos. A expressão “está constelado” indica que o indivíduo adotou uma atitude preparatória e de expectativa, com base na qual reagirá de forma inteiramente definida (pelo complexo). A constelação é um processo automático que ninguém pode deter pela própria vontade. Portanto, os conteúdos constelados refletem a ação de determinados complexos que possuem energia específica própria. A partir da constatação da existência dos complexos, Jung põe em dúvida o postulado da unidade da consciência que é identificada com a “psique” e o da supremacia da vontade sobre os atos do indivíduo, vez que toda constelação de complexos implica um estado perturbado de consciência. Isto acarretaria uma ruptura, ao menos parcial, na unidade da consciência e ficariam dificultadas as intenções da vontade, quando não se tornassem quase impossíveis. Daí ele deduz que o complexo é um fator psíquico que possui um valor de energia que supera, às vezes, o de nossas intenções conscientes. Pelo contrário, um complexo ativado nos coloca por algum tempo num estado de não liberdade, de pensamentos obsessivos e ações compulsivas. (JUNG, 2014/1971b, p. 40-43)

Na obra e página retro citada, Jung propõe a interrogação: “O que é, portanto, cientificamente falando, um ‘complexo afetivo’?” E ele mesmo responde:

É a imagem de uma determinada situação psíquica de forte carga emocional e, além disso, incompatível com as disposições ou atitude habitual da consciência. Esta imagem é dotada de poderosa coerência interior e tem sua totalidade própria e goza de um grau relativamente elevado de autonomia, podendo-se afirmar que está sujeita ao controle das disposições da consciência até um certo limite e, por isto, comporta-se, na esfera do consciente, como um corpo estranho.

Para Jung, são os complexos que põem em nossos lábios justamente a palavra errada; fazem-nos esquecer o nome da pessoa que estamos para apresentar; provocam-nos uma necessidade invencível de tossir, precisamente no momento em que estamos no mais belo pianíssimo do concerto; faz tropeçar ruidosamente na cadeira o retardatário que quer passar despercebido; num enterro, mandam-nos congratular-nos com os parentes enlutados, em vez de apresentar-lhes condolências. Por estas razões, chega a afirmar que, “hoje em dia todo mundo sabe que ‘as pessoas têm complexos’, mas o que não é bem conhecido e, embora seja de maior importância, é que ‘são os complexos nos têm’”. (JUNG, 2014/1971b, p. 44)

O insigne mestre suíço conclui, portanto, que os complexos são aspectos parciais da psique dissociados e que gozam de certa autonomia. Sua etiologia pode estar relacionada a um trauma, um choque emocional, ou coisa semelhante, algo que se fragmentou, um pedaço da psique arrancado para fora. Uma das causas mais frequentes é, na realidade, a ocorrência de um conflito moral, cuja razão reside na impossibilidade aparente de aderir à totalidade da natureza humana. Esta impossibilidade pressupõe uma dissociação imediata, quer a consciência do ego saiba disso ou não. Como regra geral, Jung observou uma inconsciência pronunciada a respeito dos complexos, o que lhes confere uma liberdade de influência ainda maior. Em tais casos, a sua força de assimilação se revela ainda mais intensa, porque a inconsciência do complexo permite a assimilação, inclusive do eu, resultando daí uma modificação momentânea e inconsciente da personalidade, chamada identificação com o complexo. (JUNG, 2014/1971b, p. 45)

Por conseguinte, pode-se entender o complexo como um subsistema afetivo do inconsciente da psique humana, como um aglutinado de fragmentos que gozam de certa autonomia. Os complexos se mantêm unidos e relativamente estáveis ao longo da vida, o que confere certo equilíbrio à esta estrutura, porém podem ocorrer instabilidades desencadeados por diversos fatores e em diferentes momentos. Trata-se de um equilíbrio dinâmico, cuja energia circulante é nascida da existência de elementos opostos que habitam o interior da própria psique.

Do ponto de vista dinâmico, pode-se estabelecer uma analogia da circulação dos conteúdos psíquicos com a circulação da corrente elétrica, vez que, tal como essa última flui devido à existência de uma diferença de potencial entre os polos positivo e negativo, a energia psíquica transita e promove a constelação dos complexos afetivos em decorrência da oposição de atitude psíquica entre a consciência e o inconsciente. A ativação, isto é, a constelação de um complexo afetivo guarda relação com o grau de unilateralidade da consciência do ego.

2.4.4 Sombra: conteúdos que o ego nega em si

A sombra caracteriza-se como parte do inconsciente pessoal, e que corresponde ao conceito freudiano de reprimido. A sombra, porém, é uma parte viva da personalidade e por isso quer comparecer ao estado consciente de alguma forma. Não é possível anulá-la argumentando logicamente, ou torná-la inofensiva através da racionalização. A questão da sombra é bastante difícil, pois adverte o indivíduo acerca do seu desamparo e da sua impotência. Às pessoas de natureza forte, tal alusão não é agradável. Elas preferem inventar um mundo heroico, para além do bem e do mal, ao invés de enfrentar o problema. No entanto, mais cedo ou mais tarde, as contas terão que ser acertadas. (JUNG, 2016/1976, p. 39)

Do ponto de vista da unilateralidade da atitude consciente do ego, Jung entende que a sombra é a parte tida como inferior da personalidade e que o ego está sempre a negar a sua existência. Por isso, é reprimida, devido a uma intensa resistência. (JUNG, 2013/1971, p. 65). Neste sentido, a sombra constitui um resultado do desenvolvimento do ego, pois trata-se de um produto da divisão que ocorre quando se estabelece um centro de consciência. (WHITMONT, 2014/1969, p. 147)

Ela é também, por ele caracterizada como a parte “negativa” da personalidade, isto é, a soma das propriedades ocultas e desfavoráveis, das funções mal desenvolvidas e dos conteúdos do inconsciente. (JUNG, 2013/1971, p.91)

Whitmont (2014/1969, p. 146), traz a sombra como “o anseio arquetípico do bode expiatório”, ou seja, a tendência psicológica de procurar alguém para culpar e atacar, uma forma de justificar-se a absolver-se a si mesmo, aderindo a culpabilidade na outra pessoa. Dizendo de outra forma, os outros são transformados em portadores de todo o mal que não reconheço em mim mesmo.

Stein afirma que todo ego tem uma sombra e isso é inevitável, pois caem na sombra quaisquer partes da personalidade que pertenceriam ao ego se estivessem sido integradas, mas foram suprimidas em decorrência de dissonância cognitiva (conflito de crenças) ou devido a uma dissonância emocional (conflito de emoções e sentimentos). Neste sentido, o conteúdo e

as qualidades que estruturam a sombra são selecionados no próprio processo de desenvolvimento do ego. O que a consciência do ego rejeita torna-se sombra; o que ela positivamente aceita, aquilo com o que se identifica e absorve em si, torna-se parte integrante do ego e pode manifestar-se na persona. (STEIN, 2006/2000, pp. 98; 100)

Tal postura se explica porque as revelações obtidas pela análise prática são tanto mais penosas, quanto mais se negligenciou, por mais tempo, o lado oposto. Há pessoas que se abalam excessivamente com essa descoberta, esquecendo que não são as únicas a possuírem um lado sombrio. (JUNG, 2014/1971c, p. 29)

Whitmont (2014/1969, pp. 147 e 151), adverte que reconhecer a própria sombra pode ocasionar graves repercussões na personalidade consciente, afirmando que é preciso ser forte para não se sentir esmagado diante da visão da própria sombra, pois é preciso coragem para aceitar a responsabilidade pelo seu “eu” inferior. Destaca ainda que a sombra não pode ser eliminada e adverte para que façamos a pergunta certa; que não é “será que eu tenho uma sombra? ”, mas sim “onde minha sombra está agora? ”E recorda a afirmação de Jung de que um complexo “torna-se patológico apenas quando presumimos que não o possuímos; porque então é ele que nos possui”.

Por outro lado, o mestre suíço acaba por afirmar que, embora a sombra seja uma figura negativa por definição – no sentido de ser negada e constituir um ponto cego para a consciência do eu – deixa entrever muitas vezes traços ou associações positivas, os quais apontam para um cenário diferente. É como se ela escondesse conteúdos significativos sob um invólucro inferior. Sob este aspecto ampliado, a sombra também conteria potências ainda desconhecidas pela consciência. (JUNG, 2016/1976, p. 382)

2.4.5 *Anima* e *animus*: aspectos inconscientes do homem e da mulher

Como já explicitado, Jung entende que a totalidade humana é a expressão da conjugação das personalidades consciente e inconsciente presentes em cada indivíduo. Portanto, em analogia, do mesmo modo que, biologicamente, toda pessoa manifesta a expressão de genes masculinos e femininos, em maior ou menor grau, o que lhe confere características de homem ou de mulher; assim também na psique só a consciência do homem tem um sinal masculino, ao passo que seu inconsciente tem qualidade feminina. Na mulher, ocorre o contrário, isto é, a uma consciência feminina opõe-se uma personificação masculina no inconsciente. (JUNG, 2016/1976, p. 249) Ele denomina de *anima* o aspecto feminino presente no inconsciente do homem e de *animus* a personificação masculina existente no inconsciente da mulher. (JUNG, 2013/1971, p. 127) Os termos têm origem no latim, onde *anima* significa alma e *animus* espírito.

Já em suas formulações iniciais da estrutura psíquica, Jung postula que, do mesmo modo que sua experiência clínica o autoriza a falar de uma personalidade externa – a forma como alguém se comporta com o mundo externo à psique – também é possível postular a existência de uma personalidade interna. Esta personalidade interna – sua alma – é como alguém se comporta em relação aos processos psíquicos inconscientes, é uma atitude interna, o caráter que apresenta ao inconsciente. Assim, a atitude externa recebe a designação de *persona* e as atitudes internas do homem/mulher são, respectivamente denominadas *anima/animus*. (JUNG, 2015/1971, p. 545)

Jung considera *anima* e *animus* como complexos autônomos que constituem, respectivamente, funções psicológicas do homem e da mulher. Sua exacerbada autonomia (subjugação inconsciente) ou sua falta de desenvolvimento (não confrontação no processo de individuação), impedem o pleno desabrochar de uma personalidade. Por outro lado, na medida em que o ego se identifica, isto é, se confunde, com a *persona*, estes complexos autônomos, como tudo que é inconsciente, projetam-se nos objetos reais que os cercam, em especial nos parceiros românticos de cada homem e de cada mulher. (JUNG, 2014/1971c, pp.103,172)

Ao empregar estes conceitos para analisar os homens de sua época, Jung (2014/1971c, pp. 80-81), escreve:

Não há homem algum tão exclusivamente masculino que não possua em si algo de feminino. O fato é que precisamente os homens muito masculinos possuem (se bem que oculta e bem guardada) uma vida afetiva muito delicada, que muitas vezes é injustamente tida como “feminina”. O homem considera uma virtude reprimir da melhor maneira possível seus traços femininos. Analogamente, a mulher, até há pouco tempo, considerava inconveniente ser varonil. A repressão de tendências e traços femininos determina um acúmulo dessas pretensões no inconsciente. A *imago* da mulher (a alma) torna-se, com a mesma naturalidade, o receptáculo de tais pretensões; por isso, o homem, em sua escolha amorosa, sente-se tentado a conquistar a mulher que melhor corresponda à sua própria feminilidade inconsciente: a mulher que acolha prontamente a projeção de sua alma.

Relativamente à ação do complexo do *animus* nas mulheres, Jung (2014/1971c, p. 101), assinala:

Evidentemente, o *animus* é projetado com a mesma frequência que a *anima*. Os homens adequados para a projeção são imagens vivas do bom Deus, sabem absolutamente tudo, ou são reformadores incompreendidos, cujo rico vocabulário é composto de palavras de vento; são especialistas em traduzir toda espécie de coisas humanas demasiado humanas em termos bombásticos da “experiência fecunda”. Do mesmo modo que a *anima*, o *animus* é um amante ciumento, pronto para substituir um homem de carne e osso por uma opinião sobre ele, opinião cujos fundamentos duvidosos nunca são submetidos à crítica. As opiniões do *animus* são sempre coletivas e negligenciam os indivíduos e todos os julgamentos individuais; dessa forma, o *animus* procede

exatamente como a anima que se interpõe entre marido e mulher, com suas predições e projeções afetivas.

Uma constatação feita pelo mestre suíço com base na clínica foi: na medida em que um homem é dominado pelo inconsciente coletivo – ou seja quanto menor for o controle exercido pela consciência do ego – sua esfera instintual e sombria torna-se menos inibida e também mais facilmente se manifesta seu caráter feminino, sua *anima*. O mesmo raciocínio se aplica quando uma mulher é subjugada pelo inconsciente: surge o lado mais escuro de sua natureza feminina, em associação aos traços fortemente masculinos e arcaicos de suas qualidades inconscientes, seu *animus*. (JUNG, 2016/1976, p. 343)

2.4.6 O Si-mesmo ou Self: a totalidade psíquica

Jung distingue o “eu” (ego) do “si-mesmo” (Self). Entende o eu como o sujeito apenas da consciência. O si-mesmo, por outro lado, é o sujeito da totalidade da psique, que abrange os conteúdos conscientes e inconscientes.

Esta distinção encontra-se bem marcada quando Jung (2015/1971, p. 563), escreve:

Entendo o “eu” como um complexo de representações que constitui para mim o centro de meu campo de consciência e que me parece ter grande continuidade e identidade consigo mesmo. Por isso, falo também de complexo do eu. O complexo do eu é tanto um conteúdo quanto uma condição da consciência, pois um elemento psíquico me é consciente enquanto estiver relacionado com o complexo do eu. Enquanto o eu for apenas o centro do meu campo consciente, não é idêntico ao todo de minha psique, mas apenas um complexo entre outros complexos. Por isso, distingo entre eu e si-mesmo. O “eu” é o sujeito apenas de minha consciência, mas o si-mesmo é o sujeito do meu todo, também da psique inconsciente. Neste sentido o si-mesmo seria uma grandeza (ideal) que encerraria dentro dele o eu.

Em Jung (2015/1971, p. 612), ele esboça sua primeira definição do Si-mesmo:

O Si-mesmo, como conceito empírico, designa o âmbito total de todos os fenômenos psíquicos no homem. Expressa a unidade e totalidade da personalidade global. Mas na medida em que esta, devido à sua participação inconsciente, só pode ser consciente em parte, o conceito de si mesmo é, potencialmente empírico em parte e, por isso, um postulado, na mesma proporção. Em outras palavras, engloba o experimentável e o não experimentável, respectivamente o ainda não experimentado. Essas qualidades ele tem em comum com muitos outros conceitos das ciências naturais que são mais *nomina* (nomes) do que ideias. Na medida em que a totalidade que se compõe tanto de conteúdos conscientes quanto de inconscientes for um postulado, seu conceito é transcendente, porque pressupõe, com base na experiência, a existência de fatores inconscientes e caracteriza, assim, uma entidade que só pode ser descrita em parte e que, de outra parte, continua irreconhecível e indimensionável.

Acerca do conceito do si-mesmo, Jung admite tratar-se de um postulado transcendente que, se por um lado, pode ser justificado psicologicamente, por outro, não há como demonstrá-lo de um modo científico. Por consequência, o si-mesmo pode ser entendido como o valor de uma hipótese, semelhante à teoria física da estrutura atômica. (JUNG, 2014/1971c, p. 135)

Whitmont (2014/1969, p. 193), descreve que Jung entende o Self como o substrato inconsciente do ego, que seria o seu referencial consciente; que o ego está para o Self assim como o movido está para o movente, o objeto para o sujeito; pois que os fatores determinantes do Self cercam o ego de todos os lados e, por isso, são supra ordenados em relação a ele. Ou seja, o Self, como o inconsciente, é um *a priori* real do qual o ego se expande. O self seria uma prefiguração inconsciente do ego, daí a afirmação de Jung “Não sou eu que crio a mim mesmo, eu aconteço para mim mesmo”.

Stein (2006/2000) entende que o Si-mesmo foi uma forma que Jung encontrou para explicar os fenômenos psicológicos básicos. Dentre estes fenômenos, ele destaca o funcionamento auto regulador da psique, o que chamou de “compensação”; o desenvolvimento progressivo da consciência ao longo da vida, o que chamou de individuação e a existência de numerosas polaridades na vida psicológica que formam estruturas coerentes e geram energia. Ele enfatiza que, para Jung, o conceito de Si-mesmo oferecia a melhor explicação possível para um dos mistérios centrais da psique: sua criatividade prodigiosa, sua dinâmica centralizadora e suas estruturas profundas de ordem e coesão, vez que o sistema psíquico como um todo consiste de muitas partes.

No capítulo “O centro transcendente e a integridade da psique” de sua obra, Stein (2006/2000), conclui que, para Jung, o Self é um fator necessário para ordenar e integrar todo o sistema psíquico, posto este tratar-se de um conjunto composto de diversas partes que atuam de forma simultânea e em oposição sinérgica e colaborativa. Dentre estas partes, Stein destaca os pensamentos e imagens arquetípicas que se situam num polo do espectro e as representações de pulsões e instintos que se localizam em outro extremo, e, entre os dois polos, uma vasta quantidade de material pessoal, como memórias esquecidas, memórias lembradas e todos os complexos inconscientes. Portanto, no conceber de Jung, o agente que coordena todo esse sistema e o mantém unido e coeso é um elemento intangível por ele chamado de Self ou Si-mesmo, que é uma construção teórica, lógica e necessária para explicar a unicidade da psique ao longo da vida e promover a atuação solidária entre suas partes.

2.5 Contribuições de Jung à psicologia da consciência: atitudes e funções

Jung afirma que as pessoas se caracterizam por possuir uma atitude psicológica típica, “atitude” entendida como uma disposição da psique de agir ou reagir em certa direção, uma aptidão geral que se observa nos indivíduos, caracterizando-os quanto aos seus interesses e habilidades, e que representam uma preferência natural que cada um manifesta ao se relacionar com o mundo. Os dois tipos básicos de atitude, extroversão ou introversão, se distinguem por seu comportamento peculiar em relação ao objeto, pela direção do movimento de sua libido em relação ao objeto. O introvertido adota uma atitude negativa em relação ao objeto, encontra-se sempre preocupado em retirar a libido do objeto, como a prevenir-se contra um superpoder do objeto. O extrovertido, ao contrário, comporta-se de modo positivo diante do objeto, afirma sua importância e não o teme, na medida em que orienta constantemente sua atitude subjetiva pelo objeto e para o objeto. (JUNG, 2015/1971, p. 445)

Jung considera que nenhum ser humano é exclusivamente introvertido ou extrovertido, mas que ambas as atitudes coexistem, porém só uma delas é mais desenvolvida como função de adaptação ao mundo; logo, pode-se supor que a extroversão dorme no interior do introvertido, e vice-versa. Portanto, o introvertido tem em si uma parte extrovertida, inconsciente, vez que os olhos de sua consciência estão sempre voltados para si, utilizando sempre seus aspectos subjetivos para avaliar as coisas e situações de fora. Aliás, ele vê o objeto, mas tem imagens errôneas ou inibitórias a respeito, de modo que sempre se mantém o mais distante possível, como se o objeto fosse algo poderoso e perigoso. Inversamente, o extrovertido tem um relacionamento positivo com as coisas. Ele é, por assim dizer, atraído por elas. Tem interesse por situações novas e desconhecidas. Chega a se lançar de corpo e alma em coisas novas, só para conhecê-las. Este último, em geral, age primeiro e só depois reflete. (JUNG, 2013/1971, p. 66)

Por conseguinte, a atitude, seja introvertida ou extrovertida, consiste em uma direção apriorística que norteia a relação do indivíduo com o meio exterior; e pressupõe a presença de certa constelação de conteúdos internos, certa combinação de fatores psíquicos que determinam o agir nesta ou naquela direção ou que apreenda um estímulo externo desse ou daquele modo predeterminado. Destaca Jung que a ação selecionadora da atitude, provenha ela do consciente ou do inconsciente, processa-se automaticamente, pois esta escolha tem natureza apriorística. Salienta que é frequente haver, num mesmo indivíduo, duas atitudes, uma consciente e outra inconsciente, o que implica em admitir que os conteúdos que estão à disposição destes dois campos da psique, são diferentes entre si, o que é claramente percebido na neurose. (JUNG, 2015/1971, p. 550-551)

Contudo, Jung considerou a introversão e a extroversão critérios muito amplos e, portanto, insuficientes para entender as diferenças individuais e dedicou-se a melhor compreender outros fatores que influenciavam as pessoas em suas atitudes psicológicas. Em suas pesquisas, ele observou a ocorrência de quatro grupos de pessoas: (a) os que preferiam não se basear em conceitos as suas avaliações (negadoras do pensamento); (b) os que evitavam avaliações pessoais e afetivas (negadoras do sentimento); (c) os que evitavam atentar para as informações fornecidas pelos cinco sentidos (negadoras da sensação); e (d) os desprovidos de imaginação, incapazes de perceber de onde uma coisa veio e para onde irá (negadoras da intuição). (DE MORAES ZACHARIAS, 2006, p. 55-56)

A partir destas observações, em adição ao tipo geral de atitude – introvertido ou extrovertido – Jung também considera que os indivíduos se utilizam, para a orientação e adaptação ao mundo, o que ele denominou de “funções da consciência”, identificadas como Pensamento, Sentimento, Sensação e Intuição.

2.5.1 Atitudes: a extroversão e a introversão

O indivíduo que se distingue por uma atitude extrovertida dirige sua energia psíquica no sentido de dentro para fora de si, com foco no mundo objetal, das pessoas e eventos exteriores. Nele, o objeto e suas características predominam sobre seus próprios aspectos subjetivos. O mundo externo é seu orientador e seu campo de ação. Tende a experimentar o mundo antes de entendê-lo. Lança-se nas oportunidades antes mesmo de avaliar quais as implicações de sua decisão. Nesse sentido é impulsivo e tem dificuldades para resistir aos convites para participar de atividades. Tende a ser mais generalista do que especialista e passear sobre vários assuntos sem se aprofundar em nenhum deles.

Um grande perigo para o extrovertido é o de ser absorvido pelos estímulos externos, perdendo-se neles. Quando ocorre uma disposição consciente extrovertida exacerbada, seus aspectos subjetivos (pensamentos, emoções, desejos), do campo da introversão, são impedidos de vir a consciência e, ao permanecerem em estado primitivo e arcaico no inconsciente, quando virem à tona, podem acarretar reações descontroladas.

O indivíduo introvertido, de maneira oposta, orienta-se por fatores subjetivos, pois centra sua atenção na impressão em como os fatos externos lhe afeta e não nos fatos em si. Neste tipo a libido movimenta-se de fora para dentro, pois os objetos do exterior são interiorizados e ele centra a sua atenção nas impressões, emoções, pensamentos e sentimentos, isto é, nos processos internos que foram disparados pelos objetos. Portanto, em oposição ao extrovertido, para o introvertido, o seu mundo interno é seu guia e seu campo de ação.

Como o introvertido canaliza sua energia psíquica para o interior, prefere compreender o mundo antes de vivenciá-lo, o que acarreta uma certa hesitação diante das oportunidades, como o de ter dificuldade em aceitar de imediato um convite para participar de um evento ou atividade. Adapta-se com dificuldade aos ambientes com muita estimulação, preferindo os mais calmos e tende a ser mais especialista que generalista, conseguindo dedicar-se a poucos assuntos com profundidade.

Uma exagerada disposição introvertida pode levar o indivíduo a uma perda de contato com a realidade objetal, o que tem como consequência, uma concomitante e crescente oposição inconsciente a esta realidade, que passa a persegui-lo como se fosse algo fantasmagórico. (DE MORAES ZACHARIAS, 2006, p. 58-60)

Portanto, a partir das disposições extrovertida ou introvertida, é forçoso concluir que a atitude influi decisivamente tanto na apercepção ativa – apreensão de um conteúdo psíquico por ação consciente, por motivação própria do sujeito – como na apercepção passiva – assimilação forçada de dentro (a partir do inconsciente) ou imposta de fora (pelos sentidos). Na apercepção ativa, a atividade psíquica está centrada no eu; na passiva, o novo conteúdo, seja interno ou externo, impõe sua presença. (JUNG, 2015/1971, p. 548)

2.5.2 As funções psicológicas

Jung entendeu que as funções psicológicas, por suas características distintivas, deveriam ser reunidas em dois grupos/categorias: o das funções de percepção/irracionais e o das funções de julgamento/racionais.

As funções de percepção ou irracionais se distinguem por fornecer à psique individual, duas maneiras – que se encontram em oposição – de como o indivíduo recebe e apercebe uma informação sobre algo, isto é, falam da maneira particular pela qual uma pessoa predominantemente recebe informações e em seguida elabora o seu processamento. A função sensação relaciona-se ao processamento das informações enviadas diretamente pelos órgãos dos sentidos; a função intuição, por outro lado, abstrai-se das qualidades concretas e imediatas da informação, mas considera suas possibilidades futuras. Portanto as funções de percepção “sensação” e “intuição” fazem oposição entre si.

As funções de julgamento ou racionais são marcadas por fornecer dois modos opostos possíveis de tomar decisões, ou seja, dizem da maneira especial como uma pessoa prefere avaliar as informações recolhidas do meio externo e como escolhe tomar suas decisões. A função pensamento caracteriza-se por uma avaliação impessoal, baseada nas estruturas gerais da razão e da lógica. A função sentimento, por outro lado, leva em pouca conta a lógica e, ao

avaliar ou julgar, atribui preponderância aos valores pessoais dos envolvidos na situação. Deste modo, pode-se observar que as funções de julgamento “pensamento” e “sentimento” fazem oposição entre si. (DE MORAES ZACHARIAS, 2006, p. 62-64)

2.5.2.1 *Os tipos sensação e intuição*

Pessoas do tipo sensação se distinguem por perceber com muita intensidade as informações recebidas pelos órgãos sensoriais. Dedicam-se à concretude da vida, aos reclamos do “aqui e agora” que vem do corpo, dada à magnitude com que percebem os estímulos sensoriais. Tal condição as leva a viver como se não houvesse perspectivas de mudanças futuras e tornam-se práticas e realistas, isto é, têm os pés bem firmes ao chão e demonstram-se estáveis e conservadores em suas posturas. De acordo com Myers (1980 citado por DE MORAES ZACHARIAS, 2006, p. 63-64), dentre outras, são características do tipo sensação:

É observador; busca a estimulação dos sentidos; é atento aos detalhes do ambiente externo; percebe imediatamente a realidade em sacrificando a inspiração; gosta dos prazeres dos sentidos; é imitativo; é muito influenciável pelo ambiente físico; tem dificuldade em adiar recompensas; é rotineiro; apoia manifestações de luxo e beleza; pode ser frívolo; é bom com equipamentos e máquinas; é pragmático; é estável e convencional; tem dificuldade em criar e imaginar.

De outra maneira, as pessoas do tipo intuição se caracterizam por utilizar com muita intensidade os significados, as relações não explicitadas e as possibilidades futuras das informações recebidas. Utilizam-se de uma percepção mais global em contraposição às partes que compõem a informação que chega e buscam captar os padrões gerais que norteiam uma situação e não os específicos. Valorizam a imaginação e a inspiração e, portanto, são muito criativas e inovadoras. De outra maneira, mostram-se pouco capazes de lidar com a realidade concreta de modo prático e apresentam dificuldades em se adaptar à rotina. No entender de Myers (1980 segundo DE MORAES ZACHARIAS, 2006, p. 63-64), o tipo intuição, dentre outras, possui as seguintes peculiaridades:

É imaginativo; busca a inspiração criativa; é atento às possibilidades e ao todo; desloca-se facilmente para a mudança e inovação, sacrificando a realidade; é alheio aos prazeres dos sentidos; é criativo; é pouco influenciável pelo ambiente físico; esquece-se de suas necessidades físicas; é inovador; apoia novas e arrojadas ideias; pode ser alienado da realidade; é bom com projetos e pesquisas; é teórico; é instável e arrojado; tem dificuldade em realizar e concretizar.

2.5.2.2 *Os tipos pensamento e sentimento*

Pessoas do tipo pensamento preferem tomar decisões com base em atividades do raciocínio e estão sempre vigilantes à causalidade lógica de suas atitudes e das coisas que

sucedem à sua volta. Sua avaliação se distingue por incluir os prós e contras relativos a uma situação e buscar uma padronização impessoal da realidade. Apreciam avaliar os eventos e as pessoas sob a égide de padrões universais, ao invés de usar protótipos pessoais. Por outro lado, apresentam dificuldades para lidar com pessoas e em se relacionar com os valores dos outros. Pesquisa de Myers (1980 citado por DE MORAES ZACHARIAS, 2006, p. 65-66), relaciona as seguintes características do tipo pensamento:

Valoriza a lógica sobre o sentimento; é impessoal; tem interesse em coisas e processos; prefere dizer a verdade diretamente; é melhor executor que relações públicas; é questionador; é crítico; tende a pensar que os outros estão errados; é rápido e profissional; tem dificuldade em estabelecer amizades; é pouco sociável; é organizador e lógico; tem facilidade em lidar com lógica; parece frio e calculista; é formal; é imparcial em seus julgamentos; tem maior interesse no trabalho a ser realizado que nas pessoas; prefere justiça à misericórdia.

Importa demarcar que sentimento não deve ser confundido com emoção. Medo, raiva, alegria e tristeza são emoções humanas básicas e estão estreitamente vinculadas às descargas de substâncias do sistema endócrino e, além disso são de grande intensidade e tem um período curto de duração. Para Jung, o sentimento não se confunde com a emoção. O sentimento está ligado à dimensão valorativa das pessoas e das coisas. A função sentimento atua para se emitir um juízo de valor pessoal de coisas, pessoas ou situações – gosto, não gosto, me agrada, me desagrada – sem, contudo, haver qualquer reação típica que marca a atividade emocional.

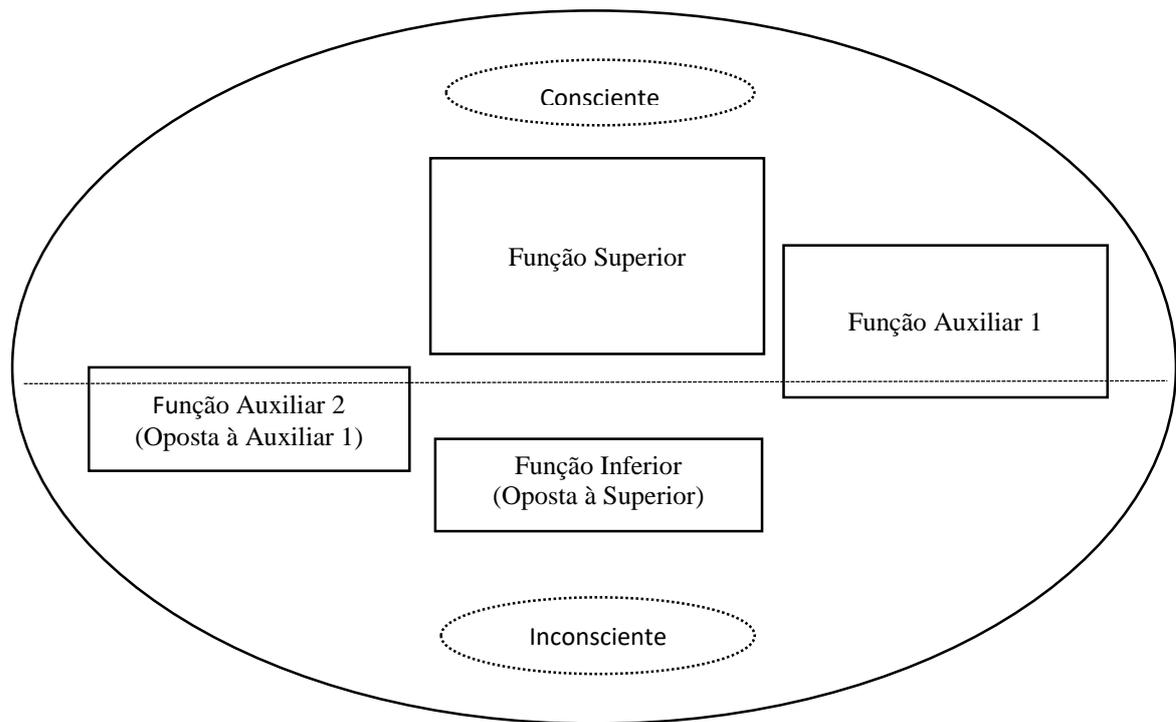
Os indivíduos que preferem tomar decisões com suporte na função sentimento, utilizam como base seus próprios valores pessoais ou os valores de outras pessoas, ainda que essas decisões não tenham lógica ou objetividade alguma. Nestes momentos, valoram e levam muito em conta os próprios sentimentos e os sentimentos dos envolvidos na situação. Em geral, são pessoas receptivas, com facilidade para as relações interpessoais e apreciam a história e os costumes dos povos. Em conformidade com Myers (1980 segundo DE MORAES ZACHARIAS, 2006, p. 66-66), o tipo sentimento possui as seguintes particularidades:

Valoriza o sentimento sobre a lógica; é pessoal; tem interesse em pessoas e relações sociais; prefere dizer a verdade indiretamente; é melhor relações públicas que executor; é apaziguador; é crédulo; tende a pensar que os outros estão certos; é calmo e afetivo; tem facilidade em estabelecer amizade; é muito sociável; é receptivo e afetivo; tem facilidade em lidar com pessoas; parece piegas e bajulador; é informal; tem maior interesse nas pessoas que no trabalho; prefere misericórdia à justiça.

2.5.3 Personalidade: um dinamismo consciente-inconsciente

A conformação da atitude e das funções psicológicas representa a integralidade da personalidade e abrange a relação complementar existente entre o consciente e o inconsciente.

Esquemáticamente, elas podem ser representadas conforme a figura a seguir:



A função superior é a ferramenta psíquica mais desenvolvida do indivíduo, é a preferida por ele para se relacionar com o mundo exterior, é o ponto forte de sua personalidade e é utilizada para a ampla maioria de suas ações psicológicas. De outra maneira, a inferior é a sua função menos desenvolvida, inconsciente, portanto arcaica e pouco diferenciada. Ambas pertencem ao mesmo grupo – seja perceptiva ou judicativa – portanto, são opostas entre si. Se a função superior for a sensação, a inferior será a intuição (ambas perceptivas) ou vice-versa. Por outro lado, se a função superior for o pensamento, a inferior será o sentimento (ambas judicativas) ou vice-versa.

As funções auxiliares também pertencerão à mesma categoria, portanto de natureza diversa das funções superior e inferior, sendo uma delas mais desenvolvida que a outra. Portanto, juntamente com a função superior, a função auxiliar principal contribui para promover a adaptação ao mundo externo e é frequentemente utilizada em ações conscientes de adaptação.

Desta maneira, todos os indivíduos possuem, à disposição da consciência, para adaptação ao mundo externo, duas funções mais desenvolvidas e de naturezas diferentes entre si, uma superior e uma auxiliar principal, sendo uma delas de percepção e a outra de julgamento, embora privilegie uma dessas naturezas em detrimento da outra.

Jung afirma que, quando uma pessoa adota, usando sua função superior, uma postura excessivamente unilateral, ela retira muita energia psíquica da função inferior e essa, ao cair no inconsciente, torna-se muito primitiva e perturbada. Acontece então, o fenômeno que ele denomina de enantiodromia, e, por um mecanismo de homeostase desencadeado pelo próprio aparelho psíquico para a solução deste conflito, a função inferior ganha energia e emerge ao consciente, manifestando-se de maneira infantil e arcaica, trazendo os transtornos e a neurose. (JUNG, 2015/1971, p. 671)

Segundo Zacharias, a função inferior combate a superior influenciando-a de modo oculto, opondo-se aos interesses desta última e, concomitantemente, a função superior coíbe violentamente a manifestação da função inferior. Ou seja, na prática, no interior da psique de cada tipo psicológico, nas situações limite, o dinamismo funcional se configura da seguinte maneira: o tipo pensamento não dá importância ao seu sentimento; o tipo sensação não dá crédito a suas intuições; o tipo sentimento expulsa os pensamentos que o desagradam e o tipo intuitivo ignora o que está bem à sua frente. (DE MORAES ZACHARIAS, 2006, p. 70-71)

Deste modo, fica evidente que o modelo tipológico proposto pelo insigne mestre suíço, não deve ser considerado um sistema de traços rígidos e fixos. Muito diferente disso. A personalidade, que carrega em si uma atitude psicológica dominante e um arranjo singular de funções, é entendida como um conjunto ordenado e dinâmico que possui uma relativa estabilidade. Entretanto, estará sempre submetida às interferências de uma quantidade de energia psíquica disponível que flui constantemente entre os domínios consciente e inconsciente. Além disso, sofrerá constantemente a ação do meio exterior e dos conflitos internos do sujeito. Todo este conjunto de forças, irá afetar a energia psíquica livre a disposição do ego, conhecida como vontade ou livre arbítrio, em suas tomadas de decisões.

É forçoso concluir que a concepção da psicologia analítica desta “entidade psíquica” sintetizada sob o nome de “personalidade”, é bastante complexa.

E neste ponto, pergunta-se: Como esta personalidade se constrói ao longo da vida? Em que condições chega à meia idade? Como ela consegue lidar com os novos desafios que surgem nesta etapa da vida? Quais são suas perspectivas de desenvolvimento na segunda da metade da vida?

3 POSSIBILIDADES DE DESENVOLVIMENTO DA PERSONALIDADE

Uma vez apresentados os elementos conceituais essenciais da psicologia analítica, discute-se, a seguir, a interpretação e o entendimento dos fenômenos psíquicos em estudo sob

a luz de seus fundamentos e as repercussões destes eventos desta etapa da vida sobre a personalidade do indivíduo.

3.1 Personalidade e crise da meia idade

No entender de Jung a personalidade está presente em germe na criança, porém se desenvolve paulatinamente por meio das colisões com as experiências cotidianas e no decurso da vida. Ela é a realização máxima do potencial inato e específico de um ser vivo em particular. É “a obra a que se chega pela máxima coragem de viver, pela afirmação absoluta do ser individual, e pela adaptação, a mais perfeita possível, a tudo que existe de universal, e tudo isto aliado à máxima liberdade de decisão própria.” (JUNG, 2014/1972, p. 225-226)

Depreende-se, deste modo, que a personalidade também resulta de uma construção, é uma obra que se edifica e vincula-se ao interagir, da consciência do ego, com dois fatores primordiais: com as colisões psíquicas originadas das vivências experimentadas e com o passar do tempo, vez que fatos vividos no passado estão sujeitos a ressignificações.

Por estes motivos ele afirma que, sem a presença da necessidade, a personalidade humana em nada se altera, vez que é imensamente conservadora. Só a necessidade mais premente é capaz de ativá-la. Por conseguinte, o seu desenvolvimento não obedece a nenhum desejo, mas deve muito à necessidade; ela precisa ser motivada pela coação de acontecimentos internos ao sujeito ou externos a ele. Adicionalmente, a personalidade jamais poderá desenvolver-se se a pessoa não escolher seu próprio caminho por uma decisão consciente que se coadune com seus próprios valores. A força motriz para o desenvolvimento da personalidade não provém apenas da necessidade, que é o impulso inicial, mas também da decisão consciente. Na falta da necessidade, ter-se-á apenas uma acrobacia da vontade; na ausência da decisão consciente, o aparente desenvolvimento seria apenas um automatismo indistinto motivado por uma força coletiva e inconsciente. Portanto, somente é possível afirmar que alguém decidiu por seu próprio caminho, se esse caminho foi conscientemente considerado o melhor. (JUNG, 2014/1972, p. 227-228)

Seguindo esta linha de raciocínio, o desenvolvimento da personalidade se processa em decorrência dos conflitos e colisões, com os meios interno e externo à psique, enfrentados pelo ego ao longo da existência, desde que sejam de intensidade moderada e não provoquem a desestruturação da psique. Assim, é necessário considerar, na segunda da metade da vida, a ocorrência de diversos enfrentamentos que defrontam o ego nas esferas biopsicossocial e espiritual. São novos desafios e necessidades com que a psique precisa lidar, dentre os quais pode-se mencionar: a diminuição do vigor das energias corporais com o concomitante

aparecimento de patologias e limitações físicas em decorrência do envelhecimento; as perdas e alterações significativas nas relações pessoais advindas de lutos de pessoas do círculo afetivo ou mesmo do ninho vazio; as modificações impactantes no âmbito da atividade laboral, como aposentadoria ou própria obsolescência profissional por desatualização tecnológica, o que implica em restrições do mercado de trabalho; e por fim, o ter que lidar psicologicamente com o fenômeno da morte, da finitude, estação final e obrigatória que aguarda a todos ao término da jornada. Portanto, é fácil observar que a psique prossegue sendo desafiada a continuar seu desenvolvimento por novas necessidades que se apresentam.

Estas colisões, particulares de uma dada etapa da vida, ainda não conhecidas do ego até então, requisitam recursos de adaptação da psique. Santos (2006), destaca que, em sua matriz de funcionamento da psique, Jung considera o inconsciente como sendo um órgão psíquico e acredita que este encerra, assim como os outros órgãos do corpo humano, um grande poder de regeneração e de auto regulação. Esta “homeostase psíquica” é um conceito diferencial em sua concepção, pois Jung pressupõe, a partir de um ponto de vista finalista dos processos energéticos que ocorrem no interior da psique, que existe uma interação dialética e compensatória entre os opostos – a consciência e o inconsciente – e que o psiquismo humano funciona como um organismo que possui capacidade de auto regulação intrínseca. Portanto, se de um lado, o desenvolvimento da psique tem como aguilhão as necessidades externas e internas de adaptação, por outro, a implementação deste desenvolvimento se dá pela conjugação entre fatores inconscientes promovidos pelo Self e pelas escolhas conscientes feitas pelo ego, isto é, o desenvolvimento é decorrente de um relacionamento entre estas instâncias psíquicas, daí se falar em uma relação entre o eixo Ego-Self.

Whitmont (2014/1969, p. 250-251), ao estudar a velhice, assinala que as repressões da primeira metade da vida que serviam ao desenvolvimento do ego em direção ao mundo exterior já não podem mais ser mantidas. Agora – na idade madura – será apresentada a conta daquilo que se evitou nos anos anteriores. Entende este autor, que tudo o que foi abandonado tinha mesmo que ser deixado para trás porque não era adequado à adaptação externa, ao sucesso profissional e à utilização prática, no entanto, nesta nova fase, essas exigências retornam e devem ser ouvidas e compreendidas. É nesta hora que, além das questões específicas desta etapa da vida, se apresentam questões do tipo: quem sou eu? Para que estou aqui? Qual é o significado da minha existência? Em que direção estou indo? Qual o significado daquilo que aparece como conflito na minha existência?

Eis a crise da segunda metade da vida.

Importa registrar que, para autor retro citado, esta crise surgirá desde que o ego tenha desenvolvido uma adaptação satisfatória às necessidades das fases precedentes da vida, caso contrário, será necessário concluir as tarefas ainda não consumadas. Mas, quando o desenvolvimento do ego e a adaptação externa tiverem sido realizados de maneira adequada, a personalidade será convidada a ingressar numa nova etapa, onde as necessidades de desenvolvimento assumirão novas características.

3.2 Personalidade e metanoia

Nos escritos do mestre de Zurique, o verbo grego *metanoein* aparece em sua obra, Jung (2015/1976, p. 309), com a tradução de “mudança de mente”. O termo “metanoia”, entretanto, é largamente utilizado por analistas junguianos.

A palavra é utilizada para designar um processo de transformação psicológica que atinge as pessoas quando elas transitam da meia idade para a velhice, período no qual sofrem mudanças significativas em sua maneira de pensar, de encarar a vida. O termo carrega um viés cognitivo e psicológico e refere-se a uma mudança de mentalidade, ao questionamento das próprias crenças, e inclui também a busca de um sentido, a procura de um caminho, uma tentativa de se conectar com a própria consciência, no significado mais humano e profundo que se possa conferir ao termo (ARCURI, 2012).

Portanto, emprega-se o termo significando essencialmente uma mudança de atitude, de postura interna da psique, que se caracteriza por “estar desperto” para um processo reflexivo. Trata-se de uma “disposição subjetiva” de reavaliação dos próprios valores, conceitos e certezas. É um processo de repensar elementos que foram úteis no passado, mas que já não servem mais, face à necessidade de desenvolver novas ferramentas e habilidades para enfrentar os diferentes desafios surgidos na segunda metade da vida.

Entrar em metanoia é estar vivendo um processo, um estado psíquico de mobilização e implicação com a “crise da meia idade”, um estar em ebulição em busca de caminhos alternativos para os próprios conflitos cognitivos e psíquicos. É um estado mental de quem está em busca de respostas para as questões que o sujeito considera centrais.

Para responder as indagações que afloram na crise da meia idade, Stein (2006/2000, p. 165), afirma que o desenvolvimento da psique continua e tem a ver com a temática da reunificação entre o consciente e o inconsciente. É neste ponto que a metanoia se manifesta como um alerta, um reconhecimento consciente da limitação do ego e uma clara manifestação dos potenciais do inconsciente. Portanto, após muitos anos sob o império do ego, a pessoa que dedicou a energia da juventude e dos primeiros anos da vida adulta para as realizações voltadas

ao mundo exterior, recebe, na segunda metade da vida, um convite do inconsciente para reflexões mais profundas.

Santos (2006), ao fazer uma incursão na saúde psicológica das diversas etapas da vida humana, utilizando-se da “cosmovisão” da psicologia de Jung, observa que, na passagem para a segunda metade da vida, prepara-se uma mudança importante, muitas vezes de intensidade inicial bastante fraca que pode passar imperceptível, cujos sinais e indícios indiretos de mudanças parecem surgir do inconsciente. Ao acompanhar seus pacientes, sob a visão da psicologia de Jung, conclui que a sintomatologia que surge em muitas pessoas nesse momento de vida pode ser vista como uma tentativa de auto cura da psique.

Em sua tese de doutorado, Pandini (2014), realizou um estudo investigativo sobre como ocorrem as vivências de metanoia em pessoas de meia idade, considerado como o período compreendido entre os quarenta e sessenta anos. A autora caracteriza a metanoia como um processo psicológico que pode ocorrer a partir do meio da vida, em que intensos fluxos de energia do inconsciente fluem em direção à consciência. Estes fluxos trazem novos conteúdos para a psique consciente e também reaproxima conteúdos reprimidos ou negligenciados no passado para que possam ser elaborados e integrados pelo ego. Seus resultados apontaram transformações significativas na relação do indivíduo com diversas categorias por ela analisadas, em especial: com o corpo; com o tempo, o envelhecimento e a finitude; com a sexualidade e o relacionamento afetivo; com os pais; com os filhos e com os amigos, dentre outras. Conclui que, sob a ótica dos conceitos da psicologia analítica, o material estudado indicou uma intensificação do diálogo ego-self, bem como uma intensificação do diálogo ego-persona. Assinala que estes eventos psíquicos sinalizaram a ocorrência de importantes processos de adaptação, transformação e ampliação da personalidade consciente e destaca que esta etapa da vida, é tão importante para desenvolver a personalidade quanto qualquer outra.

3.3 Personalidade e individuação

Jung (2016/1976, p. 388-404) considera que, na segunda metade da vida, o consciente e o inconsciente têm um relacionamento contínuo, e a pessoa poderia, então, consolidar o senso de sua individualidade única, bem como de sua conexão com uma experiência mais ampla da existência humana, tornando-se capaz de viver de um modo criativo, simbólico e individual. O processo de chegar a esse equilíbrio psíquico, é denominado por Jung de individuação e compreendido como um princípio e um processo subjacente a toda atividade psíquica.

No entanto, Jung considera que seria um erro supor que o inconsciente atua segundo um plano geral e preestabelecido, tendendo para uma determinada meta e sua realização, pois se

assim fosse, todos os indivíduos dotados de um inconsciente com energia psíquica em excesso a ser compensada com a consciência do ego – fato comum na maioria – deveriam ser impelidos irresistivelmente para um estado superior de consciência e não é o que acontece. Afirma que “O motivo propulsor – na medida em que podemos percebê-lo – parece ser essencialmente um instinto de realização do si-mesmo.” (JUNG, 2014/1971c, p. 75-76)

Em que pese a tendência de a psique mover-se para a totalidade e para o equilíbrio ser um postulado fundamental da psicologia analítica, tendo em vista o “instinto de realização do si-mesmo”, o caminhar em direção à totalidade exige a participação consciente do complexo do ego neste processo.

Importa destacar, que a expressão da integralidade da personalidade – o marco final do desenvolvimento humano como realização total do próprio ser – é um ideal e, como todo ideal, deve ser considerada como indicadora da possibilidade de um caminho e não como meta visada. (JUNG, 2014/1972, p. 11)

Em sua obra “O Eu e o Inconsciente”, Jung conceitua a individuação como sendo “tornar-se um ser único, na medida em que por individualidade entendemos nossa singularidade mais íntima, última e incomparável, significando também que nos tornamos o nosso próprio si-mesmo.” Enfatiza que “tornar-se si-mesmo” ou “o realizar o si-mesmo” significa despojar-se de um papel exterior ou de um significado imaginário, pois em ambas as situações, está acontecendo uma preponderância do coletivo sobre a individualidade. Assinala que, em fases anteriores da vida, a renúncia ao desenvolvimento do si-mesmo em favor do coletivo corresponde a um ideal social; que pode até ser considerado um dever social e uma virtude, mas sugere que nesta etapa tardia da vida é chegado o momento de libertação das amarras coletivas em favor da individualidade. Entretanto, esclarece que é fundamental se distinguir individualismo de individuação. Individualismo significa acentuar e dar ênfase deliberada a supostas particularidades do sujeito em oposição a considerações e obrigações coletivas. A individuação, no entanto, significa precisamente a melhor e mais completa realização e desenvolvimento das qualidades coletivas existentes no ser humano; é a consideração adequada e não o esquecimento das peculiaridades individuais para que estas sejam fatores determinantes para um melhor rendimento social. (JUNG, 2014/1971c, p. 64)

Em termos do dinamismo da energia psíquica, Jung (2014/1971a, p. 54-55), afirma que a progressão da libido, como um processo ininterrupto de adequação às condições externas, fundamenta-se na necessidade vital da adaptação. Esta necessidade impõe à consciência do ego a orientação absoluta para as condições do ambiente e a repressão de todas as tendências e possibilidades que estão a serviço da individuação, e com isso relegando a relação com o mundo

interior a um segundo plano. A regressão da libido, por seu lado, enquanto adaptação às condições do próprio mundo interno, fundamenta-se na necessidade vital de atender às exigências da individuação, do desenvolvimento da personalidade. O descuidar de uma ou de outra dessas funções só pode ocorrer temporariamente, pois quando só se realiza uma adaptação unilateral ao mundo exterior, deixando de lado o mundo interior, pouco a pouco um aumento do valor energético das condições internas vai se tornando perceptível, através de uma irrupção de elementos pessoais na adaptação externa. Jung entende que o descuidar da consciência no direcionamento da libido, com a adoção de uma postura unilateral da instância egóica, constitui-se em uma das principais causas dos estados neuróticos.

4 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Pretendemos, nestas ponderações que rematam este estudo, trazer alguma contribuição para a ampliação da compreensão dos eventos psíquicos alvo da pesquisa. Elas estarão mescladas de comentários de cunho próprio, intercalados com retornos à textos teóricos, no intuito de conferir suporte conceitual às conclusões de cunho pessoal.

4.1 Sobre a crise da meia idade

Como resultado deste estudo, entendemos a crise da segunda metade da vida como um tipo de “evento alerta” deflagrado pelo inconsciente, que aparece como um sintoma, seja no âmbito corporal ou no campo psíquico da pessoa. Este sintoma surge como decorrência de um acúmulo de energia psíquica não integrada à personalidade no período de vida anterior que força sua passagem para a consciência nesta época da vida. Trata-se de um acontecimento “natural” como consequência de uma postura unilateral da consciência do ego, ao negligenciar o desenvolvimento de uma série de aspectos da personalidade na primeira metade da vida. Em termos de libido, pode ser entendida como o retorno das repressões conscientes que, neste momento solicitam espaço na consciência, e de certa maneira, exigem sua integração a esta personalidade incompleta e, concomitantemente, pode ser entendida como a manifestação da energia psíquica congelada nas funções psicológicas inferiores e em estado arcaico reclamando um espaço para o seu desenvolvimento.

É interessante registrar que, nesta etapa da vida, o declínio natural das potências orgânicas, o surgimento das doenças e a aproximação inexorável da morte são elementos que parecem estar atuando em harmonia com a psique, como a contribuir para o surgimento e o exacerbar de uma “crise”, que somada às consequências da unilateralidade da consciência egóica – neuroses e transtornos psíquicos em geral – buscam conduzir o sujeito a diversos

questionamentos e a uma reavaliação de suas relações, seja consigo mesmo, com as pessoas de seu convívio e com a comunidade onde vive; podendo até mesmo, provocar modificações em sua visão de mundo.

4.2 Sobre a metanoia

Para efeitos didáticos, distinguimos uma separação entre os conceitos de “crise da meia idade” e de “metanoia”. Preferimos caracterizar a metanoia como “um processo de reação psicológica – cognitiva e emocional – do sujeito em crise”, ou seja, um processar psíquico dos acontecimentos, dos eventos, catalogados como “crises”. Esta “reação” atinge a todos os que chegam à velhice, apenas não experimentando esta experiência, os que não alcançaram essa etapa da vida. Nesta concepção, a metanoia se traduz como uma busca de saídas para uma encruzilhada: a consciência do ego é instada a prosseguir a vida empregando-se dos valores utilizados até então ou questioná-los e proceder uma mudança de parâmetros.

Mas nem todos “entram” pela porta da metanoia, muitos escolhem prosseguir com os mesmos padrões. Quem nunca viu uma pessoa madura adotar um estilo de vida como se fosse um jovem? Este sujeito não entrou em metanoia, está preso à uma etapa de desenvolvimento anterior, o que acarreta uma clara desconexão com sua realidade existencial. Neste caso, trata-se de uma recusa em aceitar a “mensagem” trazida pela crise, a par de uma negação da própria finitude.

O mestre de Zurique afirma que tal como um indivíduo fica preso à infância e recua apavorado diante das responsabilidades e incertezas da vida adulta, assim também o homem adulto recua assustado diante da segunda metade da vida, por isso muitos idosos preferem ser hipocondríacos, avarentos, dogmáticos e louvadores do passado e até mesmo eternos adolescentes, por estarem presos à ilusão de que a segunda metade da vida deve ser regida pelos princípios da primeira metade, o que bem caracteriza uma fixação na persona construída. (JUNG, 2014/1971b, p. 355-357)

Estes casos se coadunam com os achados de Papalia e Feldman (2013), que na obra “Desenvolvimento Humano”, anotam que as alterações na personalidade e na forma de viver ocorridas entre os 40 e 45 anos são usualmente atribuídas à crise da meia-idade, pelas autoras entendido como sendo um período supostamente estressante provocado pela revisão e reconsideração da própria vida. Conceituam esta crise, como uma crise de identidade, que também já foi chamada de segunda adolescência.

Jung entende que a fixação na etapa anterior da vida impede o sujeito de efetuar o movimento em direção à metanoia e esta escolha poderá acarretar um desequilíbrio energético

entre o inconsciente e o ego, em linguagem junguiana, cria-se um obstáculo para que se efetive o relacionamento do eixo ego-Self. As consequências podem ser uma neurose, uma depressão ou outro transtorno qualquer.

Em adição, Mello Burti (2016), constata que o homem do século XXI vive como se não fosse morrer, tão desvinculado da morte, como se pudesse ser eterno. Assinala que, ao apartar a morte do processo da vida, o ser se coloca numa posição inflada em que se sente falsamente poderoso. Os resultados apontam que, este indivíduo, ao não saber para onde vai e, desprovido de um sentido maior, vem perdendo sua conexão entre o consciente e inconsciente. Neste contexto, presume que a ferida sem cura da inevitabilidade da morte causa na psique humana uma importante circunstância para que ele se religue ao seu todo.

4.3 Sobre a individuação

Como já referido, a metanoia – esta sensação interior de necessidade de mudança de valores – irrompe como uma manifestação do inconsciente por ação do Self sobre o ego em conjunção com o entardecer da vida, no contexto de um processo autorregulado de regressão da libido, o que pode provocar uma ampliação, um amadurecimento da porção consciente da psique. O anúncio de que a hora é chegada é dado pelo alerta sintomático, sinalizado pela “crise”.

Neste contexto, a individuação é uma possibilidade, não uma meta, não um destino que todos irão atingir, mas um processo de unificação da personalidade que pode ocorrer em diferentes graus na última fase da vida, e relaciona-se, em especial, às relações psicológicas do eixo ego-Self e do eixo ego-persona em uma específica individualidade. O que o adulto-jovem buscou e encontrou, na primeira metade de sua vida, no mundo exterior; o sujeito amadurecido, no entardecer da existência, tem de encontrar dentro de si, o que significa realizar a integração de conteúdos inconscientes da personalidade, transmudando-os em conteúdos conscientes.

Mas, na prática, como identificar e integrar as partes inconscientes e não desenvolvidas de nossa personalidade? Em outras palavras, como iniciar o caminho em direção ao processo de individuação? Expõe-se, a seguir, o que se apreendeu, a partir das leituras para a elaboração deste trabalho.

O passo inicial e fundamental seria o de entrar em contato com a sombra individual que habita o inconsciente pessoal de cada um. Esta atitude irá conduzir a profundas alterações na personalidade, como, a seguir, fica evidente nos escritos do mestre suíço.

Um encontro consigo mesmo significa, antes de mais nada, um encontro com a própria sombra. A sombra é, no entanto, um desfiladeiro, um portal estreito cuja dolorosa exiguidade não poupa quem quer que desça ao poço profundo. (JUNG, 2016/1976, p. 40)

Conforme escreve Jung (2015/1976, p. 22):

A sombra constitui um problema de ordem moral que desafia a personalidade do eu como um todo, pois ninguém é capaz de tomar consciência desta realidade sem dispendar energias morais. Mas nesta tomada de consciência da sombra trata-se de reconhecer os aspectos obscuros da personalidade, tais como existem na realidade. Este ato é a base indispensável para qualquer tipo de autoconhecimento e, por isso, em geral, ele se defronta com considerável resistência. Enquanto, por um lado, o autoconhecimento é um expediente terapêutico, por outro implica, muitas vezes, um trabalho árduo que pode se estender por um largo espaço de tempo.

Afirma também que “é de se esperar que o confronto com a sombra influencie as relações do eu com fatos internos e externos de modo extremamente persistente, pois a integração da sombra acarreta uma mudança de personalidade.” (JUNG, 2016/1976, p. 387)

Portanto, o contato e a integração da sombra passa pelo reconhecimento das nossas mais diversas limitações e dos aspectos negativos de nossa personalidade. São aquelas “qualidades” que escondemos dos outros e muitas vezes de nós mesmos, pois não temos o que nos orgulhar delas; por estarem reprimidas localizam-se em nosso lado sombrio e, para escondê-las, adotamos um verniz, uma persona, uma máscara, ao nos relacionarmos em sociedade.

A etapa seguinte consiste na necessidade de o ego estabelecer um relacionamento profundo com os conteúdos da própria alma. O termo alma é utilizado por Jung para representar, de forma indistinta, os complexos funcionais da *anima* ou do *animus*.

Como já referido, *anima* designa o aspecto feminino presente no inconsciente do homem e *animus* indica o aspecto masculino existente no inconsciente da mulher. Estas figuras, como todo conteúdo do inconsciente possuem características arcaicas e primitivas, isto é, pouco desenvolvidas, pobremente diferenciadas.

O insigne psiquiatra considera que, quando um indivíduo adota uma atitude exterior e consciente para se manifestar na coletividade por meio do complexo funcional da *persona* – a qual encerrará as características masculinas ou femininas dominantes no ego – simultaneamente, e em decorrência da lei de compensação entre o consciente e o inconsciente, estará constituindo, no campo inconsciente, as estruturas da *anima* ou do *animus*, as quais conterão as qualidades das atitudes não adotadas no campo consciente. É como se elas se comportassem complementarmente em relação ao caráter externo, pois a alma – *anima/animus* – costuma possuir todas aquelas qualidades humanas comuns que faltam à atitude consciente. Assim, se a *persona* for intelectual, a alma será sentimental; quanto mais viril a atitude externa

do homem, mais suprimidos estão seus traços femininos e eles aparecem, então, no inconsciente; mulher muito feminina tem alma masculina. Portanto, a *anima*, no homem e o *animus*, na mulher contém aquelas qualidades humanas que faltam completamente em sua atitude exterior, à sua persona, porém com características rudimentares e primitivas. (JUNG, 2015/1971, p. 545-546)

É fácil concluir que atingir este segundo degrau do processo de individuação não se constitui em tarefa fácil, quiçá possível ao ser humano comum.

Jung dá a entender que, para estabelecer uma relação com a personalidade total, o Self, depois de enfrentar a própria sombra, o ego deverá “se completar” ainda mais, assimilando e fixando na personalidade os conteúdos da própria alma, vez que aqueles ainda são estranhos à personalidade, pois são inconscientes. Na prática, significa dizer: aqueles que adotaram uma persona de homem, confrontar-se-ão com sua *anima*; e aquelas que adotaram uma máscara social de mulher, irão facear o seu *animus*.

Podemos entender aqui, de forma exemplificativa, que o homem duro e insensível deverá entrar em contato com a sensibilidade de sua *anima*, e por outro lado, a mulher de atitude dependente deverá estabelecer contato com sua autonomia dormente, presente no seu *animus*.

Uma outra maneira de se abordar o caminho para a individuação encontra-se na aplicação da teoria dos tipos psicológicos, em cujo substrato também está presente o pressuposto da compensação entre os conteúdos consciente e inconsciente, porém, refletidos na atitude e nas funções psicológicas que caracterizam uma pessoa, como explica-se a seguir.

Conhecida a atitude dominante e a função psicológica superior e a auxiliar principal de uma pessoa, a partir, por exemplo, da aplicação de um teste psicológico – no caso o QUATI: questionário de avaliação tipológica – é possível prever, com um alto grau de acerto, quais são as funções superiores e as inferiores, portanto as que necessitam de desenvolvimento.

Sabe-se que as áreas arcaicas, isto é, pouco desenvolvidas da psique, referem-se às suas funções inferiores. Elas são como que ferramentas frágeis e toscas, e, por esta razão mesma, ao ego não foi conveniente utilizá-las em seu processo de acomodação ao mundo externo na primeira metade da vida. Ele tinha de atender às pressões ambientais e para isso utilizou-se de suas melhores ferramentas para a adaptação.

Na segunda metade da vida, um momento de mudança de prioridades, de diminuição das demandas externas, acentua-se, por outro lado, um convite – quase que uma intimação do inconsciente – para o eu voltar-se ao seu mundo interno, para o sujeito “olhar” para as suas competências pouco exercitadas a fim de refletir sobre estes conteúdos, que devido à constante repressão permanecem no inconsciente. Este evento configura o balanceamento de uma

equação que visa uma compensação energética. Representa um questionamento das adaptações efetuadas pelo ego ao longo da existência, isto é, das escolhas conscientes no eixo ego-persona e, ao mesmo tempo, pode redundar em uma conexão do eixo ego-self.

Desde a infância até a chegada à idade madura, é necessário considerar que, no processo de diferenciação do ego, entendido como um distanciamento do estado inicial de inconsciência, a função inferior é aquela que menos se desenvolveu como um resultado do natural processo de unilateralidade exigido da consciência no decurso do seu desenvolvimento. Este fato decorre de o ego utilizar suas ferramentas mais poderosas para sua adaptação externa e interna, o que implica em deixar de lado alguns aspectos e privilegiar outros neste processo de construção.

Sendo a função inferior pouco utilizada e, portanto, menos “adestrada” pela consciência do ego, seus conteúdos se distanciam da consciência. Como consequência, se por um lado a função inferior se traduz em uma dificuldade para o ego, por sua natureza arcaica; por outro, é por meio dela que o inconsciente se manifesta, e, por conseguinte, ela se constitui em uma porta de entrada para os conteúdos do inconsciente. (DE MORAES ZACHARIAS, 2006, p. 115-117)

O autor supracitado (2006, p. 122-124), assinala que seria infrutífera a tentativa de tentar levar a função inferior ao nível das funções mais desenvolvidas, sendo inviável potencializar seu efeito ou educá-la segundo a vontade da consciência, pois ela resiste, e continuará primitiva e na inconsciência. A solução seria o ego caminhar em direção a ela, defrontando-se primeiramente com as outras funções. Em especial, isto exige o sacrifício da função superior, ou seja, o ego deve voluntariamente sair de sua cômoda situação e sacrificar o que lhe dá segurança, a função superior. Na sequência, o ego deve entrar em contato com sua função auxiliar e depois a oposta da auxiliar, para só depois fazer contato com a função inferior. O autor aponta que este é o caminho para se trabalhar com a tipologia junguiana, seja na análise ou em outras atividades de desenvolvimento humano. De certa forma, poderíamos dizer que, sob o ponto de vista dos tipos psicológicos, esta é a árdua trajetória a ser seguida por aqueles que desejam realizar seu processo de individuação, uma vez que é possível observar uma relação estreita entre o processo de individuação e o relacionamento da consciência do ego com a função inferior da personalidade.

Este estudo nos conduziu à compreensão de que a realização da individuação em sua totalidade é uma meta dificilmente conquistada por um indivíduo e como afirma Jung “se trata de uma ocorrência mais ou menos rara”.

Por outro lado, a individuação, pode, entretanto, ser alcançada em alguma proporção, podendo ser entendida essencialmente como a libertação consciente das pressões coletivas, um amadurecimento da psique individual, um aumento do conhecimento de si mesmo.

Por fim, em consonância com Jung, entendemos que este alargamento da consciência pessoal, quando ocorre em uma pessoa – ainda que de forma parcial – deverá redundar, não em uma postura individualista; ao contrário, resultará em uma compreensão de que, por um lado, se é um ser único, individual; e, por outro, despontará um discernimento consciente que este ser individual é apenas uma unidade psíquica inserida em uma coletividade de unidades psíquicas, em relação às quais o individual tem a responsabilidade de contribuir com a sua cota-parte para o coletivo.

Donde concluímos, com Jung, que um indivíduo, mesmo incompletamente individuado, é joia rara, e pouco encontrado em nossa sociedade.

5 REFERÊNCIAS

- CANCELA, D. M. G. O processo de envelhecimento. **Trabalho realizado no Estágio de Complemento ao Diploma de Licenciatura em Psicologia pela Universidade Lusíada do Porto**, v. 3, 2007. Disponível em: <<http://www.luzimarteixeira.com.br/wp-content/uploads/2011/04/o-processo-de-envelhecimento.pdf>>. Acesso em 28/10/2020.
- DE MORAES ZACHARIAS, J. J. **Tipos: a diversidade humana**. Vetor Editora, 2006.
- JUNG, C. G. **A energia psíquica**, Edição brasileira das obras completas de Carl Gustav Jung. Tradução de M. L. Appy. Obra originalmente publicada em 1971a. Petrópolis-RJ: Vozes. 2014.
- JUNG, C. G. **A natureza da psique**, Edição brasileira das obras completas de Carl Gustav Jung. Tradução de M. R. Rocha. Obra originalmente publicada em 1971b. Petrópolis-RJ: Vozes. 2014.
- JUNG, C. G. **A vida simbólica**, Edição brasileira das obras completas de Carl Gustav Jung. Tradução de A. Elman; E. Orth. Obra originalmente publicada em 1981. Petrópolis-RJ: Vozes. 2015.
- JUNG, C. G. **Aion**, Edição brasileira das obras completas de Carl Gustav Jung. Tradução de M. R. Rocha. Obra originalmente publicada em 1976. Petrópolis-RJ: Vozes. 2015.
- JUNG, C. G. **Desenvolvimento da personalidade**, Edição brasileira das obras completas de Carl Gustav Jung. Tradução de V. Amaral. Obra originalmente publicada em 1972. Petrópolis-RJ: Vozes. 2014.
- JUNG, C. G. **Memórias, sonhos e reflexões**, Edição brasileira. Tradução de D. F. Silva. Obra originalmente publicada em 1961. Rio de Janeiro-RJ: Nova Fronteira. 2016.
- JUNG, C. G. **O eu e o inconsciente**, Edição brasileira das obras completas de Carl Gustav Jung. Tradução de D. F. Silva. Obra originalmente publicada em 1971c. Petrópolis-RJ: Vozes. 2014.
- JUNG, C. G. **Os arquétipos e o inconsciente coletivo**. Edição brasileira das obras completas de Carl Gustav Jung. Tradução de M. L. Appy; D. M. R. Ferreira da Silva. Obra originalmente publicada em 1976. Petrópolis-RJ: Vozes. 2016.

JUNG, C. G. **Psicologia do inconsciente**. Edição brasileira das obras completas de Carl Gustav Jung. Tradução de M. L. Appy. Obra originalmente publicada em 1971. Petrópolis-RJ: Vozes. 2013.

JUNG, C. G. **Tipos psicológicos**, Edição brasileira das obras completas de Carl Gustav Jung. Tradução de L. M. E. Orth. Obra originalmente publicada em 1971. Petrópolis-RJ: Vozes. 2015.

LIMA-COSTA, M. F.; VERAS, R. Saúde pública e envelhecimento. **Cadernos de Saúde Pública**, v. 19, n. 3, p. 700-701, 2003.

MELLO BURTI, M. M. B. **Morte, propulsora da vida no processo do envelhecimento**. Monografia de conclusão de curso da Sociedade Brasileira de Psicologia Analítica, IX turma. São Paulo. 2016.

MIRANDA, G. M. D.; MENDES, A. D. C. G.; SILVA, A. L. A. D. O envelhecimento populacional brasileiro: desafios e consequências sociais atuais e futuras. *Revista brasileira de geriatria e gerontologia*, 19, 507-519. 2016.

OLIVEIRA, K. L. D.; SANTOS, A. A. A. D.; CRUVINEL, M.; NÉRI, A. L. (2006). Relação entre ansiedade, depressão e desesperança entre grupos de idosos. **Psicologia em estudo**, v. 11, n. 2, p. 351-359. 2006.

PANDINI, A. L. R. **Metanoia: caminho para o desenvolvimento no meio da vida**. Tese de Doutorado. Universidade de São Paulo – USP. São Paulo, 2014.

PAPALIA, D. E.; FELDMAN, R. D. **Desenvolvimento humano**. Tradução de C. Monteiro; M. C. Silva. 12ª ed. Porto Alegre. AMGH Editora, 2013.

SANTOS, N. M. W. Etapas psicológicas da vida humana e envelhecimento saudável, segundo a Weltanschauung da Psicologia Analítica. **Revista Brasileira de Ciências do Envelhecimento Humano**, v. 3, n. 2, p. 11-21. 2006.

SILVA OLIVEIRA, F. B.; MELO, K. C. F.; AOYAMA, E. A.; LIMA, R. N. Suicídio na velhice como um fenômeno cada vez mais crescente e preocupante. **Revista Brasileira Interdisciplinar de Saúde**, v. 1, n. 4, p. 1-7. 2019.

STEIN, M. **Jung o mapa da alma – uma introdução**. Tradução de A. Cabral. Obra originalmente publicada em 2000. São Paulo: Cultrix. 2006.

WHITMONT, E.C. **A busca do símbolo – Conceitos básicos de psicologia analítica**. Tradução de E. F. Pereira; K. M. Orberg. Obra originalmente publicada em 1969. São Paulo. Cultrix. 2014.