

# CAPÍTULO 4

---

## Jung: Psicologia Analítica

- ◆ *Panorama da psicologia analítica*

- ◆ *Biografia de Carl Jung*

- ◆ *Níveis da psique*

- Consciente

- Inconsciente pessoal

- Inconsciente coletivo

- Arquétipos

- Persona*

- Sombra*

- Anima*

- Animus*

- Grande mãe

- Velho sábio

- Herói

- Self*

- ◆ *Dinâmica da personalidade*

- Causalidade e teleologia

- Progressão e regressão

- ◆ *Tipos psicológicos*

- Atitudes

- Introversão

- Extroversão

- Funções

- Pensamento

- Sentimento

- Sensação

- Intuição

- ◆ *Desenvolvimento da personalidade*

- Estágios do desenvolvimento

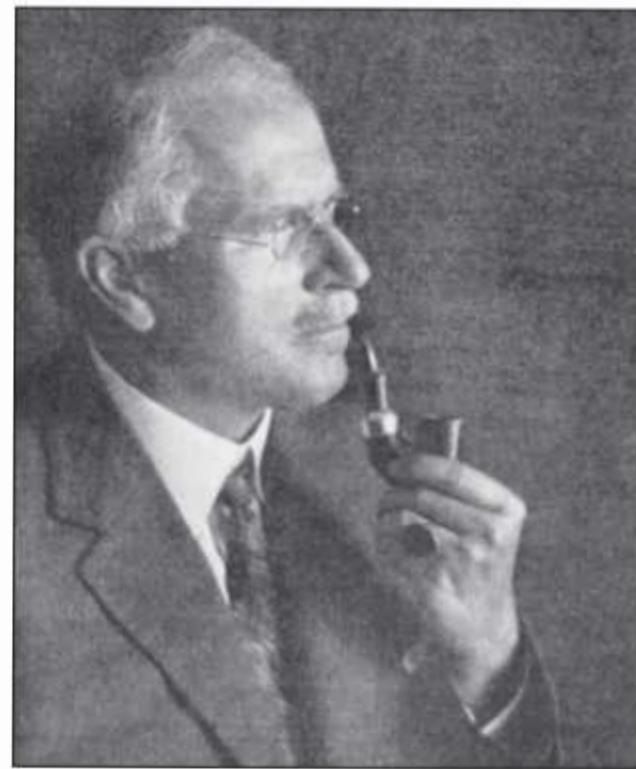
- Infância

- Juventude

- Meia-idade

- Velhice

- Autorrealização



Jung

- ◆ *Métodos de investigação de Jung*

- Teste de associação de palavras

- Análise dos sonhos

- Imaginação ativa

- Psicoterapia

- ◆ *Pesquisa relacionada*

- Tipo de personalidade e investimentos financeiros

- Tipo de personalidade e liderança

- ◆ *Críticas a Jung*

- ◆ *Conceito de humanidade*

- ◆ *Termos-chave e conceitos*

O médico de meia-idade estava sentado em frente a sua escrivaninha em profunda contemplação e preocupação. Um relacionamento de seis anos com um amigo mais velho e mentor havia terminado recentemente, com animosidade, e o médico se sentia frustrado e inseguro quanto a seu futuro. Ele já não tinha mais confiança em seu modo de tratar os pacientes e começou a simplesmente deixá-los falar, não oferecendo qualquer conselho específico ou tratamento.

Durante alguns meses, o médico vinha apresentando sonhos bizarros e inexplicáveis e tendo visões estranhas e misteriosas. Nada disso parecia fazer sentido para ele. Ele se sentia perdido e desorientado – não tendo certeza se o trabalho para o qual havia sido treinado era ou não ciência de fato.

Um artista um tanto talentoso, ele começou a ilustrar seus sonhos e visões, com pouca ou nenhuma compreensão do que o produto final poderia significar. Ele também anotou suas fantasias, sem realmente tentar entendê-las.

Nesse dia em particular, ele começou a ponderar: “O que estou fazendo?”. Ele duvidava que seu trabalho fosse ciência, mas não estava certo sobre o que ele era. De repente, para seu espanto, ouviu uma voz feminina clara e distinta que vinha de dentro dele dizer: “Isso é arte”. Ele reconheceu a voz como a de uma paciente talentosa que tinha fortes sentimentos positivos por ele. Ele protestou, dizendo à voz que seu trabalho não era arte, mas não obteve resposta imediata. Então, voltando a escrever, ele ouviu novamente a voz dizer: “Isso é arte”. Quando tentou argumentar com a voz, não houve resposta. Ele pensou que “a mulher interna” não possuía um centro de fala; portanto, sugeriu que ela usasse dele. Ela fez isso, e, em seguida, houve uma prolongada conversa.

O médico de meia-idade que conversava com a “mulher interna” era Carl Gustav Jung, e a época era o inverno de 1913 a 1914. Jung, antes disso, tinha sido admirador e amigo de Sigmund Freud, mas, quando surgiram as diferenças teóricas, o relacionamento pessoal entre os dois se rompeu, deixando Jung com sentimentos amargos e um profundo sentimento de perda.

Essa história é apenas uma das muitas ocorrências estranhas e bizarras experimentadas por Jung durante sua “confrontação com o inconsciente” na metade de sua vida. Um interessante relato de sua jornada incomum até os recessos de sua psique é encontrado na autobiografia de Jung, *Memórias, sonhos, reflexões* (Jung, 1961).

## PANORAMA DA PSICOLOGIA ANALÍTICA

Antes colega de Freud, Carl Gustav Jung rompeu com a psicanálise ortodoxa para estabelecer uma teoria da personalidade distinta denominada **psicologia analítica**, que se baseia no pressuposto de que fenômenos ocultos podem

influenciar e, de fato, realmente influenciam as vidas de todos. Jung acreditava que cada um de nós é motivado não somente por experiências reprimidas, mas também por certas experiências de tom emocional herdadas de nossos ancestrais. Essas imagens herdadas compõem o que Jung chamou de *inconsciente coletivo*. O inconsciente coletivo inclui aqueles elementos que nunca experimentamos, de modo individual, mas que chegaram até nós provenientes de nossos ancestrais.

Alguns elementos do inconsciente coletivo tornaram-se altamente desenvolvidos e são chamados de *arquétipos*. O arquétipo mais inclusivo é a noção de autorrealização, que pode ser alcançada apenas pela obtenção de um equilíbrio entre as várias forças opostas da personalidade. Assim, a teoria de Jung é um compêndio de opositos. As pessoas são introvertidas e extrovertidas; racionais e irrationais; masculinas e femininas; conscientes e inconscientes; e impelidas por eventos passados ao mesmo tempo em que são atraídas por expectativas futuras.

Este capítulo examina com alguns detalhes a longa e colorida vida de Carl Jung e usa fragmentos de sua história de vida para ilustrar seus conceitos e teorias. A noção de Jung de um inconsciente coletivo torna sua teoria uma das mais intrigantes de todas as concepções da personalidade.

## BIOGRAFIA DE CARL JUNG

Carl Gustav Jung nasceu em 26 de julho de 1875, em Kesswil, uma vila em Lake Constance, na Suíça. Seu avô paterno, o velho Carl Gustav Jung, era um médico proeminente em Basileia e um dos homens mais conhecidos daquela cidade. Um boato local sugeria que o velho Carl Jung era filho ilegítimo do grande poeta alemão Goethe. Ainda que o velho Jung nunca tenha reconhecido o que dizia o boato, o jovem Jung, pelo menos às vezes, acreditava que fosse bisneto de Goethe (Ellenberger, 1970).

Os pais de Jung eram os mais moços de 13 filhos, uma situação que pode ter contribuído para algumas das dificuldades que eles tiveram em seu casamento. O pai de Jung, Johann Paul Jung, era ministro da Igreja Suíça Reformada, e sua mãe, Emilie Preiswerk Jung, era filha de um teólogo. Na verdade, oito dos tios maternos de Jung e dois de seus tios paternos eram pastores; portanto, religião e medicina foram prevalentes em sua família. A família da mãe de Jung tinha uma tradição de espiritualismo e misticismo, e seu avô materno, Samuel Preiswerk, acreditava no oculto e, com frequência, conversava com os mortos. Ele mantinha uma cadeira vazia para o fantasma de sua primeira esposa e tinha conversas constantes e íntimas com ela. Compreensivelmente, essas práticas incomodavam sobremaneira a sua segunda esposa.

Os pais de Jung tiveram três filhos, um nascido antes de Carl, mas que viveu somente três dias, e uma filha nove anos mais moça do que Carl. Assim, o começo da vida de Jung foi de filho único.

Jung (1961) descrevia seu pai como um idealista sentimental com fortes dúvidas quanto a sua fé religiosa. Ele via sua mãe como tendo duas disposições separadas. Por um lado, ela era realista, prática e afetiva, mas, por outro, era instável, mística, clarividente, arcaica e implacável. Uma criança emocional e sensível, Jung se identificava mais com o segundo lado de sua mãe, o qual ele chamava de personalidade nº 2 ou personalidade noturna (Alexander, 1990). Aos 3 anos de idade, Jung foi separado de sua mãe, que teve que ser hospitalizada por vários meses, e essa separação abalou profundamente o jovem Carl. Por muito tempo depois disso, ele se sentia desconfiado sempre que a palavra "amor" era mencionada. Anos depois, ele ainda associava "mulher" a inconfiabilidade, enquanto a palavra "pai" significava confiável, mas impotente (Jung, 1961).

Antes do quarto aniversário de Jung, sua família se mudou para um subúrbio de Basileia. É desse período que provém seu sonho mais precoce. Tal sonho, que viria a ter um efeito profundo posteriormente em sua vida e em seu conceito de um inconsciente coletivo, será descrito adiante.

Durante seus anos escolares, Jung, de forma gradual, tomou conhecimento de dois aspectos separados de seu *self*, os quais ele denominou personalidades nº 1 e nº 2. Inicialmente, ele via as duas personalidades como partes de seu próprio mundo pessoal, mas, durante a adolescência, tomou conhecimento da personalidade nº 2 como um reflexo de outra coisa que não era ele: um velho já morto. Naquela época, Jung não compreendia de todo essas forças separadas, mas, em anos posteriores, reconheceu que a personalidade nº 2 tinha estado em contato com sentimentos e intuições que a personalidade nº 1 não percebia. Em *Memórias, sonhos e reflexões*, Jung (1961) escreveu sobre sua personalidade nº 2:

Eu vivenciava ele e sua influência de uma maneira curiosamente irrefletida; quando ele estava presente, a personalidade nº 1 empalidecia até o ponto da não existência, e, quando o ego que foi se tornando cada vez mais idêntico à personalidade nº 1 dominou a cena, o velho, se bem me lembro, parecia um sonho remoto e irreal. (p. 68)

Entre os 16 e os 19 anos, a personalidade nº 1 de Jung emergiu como mais dominante e, aos poucos, "reprimiu o mundo das premonições intuitivas" (Jung, 1961, p. 68). Quando sua personalidade consciente do dia a dia prevaleceu, ele pôde se concentrar na escola e na carreira. Na teoria de Jung sobre atitudes, a sua personalidade nº 1 era extrovertida e em consonância com o mundo objetivo, enquanto a personalidade nº 2 era introvertida e direcionada internamente para seu mundo subjetivo. Assim, durante

seus primeiros anos escolares, Jung era principalmente introvertido, mas, quando chegou a época de se preparar para uma profissão e cumprir outras responsabilidades objetivas, ele se tornou mais extrovertido, uma atitude que prevaleceu até que ele passou por uma crise na metade da vida e entrou em um período de extrema introversão.

A primeira opção profissional de Jung era arqueologia; contudo, ele também era interessado em filologia, história, filosofia e ciências naturais. Apesar de uma origem um tanto aristocrática, Jung possuía recursos financeiros limitados (Noll, 1994). Forçado pela falta de dinheiro a frequentar uma escola próxima de casa, ele se matriculou na Universidade de Basileia, onde não havia professor de arqueologia. Tendo que escolher outro campo de estudo, Jung optou pelas ciências naturais, porque, por duas vezes, ele havia sonhado ter feito descobertas importantes no mundo natural (Jung, 1961). Sua escolha por uma carreira acabou se afunilando para a medicina. Tal escolha tornou-se ainda mais delimitada quando ele ficou sabendo que a psiquiatria lidava com fenômenos subjetivos (Singer, 1994).

Enquanto Jung estava em seu primeiro ano da escola médica, seu pai faleceu, deixando-o com os cuidados de sua mãe e irmã. Também enquanto ainda estava na escola médica, começou a participar de uma série de sessões com parentes da família Preiswerk, incluindo sua prima Helene, a qual alegava que podia se comunicar com pessoas mortas. Jung participou dessas sessões principalmente como um membro da família, mas depois, quando escreveu sua dissertação médica sobre fenômenos ocultos, relatou que tais sessões tinham sido experimentos controlados (McLynn, 1996).

Após completar sua formação médica na Universidade de Basileia em 1900, Jung se tornou psiquiatra assistente de Eugene Bleuler no Hospital Psiquiátrico de Burghölzli, em Zurique, possivelmente o mais prestigioso hospital-escola psiquiátrico do mundo na época. De 1902 a 1903, Jung estudou por seis meses em Paris com Pierre Janet, sucessor de Charcot. Quando voltou para a Suíça, em 1903, casou-se com Emma Rauschenbach, uma jovem mulher sofisticada de uma família suíça rica. Dois anos depois, enquanto continuava com suas funções no hospital, começou a ensinar na Universidade de Zurique e a atender pacientes em seu consultório particular.

Jung leu a *Interpretação dos sonhos* de Freud (Freud, 1900/1953) logo em seguida que ela foi publicada, mas não ficou muito interessado nisso (Singer, 1994). Quando releu o livro alguns anos depois, teve maior entendimento das ideias de Freud e foi movido a começar a interpretar os próprios sonhos. Em 1906, Jung e Freud deram início a uma correspondência constante (ver McGuire & McGlashan, 1994). No ano seguinte, Freud convidou Carl e Emma Jung para irem a Viena. Imediatamente, Freud e Jung desenvolveram forte respeito e afeição mútua, conversando,

em seu primeiro encontro, durante 13 horas seguidas, indo até as primeiras horas da madrugada. Nessa maratona de conversas, Martha Freud e Emma Jung se ocuparam com um colóquio cortês (Ferris, 1997).

Freud achava que Jung era a pessoa ideal para ser seu sucessor. Ao contrário de outros homens do círculo de amigos e seguidores de Freud, Jung não era judeu nem vienense. Além disso, Freud tinha sentimentos pessoais de afeto por Jung e o considerava um homem de grande inteligência. Essas qualificações motivaram Freud a escolhê-lo como o primeiro presidente da Associação Psicanalítica Internacional.

Em 1909, G. Stanley Hall, presidente da Universidade Clark e um dos primeiros psicólogos dos Estados Unidos, convidou Jung e Freud para fazerem uma série de conferências na Universidade Clark, em Worcester, Massachusetts. Com Sándor Ferenczi, outro psicanalista, os dois homens viajaram para os Estados Unidos, a primeira de nove visitas de Jung ao país (Bair, 2003). Durante sua viagem de sete semanas e enquanto estavam em contato diário, uma tensão subjacente entre Jung e Freud começou a se desenvolver lentamente. Essa tensão pessoal não diminuiu quando os dois, então famosos psicanalistas, começaram a interpretar os sonhos um do outro, um passatempo que provavelmente criaria tensão em qualquer relacionamento.

Em *Memórias, sonhos e reflexões*, Jung (1961) alegou que Freud não estava disposto a revelar detalhes sobre sua vida pessoal – detalhes que Jung precisava para interpretar um dos sonhos de Freud. De acordo com o relato de Jung, quando indagado sobre detalhes íntimos, Freud protestou: “Mas não posso arriscar minha autoridade!” (Jung, 1961, p. 158). Naquele momento, Jung concluiu que Freud, na verdade, havia perdido sua autoridade, “aquele frase ardeu em minha memória, e nela o final de nosso relacionamento já estava pressagiado” (p. 158).

Jung também afirmou que, durante a viagem para os Estados Unidos, Freud não conseguiu interpretar os sonhos dele, em especial um que parecia conter um material rico do seu inconsciente coletivo. Posteriormente, discutiremos esse sonho em mais detalhes, mas, aqui, apenas apresentamos os aspectos do sonho que podem se relacionar a alguns dos problemas que Jung teve durante toda a vida com as mulheres. Nesse sonho, Jung e sua família estavam morando no segundo andar de sua casa, quando ele decidiu explorar os níveis até então desconhecidos da residência. No nível inferior de sua moradia, ele deparou com uma caverna, onde encontrou “dois crânios humanos, muito velhos e parcialmente desintegrados” (p. 159).

Depois que Jung descreveu o sonho, Freud ficou interessado nos dois crânios, mas não como material do inconsciente coletivo. Em vez disso, insistiu para que Jung associasse os crânios a algum desejo. A quem Jung desejava a morte? Ainda não confiando completamente em seu

próprio julgamento e sabendo o que Freud esperava, Jung respondeu: “Minha esposa e minha cunhada – afinal de contas, eu tinha que nomear alguém cuja morte valesse o desejo!”.

“Eu era recém-casado na época e sabia perfeitamente bem que nada havia dentro de mim que apontasse para tais desejos” (Jung, 1961, p. 159-160).

Ainda que a interpretação de Jung de seu sonho possa ser bem mais precisa do que a de Freud, é bem possível que Jung, de fato, desejasse a morte de sua esposa. Naquela época, Jung não era “recém-casado”, mas estava casado há quase sete anos e, durante os cinco anos anteriores, ele esteve envolvido em um relacionamento íntimo com uma ex-paciente chamada Sabina Spielrein. Frank Mc Lynn (1996) alegou que o “complexo materno” de Jung tinha feito com que ele abrigasse animosidade em relação a sua esposa, porém uma explicação mais provável é que Jung precisava de mais do que uma mulher para satisfazer os dois aspectos de sua personalidade.

Entretanto, as duas mulheres que compartilharam a vida de Jung por quase 40 anos foram sua esposa e outra ex-paciente chamada Antonia (Toni) Wolff (Bair, 2003). Emma Jung parecia se relacionar melhor com a personalidade nº 1 de Jung, enquanto Toni Wolff estava mais em contato com a personalidade nº 2. O relacionamento de três vias nem sempre era amigável, mas Emma Jung percebia que Toni Wolff podia fazer mais por Carl do que ela (ou qualquer outra pessoa) e se manteve grata a Wolff (Dunne, 2000).

Ainda que Jung e Wolff não tenham feito tentativas de esconder seu relacionamento, o nome de Toni Wolff não aparece na autobiografia de Jung publicada postumamente, *Memórias, sonhos e reflexões*. Alan Elms (1994) descobriu que Jung havia escrito um capítulo inteiro sobre Toni, mas ele nunca foi publicado. É provável que a ausência do nome de Wolff se deve aos ressentimentos que os filhos dele tinham em relação a ela. Eles lembravam quando ela teve um caso abertamente com seu pai e, como adultos com algum poder de veto sobre o que aparecia na autobiografia de Jung, eles não estavam dispostos a perpetuar o conhecimento do caso.

De qualquer forma, existe pouca dúvida de que Jung necessitava de outras mulheres além de sua esposa. Em uma carta a Freud datada de 30 de janeiro de 1910, Jung escreveu: “O pré-requisito para um bom casamento, o que me parece, é a autorização para ser infiel” (McGuire, 1974, p. 289).

Quase imediatamente depois que Freud e Jung retornaram de sua viagem aos Estados Unidos, as diferenças pessoais e teóricas se tornaram mais intensas, ao mesmo tempo em que a amizade esfriava. Em 1913, eles interromperam sua correspondência pessoal e, no ano seguinte, Jung se demitiu da presidência e, logo depois, retirou sua filiação da Associação Psicanalítica Internacional.

O rompimento de Jung com Freud pode estar relacionado a eventos não discutidos em *Memórias, sonhos e reflexões* (Jung, 1961). Em 1907, Jung escreveu a Freud sobre sua “admiração ilimitada” por ele e confessou que sua veneração “tem algo do caráter de uma inclinação ‘religiosa’” e que possuía um “inegável meio-tom erótico” (McGuire, 1974, p. 95). Jung continuou sua confissão, dizendo: “Esse sentimento abominável provém do fato de que, quando menino, fui vítima de agressão sexual por um homem que eu cultuava” (p. 95). Jung, na verdade, tinha 18 anos na época da agressão sexual e via o homem mais velho como um amigo paternal a quem ele podia confiar quase tudo. Alan Elms (1994) discutiu que os sentimentos eróticos de Jung por Freud – associados a sua experiência de agressão sexual por um homem mais velho antes cultuado – pode ter sido uma das principais razões pelas quais Jung acabou rompendo com Freud. Elms ainda sugeriu que a rejeição de Jung das teorias sexuais de Freud podem ter se originado de seus sentimentos ambivalentes em relação ao médico vienense.

Os anos imediatamente seguintes ao rompimento com Freud foram preenchidos com solidão e autoanálise para Jung. De dezembro de 1913 até 1917, ele passou pela experiência mais profunda e perigosa de sua vida: uma jornada pelos subterrâneos de sua psique inconsciente. Marvin Goldwert (1992) se referiu a essa época na vida de Jung como um período de “doença criativa”, um termo que Henri Ellenberger (1970) havia usado para descrever Freud nos anos que logo se sucederam à morte de seu pai. O período de Jung de “doença criativa” foi semelhante à autoanálise de Freud. Ambos começaram sua busca pelo *self* enquanto estavam por volta dos 30 anos ou início dos 40: Freud, como uma reação à morte de seu pai; Jung, em consequência de sua separação de seu pai espiritual, Freud. Os dois passaram por um período de solidão e isolamento e foram profundamente modificados pela experiência.

Mesmo que a jornada de Jung ao inconsciente se mostrasse perigosa e dolorosa, ela também foi necessária e fecunda. Usando a interpretação dos sonhos e a imaginação ativa para se obrigar a essa viagem aos subterrâneos, Jung, por fim, conseguiu criar sua teoria singular da personalidade.

Durante esse período, ele anotou seus sonhos, fez desenhos deles, contou histórias para si mesmo e, depois, seguiu essas histórias sempre que elas avançavam. Por meio desses procedimentos, ele tomou conhecimento de seu inconsciente *pessoal* (ver Jung, 1979, e Dunne, 2000, para uma coleção de muitas de suas pinturas durante esse período). Prolongando o método e se aprofundando mais, ele deparou com os conteúdos do inconsciente *coletivo*: os arquétipos. Ouviu sua *anima* falar com ele como uma clara voz feminina; descobriu sua sombra, o lado mau da sua personalidade; falou com os arquétipos do sábio e da grande mãe; e por fim, quase no término da sua jornada,

atingiu um tipo de renascimento psicológico chamado de *individuação* (Jung, 1961).

Apesar de Jung ter viajado muito em seu estudo da personalidade, ele continuou sendo um cidadão suíço, residindo em Küsnacht, perto de Zurique. Ele e sua esposa, que também era analista, tiveram cinco filhos, quatro meninas e um menino. Jung era cristão, mas não freqüentava a igreja. Seus *hobbies* incluíam entalhe em madeira, escultura e navegar no lago Constance. Ele também mantinha um interesse ativo em alquimia, arqueologia, gnosticismo, filosofias orientais, história, religião, mitologia e etnologia.

Em 1944, tornou-se professor de psicologia médica na Universidade de Basileia, mas a saúde debilitada o forçou a renunciar a esse cargo no ano seguinte. Depois que sua esposa morreu, em 1955, ele foi principalmente um solitário, o “velho sábio de Küsnacht”. Morreu em 6 de junho de 1961, em Zurique, a poucas semanas do seu 86º aniversário. Na época de sua morte, a reputação de Jung era mundial, estendendo-se além da psicologia, para incluir a filosofia, a religião e a cultura popular (Brome, 1978).

## NÍVEIS DA PSIQUE

Jung, assim como Freud, baseou sua teoria da personalidade no pressuposto de que a mente, ou psique, possui um nível consciente e um inconsciente. Diferentemente de Freud, no entanto, Jung afirmava de modo veemente que a porção mais importante do inconsciente origina-se não das experiências pessoais do indivíduo, mas do passado distante da existência humana, um conceito que Jung denominava *inconsciente coletivo*. De menor importância para a teoria junguiana são o *consciente* e o *inconsciente pessoal*.

### Consciente

De acordo com Jung, as imagens **conscientes** são aquelas percebidas pelo ego, enquanto os elementos inconscientes não possuem relação com o ego. A noção de Jung do **ego** é mais restritiva do que a de Freud. Jung entendia o ego como o centro da consciência, mas não o centro da personalidade. O ego não é toda a personalidade, mas precisa ser completado pelo *self* mais abrangente, o centro da personalidade, que é, em grande parte, inconsciente. Em uma pessoa psologicamente saudável, o ego assume uma posição secundária ao *self* inconsciente (Jung, 1951/1959a). Assim, a consciência desempenha um papel relativamente menor na psicologia analítica, e uma ênfase excessiva na expansão da psique consciente pode levar ao desequilíbrio psicológico. Os indivíduos saudáveis estão em contato com seu mundo consciente, porém também se permitem experimentar seu *self* inconsciente e, assim, obtêm a *individuação*, um conceito que discutiremos na seção intitulada Autorrealização.

## Inconsciente pessoal

O **inconsciente pessoal** abrange todas as experiências reprimidas, esquecidas ou subliminarmente percebidas de um indivíduo. Ele contém memórias e impulsos infantis reprimidos, eventos esquecidos e experiências originalmente percebidas abaixo do limiar da consciência. O inconsciente pessoal é formado por experiências individuais e, portanto, é único para cada um. Algumas imagens no inconsciente pessoal podem ser lembradas com facilidade, outras são recordadas com dificuldade e há aquelas que estão além do alcance da consciência. O conceito de Jung do inconsciente pessoal difere pouco da visão de Freud do inconsciente e pré-consciente combinados (Jung, 1931/1960b).

Os conteúdos do inconsciente pessoal são denominados **complexos**. Um complexo é um conglomerado de ideias associadas carregadas de emoção. Por exemplo, as experiências de uma pessoa com a mãe podem ser agrupadas em torno de um centro emocional de forma que a mãe da pessoa, ou mesmo a palavra “mãe”, desencadeie uma resposta emocional que bloqueia o fluxo tranquilo do pensamento. Em nosso exemplo, o complexo materno não provém somente da relação pessoal com a mãe, mas também das experiências da espécie inteira com a mãe. Além disso, o complexo materno é formado, em parte, por uma imagem consciente que a pessoa tem da mãe. Assim, os complexos podem ser parcialmente conscientes e se originar do inconsciente pessoal e coletivo (Jung, 1928/1960).

## Inconsciente coletivo

Em contraste com o inconsciente pessoal, que resulta das experiências individuais, o **inconsciente coletivo** possui raízes no passado ancestral de toda a espécie. Ele representa o conceito mais controverso de Jung e talvez o mais característico. Os conteúdos físicos do inconsciente coletivo são herdados e transmitidos de uma geração para a seguinte como potencial psíquico. As experiências dos ancestrais distantes com conceitos universais como Deus, mãe, água, terra, entre outros, foram transmitidos ao longo das gerações, de modo que as pessoas em todos os climas e tempos foram influenciadas por experiências de seus ancestrais primitivos (Jung, 1937/1959). Portanto, os conteúdos do inconsciente coletivo são mais ou menos os mesmos para as pessoas em todas as culturas (Jung, 1934/1959).

Os conteúdos do inconsciente coletivo não estão adormecidos, mas são ativos e influenciam os pensamentos, as emoções e as ações de uma pessoa. O inconsciente coletivo é responsável pelos mitos, pelas lendas e pelas crenças religiosas. Ele também produz “grandes sonhos”, isto é, sonhos com significados que vão além do sonhador individual e que são cheios de significados para as pessoas de todos os tempos e lugares (Jung, 1948/1960b).

O inconsciente coletivo não se refere a ideias herdadas, mas à tendência inata dos humanos a reagir de uma maneira particular sempre que suas experiências estimulam uma tendência de resposta herdada biologicamente. Por exemplo, uma jovem mãe pode reagir de modo inesperado com amor e ternura a seu bebê recém-nascido, mesmo que antes ela tivesse sentimentos neutros ou negativos em relação ao feto. A tendência a responder faz parte do potencial inato da mulher ou do modelo herdado, porém esse potencial inato requer uma experiência individual antes que ele seja ativado. Os humanos, assim como outros animais, ingressam no mundo com predisposições herdadas a agir ou reagir de determinadas maneiras se suas experiências presentes tiverem contato com essas predisposições biologicamente determinadas. Por exemplo, um homem que se apaixona à primeira vista pode ficar muito surpreso e perplexo com as próprias reações. Sua amada pode não corresponder a seu ideal consciente de uma mulher, embora algo dentro dele o leve a ser atraído por ela. Jung sugeriu que o inconsciente coletivo do homem continha impressões de mulher biologicamente determinadas e que essas impressões foram ativadas quando o homem viu pela primeira vez sua amada.

Quantas predisposições biologicamente determinadas os humanos possuem? Jung afirmou que as pessoas possuem tantas dessas tendências herdadas quantas são as situações típicas que elas têm na vida. Repetições incontáveis dessas situações típicas fizeram com que se tornassem parte da constituição biológica humana. A princípio, elas são *“formas sem conteúdo”*, representando meramente a possibilidade de certo tipo de percepção e ação” (Jung, 1937/1959, p. 48). Com mais repetição, essas formas começam a desenvolver algum conteúdo e emergem como arquétipos relativamente autônomos.

## Arquétipos

**Arquétipos** são imagens antigas ou arcaicas que derivam do inconsciente coletivo. Eles são similares aos complexos, uma vez que são coleções de imagens associadas carregadas de emoção. Mas, enquanto os complexos são componentes individualizados do inconsciente pessoal, os arquétipos são generalizados e derivam dos conteúdos do inconsciente coletivo.

Os arquétipos também devem ser distinguidos dos *instintos*. Jung (1948/1960a) definiu **instinto** como um impulso físico inconsciente direcionado para a ação e considerava o arquétipo como a contrapartida psíquica de um instinto. Ao comparar os arquétipos com os instintos, Jung (1975) escreveu:

Assim como os animais do mesmo tipo apresentam os mesmos fenômenos instintivos no mundo inteiro, o homem também apresenta as mesmas formas arquetípicas, independentemente de onde vive. Assim como os

animais não têm necessidade de aprender suas atividades instintivas, também o homem possui seus padrões físicos primordiais e os repete de modo espontâneo, seja qual for o tipo de instrução. Considerando que o homem é consciente e capaz de introspecção, é bem possível que ele possa perceber seus padrões instintivos na forma de representações arquetípicas. (p. 152)

Em resumo, tanto os arquétipos quanto os instintos são determinados de modo inconsciente, e ambos podem ajudar a moldar a personalidade.

Os arquétipos têm uma base biológica, mas se originam por meio das experiências repetidas dos primeiros ancestrais humanos. O potencial para incontáveis números de arquétipos existe dentro de cada pessoa, e, quando uma experiência pessoal corresponde à imagem primordial latente, o arquétipo é ativado.

O arquétipo em si não pode ser representado diretamente, mas, quando ativado, ele se expressa de vários modos, em especial por meio de sonhos, fantasias e ilusões. Durante seu encontro na meia-idade com seu inconsciente, Jung teve muitos sonhos e fantasias arquetípicos. Com frequência, iniciava as fantasias imaginando que estava descendo em um profundo abismo cósmico. Ele conseguia entender muito pouco suas visões e seus sonhos naquela época, mas, *a posteriori*, quando começou a compreender que as imagens oníricas e as figuras das fantasias eram, na verdade, arquétipos, essas experiências assumiram um significado completamente novo (Jung, 1961).

Os sonhos são a principal fonte de material arquetípico, e certos sonhos oferecem o que Jung considerava a prova da existência do arquétipo. Tais sonhos produzem temas que poderiam não ser conhecidos do sonhador pela experiência pessoal. Os temas, muitas vezes, coincidem com aqueles conhecidos dos povos antigos ou dos nativos de tribos aborígenes contemporâneas.

Jung acreditava que as alucinações dos pacientes psicóticos também ofereciam evidências de arquétipos universais (Bair, 2003). Enquanto trabalhava como psiquiatra assistente em Burghölzli, Jung observou um paciente esquizofrênico paranoide olhando o sol através da janela. O paciente implorou ao jovem psiquiatra para que também observasse.

Ele disse que eu devia olhar para o sol com os olhos entabertos e, então, conseguiria ver o falo do sol. Se eu movesse minha cabeça de um lado para o outro, o falo do sol se moveria também, aquela era a origem do vento. (Jung, 1931/1960b, p. 150)

Quatro anos depois, Jung deparou com um livro do filólogo alemão Albrecht Dieterich que tinha sido publicado em 1903, vários anos depois que o paciente foi internado. O livro, escrito em grego, tratava de uma liturgia derivada do chamado papiro mágico de Paris, o qual descrevia um antigo rito dos adoradores de Mithras, o deus persa da

luz. Nessa liturgia, o iniciado devia olhar para o sol até que conseguisse ver um tubo pendendo dele. O tubo, balançando de leste para oeste, era a origem do vento. O relato de Dieterich do falo do sol do culto mitraico era praticamente idêntico à alucinação do paciente psiquiátrico que, certamente, não tinha conhecimento pessoal do antigo rito de iniciação. Jung (1931/1960b) apresentou muitos exemplos parecidos como prova da existência de arquétipos e do inconsciente coletivo.

Conforme observado no Capítulo 2, Freud também acreditava que as pessoas herdavam coletivamente predisposições para a ação. Seu conceito de *dotação filogenética*, no entanto, difere um pouco da formulação de Jung. Uma diferença foi que Freud olhava primeiro para o inconsciente pessoal e recorria à dotação filogenética somente quando as explicações individuais falhavam – como ele, por vezes, fez quando explicou o complexo de Édipo (Freud, 1933/1964). Em contraste, Jung colocava ênfase no inconsciente coletivo e empregava as experiências pessoais para completar a personalidade total.

A principal distinção entre os dois, porém, foi a diferenciação que Jung fez do inconsciente coletivo em forças autônomas, chamadas de *arquétipos*, cada uma com uma vida e uma personalidade própria. Ainda que exista um grande número de arquétipos como imagens vagas, apenas alguns se desenvolveram até o ponto em que puderam ser conceitualizados. Os mais notáveis deles incluem a *persona*, a sombra, a *anima*, o *animus*, a grande mãe, o sábio, o herói e o *self*.

### **Persona**

O lado da personalidade que as pessoas apresentam ao mundo é designado como *persona*. O termo é bem escolhido porque se refere à máscara usada pelos atores no teatro antigo. O conceito de Jung de *persona* pode ter se originado de experiências com sua personalidade nº 1, a qual teve que fazer acomodações ao mundo externo. Para Jung, cada indivíduo deve projetar um papel particular, o que a sociedade dita como a postura mais adequada para determinados contextos sociais. Espera-se que um médico adote uma “atitude à beira do leito” característica, que um político mostre para a sociedade um rosto que consiga conquistar a confiança e os votos do povo, que um ator exiba o estilo de vida demandado pelo público (Jung, 1950/1959).

Mesmo que a *persona* seja um aspecto necessário de nossa personalidade, não devemos confundir nossa face pública com nosso *self* completo. Se nos identificamos muito proximamente com nossa *persona*, permanecemos inconscientes de nossa individualidade e ficamos bloqueados para alcançar a *autorrealização*. É verdade que precisamos reconhecer a sociedade, mas, se nos identificamos demasiado com nossa *persona*, perdemos contato com nosso *self* interior e permanecemos dependentes das expectati-

vas que a sociedade tem de nós. Para nos tornarmos saudáveis no âmbito psicológico, acreditava Jung, precisamos estabelecer um equilíbrio entre as demandas da sociedade e o que, de fato, somos. Esquecer a própria *persona* é subestimar a importância da sociedade, mas não estar consciente de nossa individualidade profunda é se tornar uma marionete da sociedade (Jung, 1950/1959).

Durante o quase rompimento de Jung com a realidade, de 1913 a 1917, ele lutou de forma árdua para permanecer em contato com sua *persona*. Ele sabia que precisava manter uma vida normal, e seu trabalho e sua família proporcionavam esse contato. Ele era forçado, muitas vezes, a dizer a si mesmo: "Tenho um diploma médico de uma universidade suíça, preciso ajudar meus pacientes, tenho uma esposa e cinco filhos, moro na rua Seestrasse, 228, em Küsnacht" (Jung, 1961, p. 189). Esse diálogo interno mantinha os pés de Jung presos ao chão e o reasssegurava de que a realidade existia.

### Sombra

A **sombra**, o arquétipo da escuridão e da repressão, representa aquelas qualidades que não desejamos reconhecer e tentamos esconder de nós mesmos e dos outros. A sombra consiste em tendências moralmente censuráveis, além de inúmeras qualidades construtivas e criativas que, no entanto, somos relutantes em enfrentar (Jung, 1951/1959a).

Jung argumentava que, para sermos completos, precisamos nos esforçar de modo contínuo para conhecer nossa sombra e que essa busca é o nosso *primeiro teste de coragem*. É mais fácil projetar o lado negro de nossa personalidade nos outros, para ver neles a feiura e o mal que recusamos ver em nós mesmos. Lidar com a escuridão dentro de nós mesmos é alcançar a "conscientização da sombra". Infelizmente, a maioria de nós nunca se conscientiza da sombra e se identifica somente com o lado positivo de nossa personalidade. As pessoas que nunca se conscientizam de sua sombra podem, no entanto, ficar submetidas a seu poder e levar vidas trágicas, constantemente deparando com a "má sorte" e colhendo para si os frutos da derrota e do desencorajamento (Jung, 1954/1959a).

Em *Memórias, sonhos e reflexões*, Jung (1961) relatou um sonho que ocorreu na época de seu rompimento com Freud. Nesse sonho, sua sombra, um selvagem de pele escura, matava o herói, um homem chamado Siegfried, que representava o povo alemão. Jung interpretou que o sonho significava que ele não precisava mais de Sig Freud (Siegfried); assim, sua sombra realizou a tarefa construtiva de erradicar seu antigo herói.

### Anima

Assim como Freud, Jung acreditava que todos os humanos são psologicamente bissexuais e possuem um lado masculino e um lado feminino. O lado feminino dos homens

se origina no inconsciente coletivo como um arquétipo e permanece muito resistente à consciência. Poucos homens tomam conhecimento de sua *anima*, porque essa tarefa requer grande coragem e é ainda mais difícil do que tomar conhecimento de sua sombra. Para dominar as projeções da *anima*, os homens precisam superar barreiras intelectuais, analisar os recônditos distantes de seu inconsciente e perceber o lado feminino de sua personalidade.

Conforme relatamos na vinheta de abertura deste capítulo, Jung encontrou sua *anima* pela primeira vez durante a jornada por sua psique inconsciente logo depois de seu rompimento com Freud. O processo de tomar conhecimento de sua *anima* foi o *segundo teste de coragem* de Jung. Como todos os homens, Jung só pôde reconhecer sua *anima* depois que aprendeu a se sentir confortável com sua sombra (Jung, 1954/1959a, 1954/1959b).

Em *Memórias, sonhos e reflexões*, descreveu vividamente essa experiência. Intrigado com sua "mulher interna", Jung (1961) concluiu que:

Ela deve ser a "alma", no sentido primitivo, e comecei a especular sobre as razões por que o nome "*anima*" era dado à alma. Por que se pensava nela como feminina? Posteriormente, percebi que essa figura feminina interior desempenha um papel típico, ou arquetípico, no inconsciente de um homem, e a denominei "*anima*". A figura correspondente no inconsciente da mulher denominei "*animus*". (p. 186)

Jung acreditava que a *anima* se originava das experiências precoces dos homens com as mulheres – mães, irmãs e amantes – que se combinavam para formar uma imagem generalizada de mulher. Com o tempo, esse conceito global foi incluído no inconsciente coletivo de todos os homens como o arquétipo *anima*. Desde os tempos pré-históricos, cada homem veio ao mundo com um conceito predeterminado de mulher que modela e molda todas as suas relações com as mulheres. Um homem é especialmente inclinado a projetar sua *anima* em sua esposa ou amante e a vê-la não como ela realmente é, mas como seu inconsciente pessoal e coletivo a determinou. Essa *anima* pode ser a fonte de muito mal-entendido nas relações homem-mulher, mas também pode ser responsável pela mulher sedutora mística que existe na psique dos homens (Hayman, 2001; Hillman, 1985).

Um homem pode sonhar com uma mulher sem uma imagem definida e sem identidade particular. A mulher não representa alguém de sua experiência pessoal, mas entra em seu sonho proveniente das profundezas de seu inconsciente coletivo. A *anima* não precisa aparecer nos sonhos como uma mulher, mas pode ser representada por um sentimento ou humor (Jung, 1945/1953). Assim, ela influencia o lado do sentimento no homem e é a explicação para certos humores e sentimentos irracionais. Durante esses humores, um homem quase nunca admite que seu lado

feminino esteja lançando seu feitiço; em vez disso, ou ignora a irracionalidade dos sentimentos ou tenta explicá-los de uma maneira masculina muito racional. Em qualquer um dos casos, ele nega que um arquétipo autônomo, a *anima*, seja responsável por esse humor.

As qualidades enganosas da *anima* foram elucidadas por Jung (1961) em sua descrição da “mulher interior” que falou com ele durante sua jornada até o inconsciente e enquanto ele estava ponderando se seu trabalho era ciência.

O que a *anima* disse me pareceu repleto de uma astúcia profunda. Se eu estivesse considerando essas fantasias do inconsciente como arte, elas não teriam transmitido mais convicção do que percepções visuais, como se eu estivesse assistindo a um filme. Eu não teria sentido nenhuma obrigação moral em relação a elas. A *anima* poderia, então, facilmente ter-me feito acreditar que eu era um artista incompreendido e que a minha assim chamada natureza artística me dava o direito de esquecer a realidade. Se eu tivesse seguido sua voz, ela muito provavelmente teria me dito um dia: “Você imagina que o absurdo em que você está engajado é realmente arte? Nem um pouco”. Assim, as insinuações da *anima*, a porta-voz do inconsciente, podem destruir completamente um homem. (p. 187)

### ***Animus***

O arquétipo masculino nas mulheres é chamado de *animus*. Enquanto a *anima* representa os humores e os sentimentos iracionais, o *animus* é simbólico do pensamento e do raciocínio. Ele é capaz de influenciar o pensamento de uma mulher, embora, na verdade, não pertença a ela. Ele pertence ao inconsciente coletivo e se origina dos encontros das mulheres pré-históricas com os homens. Em todo relacionamento homem-mulher, a mulher corre o risco de projetar as experiências de seus ancestrais distantes com pais, irmãos, amantes e filhos no homem desavisado. Além disso, é claro, suas experiências pessoais com os homens, sepultadas em seu inconsciente pessoal, entram em suas relações com os homens. Juntando essas experiências com projeções da *anima* do homem e com imagens de seu inconsciente pessoal, teremos os ingredientes básicos de qualquer relacionamento homem-mulher.

Jung acreditava que o *animus* é responsável pelo pensamento e pela opinião nas mulheres, assim como a *anima* produz sentimentos e humores nos homens. O *animus* também é a explicação para o pensamento irracional e as opiniões ilógicas com frequência atribuídas às mulheres. Muitas opiniões mantidas pelas mulheres são objetivamente válidas, porém, de acordo com Jung, a análise detalhada revela que essas opiniões não foram pensadas, mas já existiam prontas. Se uma mulher é dominada por seu *animus*, nenhum apelo lógico ou emocional pode abalá-la de suas crenças pré-fabricadas (Jung, 1951/1959a). Assim

como a *anima*, o *animus* aparece em sonhos, visões e fantasias sob uma forma personificada.

### ***Grande mãe***

Dois outros arquétipos, a grande mãe e o velho sábio, são derivativos da *anima* e do *animus*. Todos, homens ou mulheres, possuem um arquétipo da **grande mãe**. Esse conceito preexistente de mãe está sempre associado a sentimentos positivos e negativos. Jung (1954/1959c), por exemplo, falou da “mãe amorosa e terrível” (p. 82). A grande mãe, portanto, representa duas forças opostas – fertilidade e nutrição, por um lado, e força e destruição, por outro. Ela é capaz de produzir e manter a vida (fertilidade e nutrição), mas também pode devorar ou negligenciar sua prole (destruição). Lembre-se de que Jung viu sua própria mãe como tendo duas personalidades: uma amorosa e alimentadora; e outra misteriosa, arcaica e implacável.

Jung (1954/1959c) acreditava que nossa visão de uma mãe amorosa e terrível é, em grande parte, superestimada. “Todas aquelas influências que a literatura descreve como exercidas sobre as crianças não provêm propriamente da mãe, mas do arquétipo projetado nela, o que lhe dá um *background* mitológico” (p. 83). Em outras palavras, a forte fascinação que a mãe tem para homens e mulheres, muitas vezes na ausência de uma relação pessoal íntima, foi tomada por Jung como evidência do arquétipo da grande mãe.

A dimensão da fertilidade e da nutrição do arquétipo da grande mãe é simbolizada por uma árvore, um jardim, um campo arado, o mar, o paraíso, uma casa, um país, uma igreja e objetos ocos, como fornos e utensílios de cozinha. Como a grande mãe também representa força e destruição, ela é, por vezes, simbolizada como uma madrinha, a Mãe de Deus, a Mãe Natureza, a Mãe Terra, uma madrasta ou uma bruxa. Um exemplo das forças opostas de fertilidade e destruição é o conto de fadas *Cinderela*, cuja fada madrinha é capaz de criar para ela um mundo de cavalos, carruagens, bailes à fantasia e um príncipe encantado. Entretanto, a madrinha poderosa também pode destruir aquele mundo com as badaladas da meia-noite. Lendas, mitos, crenças religiosas, arte e obras literárias estão repletos de outros símbolos da grande mãe, uma pessoa que é tanto alimentadora quanto destruidora.

Fertilidade e força se combinam para formar o conceito de *renascimento*, o qual pode ser um arquétipo separado, porém sua relação com a grande mãe é óbvia. O renascimento é representado por processos como a reencarnação, o batismo, a ressurreição e a individuação ou a autorrealização. As pessoas por todo o mundo são movidas por um desejo de renascer, ou seja, de atingir a autorrealização, o nirvana, o paraíso ou a perfeição (Jung, 1952/1956, 1954/1959c).

### **Velho sábio**

O **velho sábio**, arquétipo da sabedoria e do significado, simboliza o conhecimento preexistente dos humanos em relação aos mistérios da vida. Esse significado arquetípico, no entanto, é inconsciente e não pode ser diretamente experimentado por um único indivíduo. Políticos e outros que falam de modo autoritário – mas não de modo autêntico – com frequência soam sensíveis e sábios para outros que estão dispostos a ser enganados por seus próprios arquétipos do velho sábio. Da mesma maneira, o mago no *Mágico de Oz* de L. Frank Baum era um orador impressionante e cativante, cujas palavras, no entanto, soavam falsas. Um homem ou uma mulher dominada pelo arquétipo do velho sábio pode reunir um grande séquito de discípulos usando um discurso que soe profundo, mas que, na realidade, faz pouco sentido, porque o inconsciente coletivo não pode transmitir diretamente sua sabedoria para um indivíduo. Profetas políticos, religiosos e sociais que apelam para a razão e também para a emoção (os arquétipos são sempre matizados emocionalmente) são guiados por esse arquétipo inconsciente. O perigo para a sociedade surge quando as pessoas são influenciadas pelo pseudocognhecimento de um profeta poderoso e confundem um disparate com uma verdadeira sabedoria. Lembre-se de que Jung via as pregações do próprio pai (um pastor) como pontificações vazias, não apoiadas por alguma convicção religiosa forte.

O arquétipo do velho sábio é personificado nos sonhos como pai, avô, professor, filósofo, guru, médico ou padre. Ele aparece nos contos de fada como o rei, o sábio ou o mágico que vem em auxílio do protagonista em dificuldade e, por meio da sabedoria superior, ajuda o protagonista a escapar de uma miríade de desventuras. O velho sábio também é simbolizado pela própria vida. A literatura está repleta de histórias de jovens deixando sua casa, aventurando-se no mundo, experimentando as provações e os sofrimentos da vida e, no final, adquirindo uma dose de sabedoria (Jung, 1954/1959a).

### **Herói**

O arquétipo do **herói** é representado na mitologia e nas lendas como uma pessoa poderosa, às vezes semideus, que luta contra grandes adversidades para conquistar ou derrotar o mal na forma de dragões, monstros, serpentes ou demônios. No final, entretanto, o herói costuma ser anulado por alguma pessoa ou evento aparentemente insignificante (Jung, 1951/1959b). Por exemplo, Aquiles, o corajoso herói da guerra de Troia, foi morto por uma flecha em seu único ponto vulnerável: o calcanhar. Igualmente, Macbeth foi uma figura heroica com uma única falha trágica: a ambição. Essa ambição também foi a fonte de sua grandeza, mas contribuiu para seu destino e sua derrocada. Os feitos heróicos podem ser realizados somente por alguém que é vul-

nerável, como Aquiles ou o personagem dos quadrinhos, Super-homem, cuja única fraqueza era o elemento químico criptonita. Uma pessoa imortal sem fraqueza não pode ser um herói.

A imagem do herói toca em um arquétipo dentro de nós, conforme demonstrado por nossa fascinação pelos heróis dos filmes, dos romances, das peças e dos programas de televisão. Quando o herói derrota o vilão, ele nos liberta de sentimentos de impotência e miséria, ao mesmo tempo servindo como modelo para a personalidade ideal (Jung, 1934/1954a).

A origem do tema do herói remonta ao início da história humana: o alvorecer da consciência. Ao derrotar o vilão, o herói está simbolicamente dominando as trevas da inconsciência pré-humana. A conquista da consciência foi uma das maiores realizações de nossos ancestrais, e a imagem do herói conquistador arquetípico representa a vitória sobre as forças das trevas (Jung, 1951/1959b).

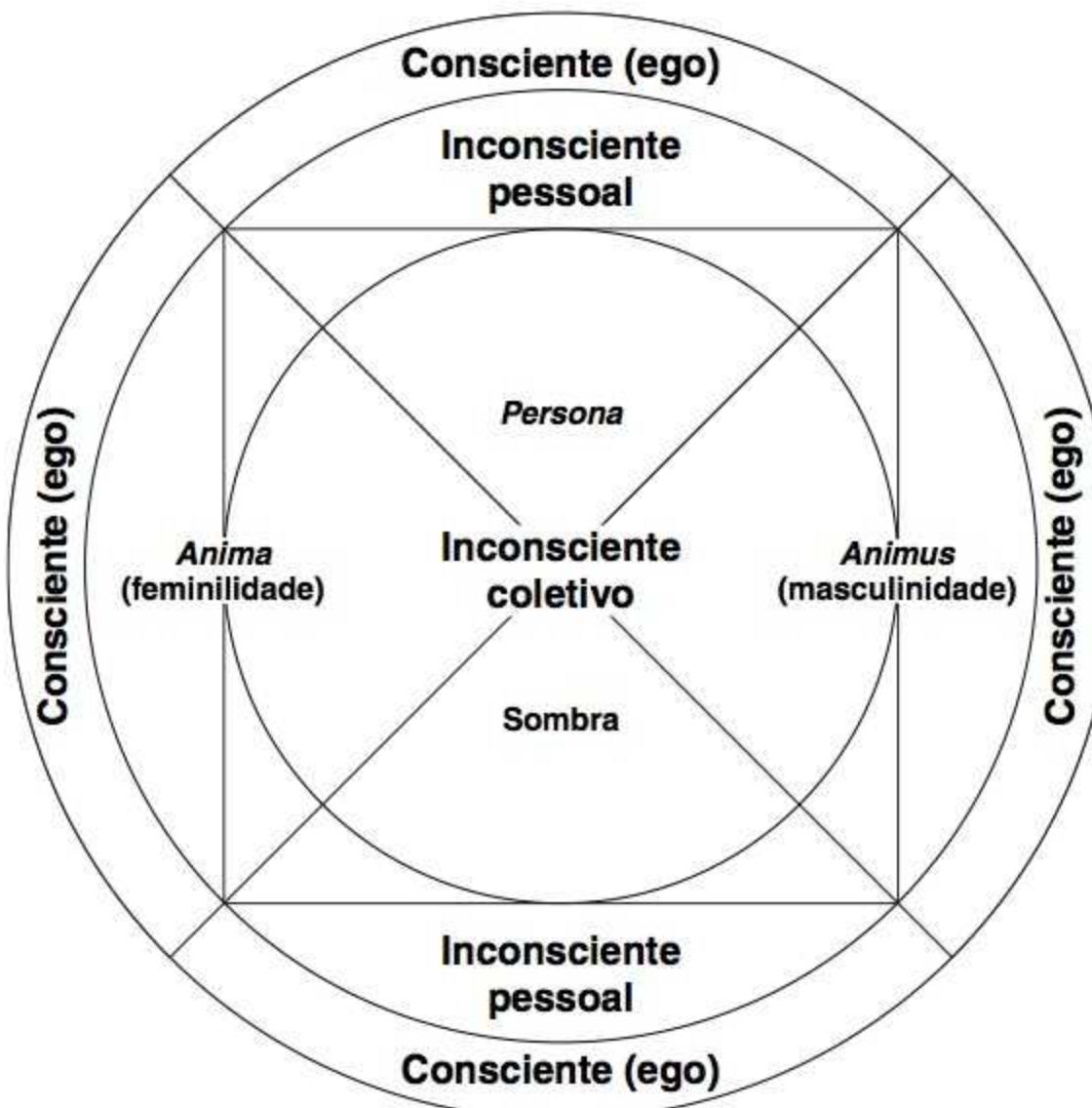
### **Self**

Jung acreditava que cada pessoa possui uma tendência herdada para avançar em direção ao crescimento, à perfeição e à completude, e ele denominou essa disposição inata de **self**. O mais abrangente de todos os arquétipos, o **self** é o arquétipo dos arquétipos, porque reúne os outros arquétipos e os une no processo de **autorrealização**. Assim como os demais arquétipos, ele possui componentes conscientes e inconscientes pessoais, porém é formado com mais frequência por imagens inconscientes coletivas.

Como arquétipo, o **self** é simbolizado pelas ideias de perfeição, completude e plenitude de uma pessoa, mas seu símbolo final é a **mandala**, a qual é descrita como um círculo dentro de um quadrado, um quadrado dentro de um círculo ou qualquer outra figura concêntrica. Ela representa os esforços do inconsciente coletivo pela unidade, pelo equilíbrio e pela plenitude.

O **self** inclui imagens do inconsciente pessoal e coletivo e, portanto, não deve ser confundido com o **ego**, que representa apenas a consciência. Na Figura 4.1, a consciência (**ego**) é representada pelo círculo externo e é apenas uma pequena parte da personalidade total; o inconsciente pessoal é representado pelo semicírculo; o inconsciente coletivo, pelo círculo interno; e a totalidade dos três círculos simboliza o **self**. Apenas quatro arquétipos – *persona*, sombra, *animus* e *anima* – foram desenhados nessa mandala, e cada um foi idealmente representado com o mesmo tamanho. Para a maioria das pessoas, a *persona* é mais consciente do que a sombra, e a sombra pode ser mais acessível à consciência do que a *anima* e o *animus*. Conforme apresentado na Figura 4.1, cada arquétipo é em parte consciente, em parte inconsciente pessoal e em parte inconsciente coletivo.

O equilíbrio mostrado na Figura 4.1 entre consciência e o **self** total também é um tanto idealista. Muitas pessoas



**FIGURA 4.1** Concepção de Jung sobre a personalidade.

têm excesso de consciência e, assim, carecem da “centelha da alma” da personalidade; ou seja, elas não conseguem perceber a riqueza e a vitalidade de seu inconsciente pessoal e especialmente de seu inconsciente coletivo. Todavia, as pessoas que são dominadas por seu inconsciente tendem a ser patológicas, com personalidades unilaterais (Jung, 1951/1959a).

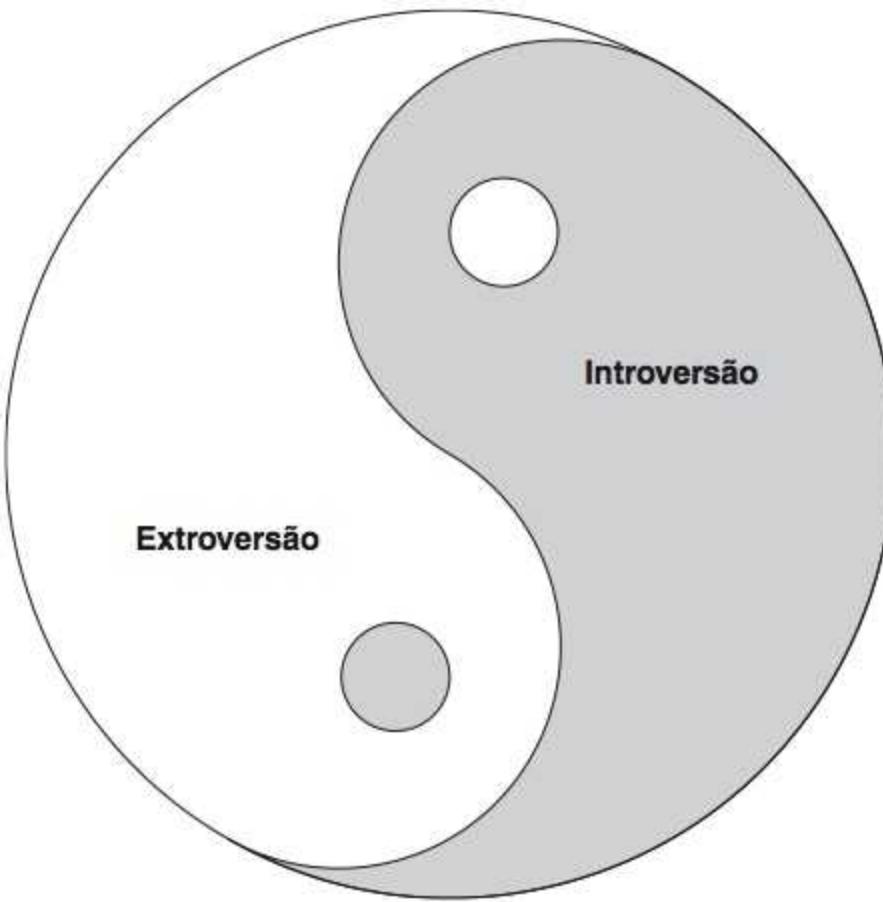
Ainda que o *self* quase nunca seja perfeitamente equilibrado, cada pessoa tem no inconsciente coletivo um conceito do *self* perfeito, unificado. A mandala representa o *self* perfeito, o arquétipo da ordem, da unidade e da totalidade. Como a autorrealização envolve integridade e totalidade, ela é representada pelo mesmo símbolo de perfeição (a mandala) que, por vezes, significa divindade. No inconsciente coletivo, o *self* aparece como uma personalidade ideal, às vezes assumindo a forma de Jesus Cristo, Buda, Krishna ou outras figuras deificadas.

Jung encontrou evidências para o arquétipo do *self* nos símbolos da mandala que aparecem em sonhos e fantasias de pessoas contemporâneas que nunca tiveram conhecimento de seu significado. Historicamente, as pessoas produziram incontáveis mandalas, sem parecer que tenham compreendido seu significado integral. Segundo Jung (1951/1959a), os pacientes psicóticos experimentam um número crescente de temas da mandala em seus sonhos no momento exato em que eles estão passando por um período grave de transtorno psíquico e essa experiência

é mais uma prova de que as pessoas lutam pela ordem e pelo equilíbrio. É como se o símbolo inconsciente da ordem contrabalançasse a manifestação do transtorno.

Em resumo, o *self* inclui a mente consciente e inconsciente e une os elementos opostos da psique – masculino e feminino, bem e mal, luz e trevas. Tais elementos opostos, muitas vezes, são representados por *yang* e *yin* (ver Fig. 4.2), enquanto o *self*, em geral, é simbolizado pela mandala. Este último tema representa unidade, totalidade e ordem, ou seja, *autorrealização*. A autorrealização completa é raramente atingida, mas, como um ideal, ela existe dentro do inconsciente coletivo de todos. Para atualizar ou experimentar integralmente o *self*, as pessoas precisam superar seu medo do inconsciente; impedir que sua *persona* domine sua personalidade; reconhecer o lado escuro de si mesmas (sua sombra); e, então, reunir coragem ainda maior para enfrentar sua *anima* ou *animus*.

Em uma ocasião durante sua crise da meia-idade, Jung teve uma visão na qual se defrontou com um homem velho de barba que estava vivendo com uma bela jovem cega e uma grande cobra negra. O velho explicou que ele era Elias e que a jovem era Salomé, ambos figuras bíblicas. Elias tinha uma inteligência aguçada, embora Jung não o tenha entendido com clareza. Salomé despertou em Jung um sentimento de desconfiança, enquanto a serpente demonstrou uma afeição notável por Jung. Na época em que teve essa visão, Jung não conseguiu compreender seu



**FIGURA 4.2** O yang e o yin.

significado, porém, muitos anos depois, acabou vendo as três figuras como arquétipos. Elias representava o velho sábio, aparentemente inteligente, mas não fazendo muito sentido; a Salomé cega era uma figura da *anima*, linda e sedutora, mas incapaz de ver o significado das coisas; e a cobra era a contrapartida do herói, demonstrando uma afinidade por Jung, o herói da visão. Jung (1961) acreditava que ele tinha de identificar essas imagens inconscientes para que pudesse manter sua própria identidade e não se perder para as forças poderosas do inconsciente coletivo. Posteriormente, escreveu:

A coisa essencial é se diferenciar desses conteúdos inconscientes, personificando-os e, ao mesmo tempo, trazê-los para a relação com a consciência. Essa é a técnica para reduzir ou anular sua força. Não é muito difícil personificá-los, já que eles sempre possuem um grau de autonomia, uma identidade própria. Sua autonomia é algo muito desconfortável com que se reconciliar e, no entanto, o próprio fato de que o inconsciente se apresenta dessa forma nos dá os melhores meios de lidar com ela. (p. 187)

## DINÂMICA DA PERSONALIDADE

Nesta seção, examinamos as ideias de Jung sobre *causalidade* e *teleologia*, bem como sobre a *progressão* e *regressão*.

### Causalidade e teleologia

A motivação se origina de causas passadas ou de objetivos teleológicos? Jung insistia que ela provém de ambos. *Causalidade* significa que os eventos presentes têm origem em experiências prévias. Freud baseava-se fortemente em um

ponto de vista causal em suas explicações do comportamento adulto em termos das experiências infantis precoces (ver Cap. 2). Jung criticava Freud por ser parcial em sua ênfase sobre a causalidade e insistia que uma visão causal não poderia explicar toda a motivação. Em contrapartida, *teleologia* significa que os eventos atuais são motivados por objetivos e aspirações para o futuro que direcionam o destino de uma pessoa. Adler mantinha essa posição, insistindo em que as pessoas são motivadas por percepções conscientes e inconsciente de objetivos finais fictícios (ver Cap. 3). Jung era menos crítico de Adler do que de Freud, mas defendia que o comportamento humano é moldado por *ambas*, tanto as forças causais quanto as teleológicas, e que as explicações causais devem ser equilibradas com as teleológicas.

A insistência de Jung sobre o equilíbrio é vista em sua concepção dos sonhos. Ele concordava com Freud no sentido de que muitos sonhos se originam de eventos passados, ou seja, eles são causados por experiências precoces. Todavia, Jung alegava que alguns sonhos podiam ajudar a pessoa a tomar decisões sobre o futuro, assim como os sonhos de fazer importantes descobertas em ciências naturais acabaram levando-o à sua própria escolha da carreira.

### Progressão e regressão

Para atingir a autorrealização, as pessoas precisam adaptar-se não apenas a seu ambiente externo, mas também a seu mundo interno. A adaptação ao mundo externo envolve o avanço do fluxo da energia psíquica e é chamada de **progressão**, enquanto a adaptação ao mundo interno se baseia em um fluxo retroativo da energia psíquica e é chamada de **regressão**. Tanto a progressão quanto a regressão são essenciais se as pessoas querem atingir o crescimento individual ou a autorrealização.

A progressão inclina uma pessoa a reagir de modo coerente a determinado conjunto de condições ambientais, enquanto a regressão é um retrocesso necessário para o sucesso na obtenção de um objetivo. A regressão ativa a psique inconsciente, um auxílio essencial na solução da maioria dos problemas. Isoladamente, nem a progressão nem a regressão levam ao desenvolvimento. Cada uma pode ocasionar parcialidade excessiva e falha na adaptação; porém, as duas, trabalhando em conjunto, podem ativar o processo de desenvolvimento saudável da personalidade (Jung, 1928/1960).

A regressão é exemplificada na crise de meia-idade de Jung, durante a qual sua vida psíquica voltou-se internamente para o inconsciente e afastou-se de qualquer realização externa significativa. Ele gastou a maior parte de sua energia conhecendo sua psique inconsciente e fez muito pouco no que se refere à escrita ou às conferências. A regressão dominou sua vida, enquanto a progressão quase cessou. Na sequência, ele emergiu desse

período com maior equilíbrio da psique e, mais uma vez, interessou-se pelo mundo extrovertido. Entretanto, suas experiências regressivas com o mundo introvertido mudaram de forma permanente e profunda. Jung (1961) acreditava que o passo regressivo é necessário para criar uma personalidade equilibrada e para crescer em direção à autorrealização.

## TIPOS PSICOLÓGICOS

Além dos níveis da psique e da dinâmica da personalidade, Jung reconheceu vários tipos psicológicos que se desenvolvem a partir de uma união de duas *atitudes* básicas – introversão e extroversão – e quatro *funções* separadas – pensamento, sentimento, sensação e intuição.

### Atitudes

Jung (1921/1971) definiu a **atitude** como uma predisposição a agir ou reagir em determinada direção. Ele insistia que cada pessoa possuía uma atitude introvertida e extrovertida, embora uma possa ser consciente, enquanto a outra é inconsciente. Assim como outras forças opostas em psicologia analítica, a introversão e a extroversão servem uma à outra em uma relação compensatória e podem ser ilustradas pelo tema do *yang* e do *yin* (ver a Fig. 4.2).

### Introversão

De acordo com Jung, **introversão** é quando a energia psíquica se volta para o interior com uma orientação em direção ao subjetivo. Os introvertidos estão afinados com seu mundo interno, com todas as suas inclinações, fantasias, sonhos e percepções individualizadas. Essas pessoas percebem o mundo interno, é claro, mas fazem isso de maneira seletiva e com sua própria visão subjetiva (Jung, 1921/1971).

A história da vida de Jung apresenta dois episódios em que a introversão foi claramente a atitude dominante. O primeiro ocorreu o durante o início da adolescência, quando ele tomou conhecimento de uma personalidade nº 2, que ia além do conhecimento de sua personalidade extrovertida. O segundo episódio ocorreu durante a confrontação, na meia-idade, com seu inconsciente, quando ele manteve conversas com sua *anima*, teve sonhos bizarros e induziu estranhas visões que eram a “essência da psicose” (Jung, 1961, p. 188). Durante sua crise de meia-idade quase completamente introvertida, suas fantasias eram individualizadas e subjetivas. Outras pessoas, incluindo até mesmo sua esposa, não conseguiam compreender com precisão o que ele estava experimentando. Somente Toni Wolff parecia capaz de ajudá-lo a emergir de sua confrontação com o inconsciente. Durante essa confrontação introvertida, Jung suspendeu ou interrompeu boa parte de

sua atitude extrovertida ou objetiva. Ele parou de tratar seus pacientes, abdicou de sua posição como palestrante na Universidade de Zürich, cessou sua escrita teórica e, por três anos, percebeu-se “totalmente incapaz de ler um livro científico” (p. 193). Ele estava no processo de descoberta do polo introvertido de sua existência.

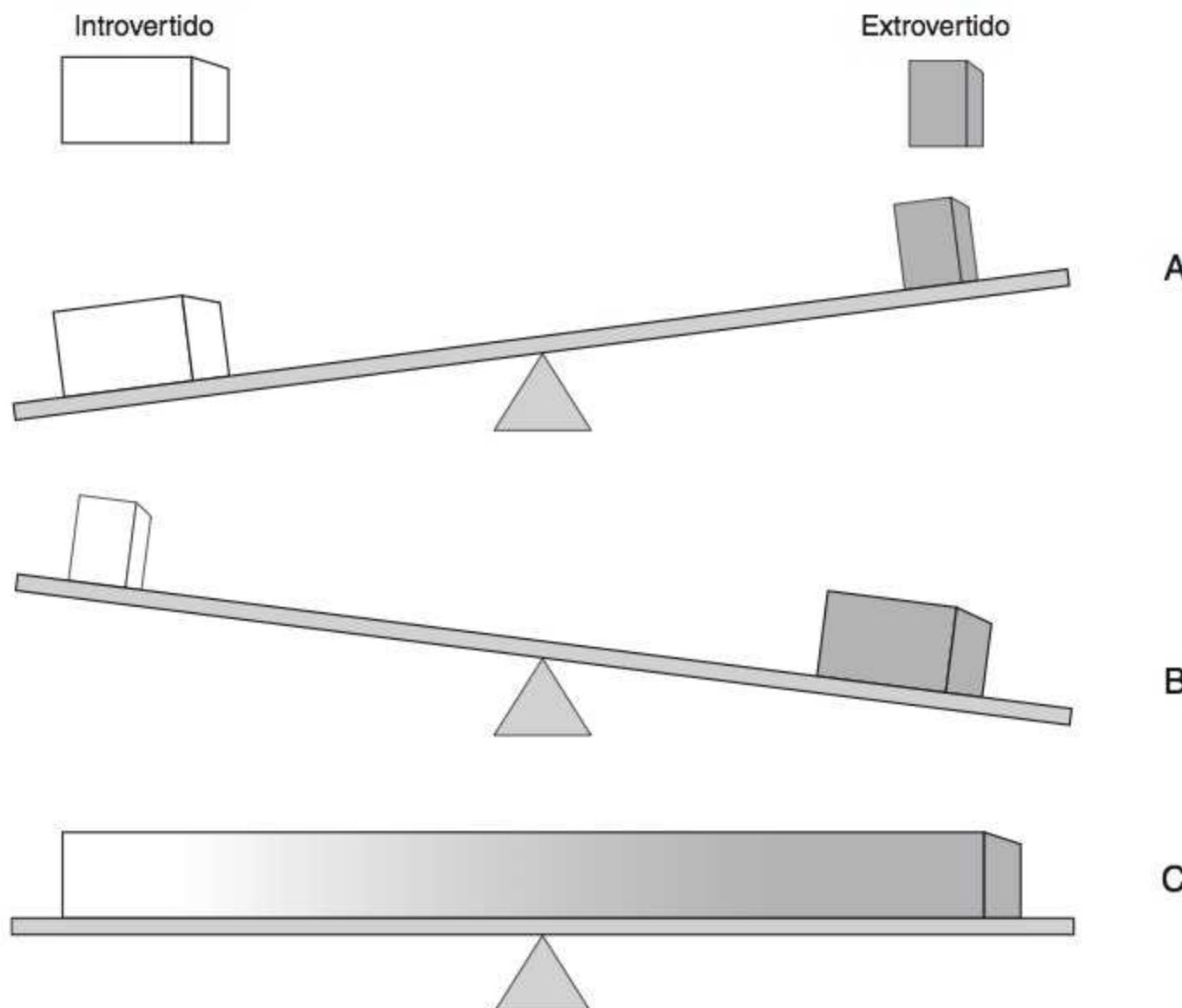
Entretanto, a viagem de descoberta de Jung não foi totalmente introvertida. Ele sabia que, a menos que mantivesse algum domínio de seu mundo extrovertido, teria o risco de ficar absolutamente possuído por seu mundo interno. Com medo de que pudesse tornar-se psicótico, ele se forçou para continuar uma vida o mais normal possível com sua família e sua profissão. Por meio desta técnica, Jung emergia de sua jornada interna e estabelecia um equilíbrio entre introversão e extroversão.

### Extroversão

Em contraste com a introversão, a **extroversão** é a atitude na qual a energia psíquica se volta para o exterior, de modo que a pessoa é orientada em direção ao objetivo e se afasta do subjetivo. Os extrovertidos são mais influenciados pelo entorno do que por seu mundo interno. Eles tendem a focar a atitude objetiva, enquanto suprimem a subjetiva. Assim como a personalidade nº 1 da infância de Jung, os extrovertidos são pragmáticos e bem-enraizados nas realidades da vida diária. Ao mesmo tempo, são excessivamente desconfiados da atitude subjetiva, seja a própria atitude, seja a de outra pessoa.

Em resumo, as pessoas não são completamente introvertidas, nem completamente extrovertidas. As pessoas introvertidas são como uma gangorra desequilibrada, com um grande peso de um lado e um peso muito leve do outro (ver Fig. 4.3A). Em contrapartida, as extrovertidas são desequilibradas na outra direção, com uma atitude extrovertida pesada e uma introversa muito leve (ver Fig. 4.3B). No entanto, as psicologicamente saudáveis atingem um equilíbrio entre as duas atitudes, sentindo-se confortáveis tanto com seu mundo interno quanto com o externo (ver Fig. 4.3C).

No Capítulo 3, afirmamos que Adler desenvolveu uma teoria da personalidade que era o oposto da de Freud. Onde Jung colocou essas duas teorias no polo da extroversão/introversão? Jung (1921/1971) declarou que: “A visão de Freud é essencialmente extrovertida, a de Adler é introversa” (p. 62). Nossos esboços biográficos de Freud e Adler revelaram que o oposto parece ser verdadeiro: Freud era pessoalmente um tanto introvertido, em sintonia com seus sonhos e sua vida de fantasia, enquanto Adler era pessoalmente extrovertido, sentindo-se mais confortável em situações de grupo, cantando canções e tocando piano nas cafeterias de Viena. No entanto, Jung sustentava que a *teoria* de Freud era extrovertida, porque ele reduzia as experiências ao mundo externo do sexo e da agressão. Além dis-



**FIGURA 4.3** O equilíbrio entre introversão e extroversão.

so, acreditava que a *teoria* de Adler era introvertida, porque enfatizava ficções e percepções subjetivas. Jung, é claro, via a própria teoria como equilibrada, capaz de aceitar tanto o objetivo quanto o subjetivo.

### Funções

Tanto a introversão quanto a extroversão podem se combinar com uma ou mais das quatro funções, formando oito orientações possíveis, ou **tipos**. As quatro funções – sensação, pensamento, sentimento e intuição – podem ser brevemente resumidas da seguinte forma: a sensação diz às pessoas que algo existe; o pensamento lhes possibilita reconhecer seu significado; o sentimento lhes diz seu valor; e a intuição lhes permite saberem a seu respeito sem saber como.

### Pensamento

A atividade intelectual lógica que produz uma cadeia de ideias é denominada **pensamento**. O tipo de pensamento pode ser extrovertido ou introvertido, dependendo da atitude básica de uma pessoa.

As pessoas com *pensamento extrovertido* contam com pensamentos concretos, mas elas também podem usar ideias abstratas se estas foram transmitidas de fora, por exemplo, por pais ou professores. Matemáticos e engenheiros fazem uso frequente do pensamento extrovertido em

seu trabalho. Os contadores também apresentam tipos de pensamento extrovertido, porque eles precisam ser objetivos e não subjetivos em sua abordagem dos números. Entretanto, nem todo pensamento objetivo é produtivo. Sem, pelo menos, alguma interpretação individual, as ideias são apenas fatos previamente conhecidos, sem originalidade ou criatividade (Jung, 1921/1971).

As pessoas com *pensamento introvertido* reagem aos estímulos externos, porém sua interpretação de um evento é mais colorida pelo significado interno que trazem consigo do que pelos fatos objetivos em si. Inventores e filósofos são, com frequência, pensadores introvertidos, porque reagem ao mundo externo de um modo altamente subjetivo e criativo, interpretando dados antigos de novas maneiras. Quando levado ao extremo, o pensamento introvertido resulta em pensamentos místicos improdutivos, os quais são tão individualizados que acabam sendo inúteis para qualquer outra pessoa (Jung, 1921/1971).

### Sentimento

Jung usou o termo **sentimento** para descrever o processo de avaliação de uma ideia ou de um evento. Talvez uma palavra mais precisa fosse *apreciação*, um termo com menor probabilidade de ser confundido com sensação ou intuição. Por exemplo, quando as pessoas dizem: “Esta superfície é macia”, elas estão usando sua função de sensação e quando

elas dizem: "Tenho a sensação de que este vai ser meu dia de sorte", elas estão intuindo, não sentindo.

A função do sentimento deve ser distinguida da emoção. Sentimento é a avaliação de cada atividade consciente, mesmo aquelas avaliadas como indiferentes. A maioria dessas avaliações não possui conteúdo emocional, mas elas são capazes de se tornar emoções se sua intensidade aumentar até o ponto de promover alterações fisiológicas na pessoa. As emoções, no entanto, não estão limitadas a sentimentos; qualquer uma das quatro funções pode levar à emoção quando sua força for aumentada.

As pessoas com *sentimento extrovertido* usam dados objetivos para fazer avaliações. Elas não são tão guiadas por sua opinião subjetiva, mas pelos valores externos e por padrões de julgamento amplamente aceitos. É provável que fiquem à vontade em situações sociais, sabendo, sob o impulso do momento, o que e como dizer. As pessoas, em geral, gostam delas, devido a sua sociabilidade, mas, em sua busca de se adequarem aos padrões sociais, elas podem parecer artificiais, superficiais e não confiáveis. Seus julgamentos de valor têm um toque falso que é detectável com facilidade. As pessoas com sentimento extrovertido, com frequência, tornam-se homens de negócios ou políticos, porque essas profissões demandam e recompensam julgamentos de valor com base em informações objetivas (Jung, 1921/1971).

As pessoas com *sentimento introvertido* baseiam seus julgamentos de valor principalmente em percepções subjetivas, em vez de em fatos objetivos. Os críticos de várias formas de arte fazem muito uso do sentimento introvertido, produzindo julgamentos de valor com base em dados subjetivos. Essas pessoas possuem uma consciência individualizada, uma atitude taciturna e uma psique insondável. Elas ignoram opiniões e crenças tradicionais, e sua indiferença quase completa pelo mundo objetivo (incluindo as pessoas), muitas vezes, faz os indivíduos à sua volta se sentirem desconfortáveis e esfriarem sua atitude em relação a elas (Jung, 1921/1971).

### Sensação

A função que recebe estímulos físicos e os transmite para a consciência perceptiva é denominada **sensação**. A sensação não é idêntica ao estímulo físico, mas é simplesmente a percepção do indivíduo acerca dos impulsos sensoriais. Essas percepções não dependem do pensamento lógico ou do sentimento, mas existem como fatos elementares absolutos dentro de cada pessoa.

As pessoas com *sensação extrovertida* percebem os estímulos externos de modo objetivo, de uma forma muito parecida como esses estímulos existem na realidade. Suas sensações não são tão influenciadas por suas atitudes subjetivas. Essa conveniência é essencial em ocupações como revisor, pintor de casas, degustador de vinhos

ou qualquer outro trabalho que demande discriminações sensoriais congruentes com as da maioria das pessoas (Jung, 1921/1971).

As pessoas com *sensação introvertida* são, em grande parte, influenciadas por suas sensações subjetivas de visão, audição, olfato, tato. Elas são guiadas por sua interpretação dos estímulos sensoriais, não pelos estímulos em si. Artistas retratistas, em especial aqueles cujas pinturas são extremamente personalizadas, baseiam-se em uma atitude de sensação introvertida. Eles dão uma interpretação subjetiva a fenômenos objetivos e ainda são capazes de comunicar significado aos outros. No entanto, quando a atitude de sensação subjetiva é levada a seu extremo, pode resultar em alucinações ou discurso esotérico e incompreensível (Jung, 1921/1971).

### Intuição

**Intuição** envolve a percepção além do trabalho da consciência. Assim como a sensação, baseia-se na percepção de fatos elementares absolutos, que fornecem o material bruto para o pensamento e o sentimento. Intuição difere de sensação, uma vez que ela é mais criativa, em geral acrescentando ou subtraindo elementos da sensação consciente.

As pessoas *intuitivas extrovertidas* são orientadas para os fatos no mundo externo. No entanto, em vez de senti-los integralmente, elas apenas os percebem de modo subliminar. Como fortes estímulos sensoriais interferem na intuição, as pessoas intuitivas suprimem muitas de suas sensações e são guiadas por pressentimentos e suposições contrários aos dados sensoriais. Um exemplo de um tipo intuitivo extrovertido pode ser os inventores, que precisam inibir dados sensoriais que distraem e se concentrar nas soluções inconscientes para problemas objetivos. Eles podem criar coisas que atendem a uma necessidade que apenas poucas pessoas perceberam que existia.

As pessoas *intuitivas introvertidas* são guiadas pela percepção inconsciente de fatos que são basicamente subjetivos e têm pouca ou nenhuma semelhança com a realidade externa. Suas percepções intuitivas subjetivas são, com frequência, extraordinariamente fortes e capazes de motivar decisões de magnitude monumental. Pessoas intuitivas introvertidas, como místicos, profetas, artistas surrealistas ou fanáticos religiosos, muitas vezes, parecem peculiares para indivíduos de outros tipos que possuem pouca compreensão de suas motivações. Na verdade, Jung (1921/1971) acreditava que as pessoas intuitivas introvertidas talvez não compreendessem com clareza as próprias motivações, embora fossem profundamente movidas por elas. (Ver Tab. 4.1 para os oito tipos junguianos, com exemplos possíveis de cada um.)

As quatro funções, em geral, aparecem em uma hierarquia, com uma ocupando uma posição *superior*, outra uma posição *secundária* e as outras duas, posições *inferiores*.

**TABELA 4.1** Exemplos dos oito tipos junguianos

Funções	Atitudes
<b>Introversão</b>	<b>Extroversão</b>
Pensamento	Filosofos, cientistas teóricos, alguns inventores
Sentimento	Críticos de cinema subjetivos, avaliadores de arte
Sensação	Artistas, músicos clássicos
Intuição	Profetas, místicos, fanáticos religiosos
	Alguns inventores, reformadores religiosos

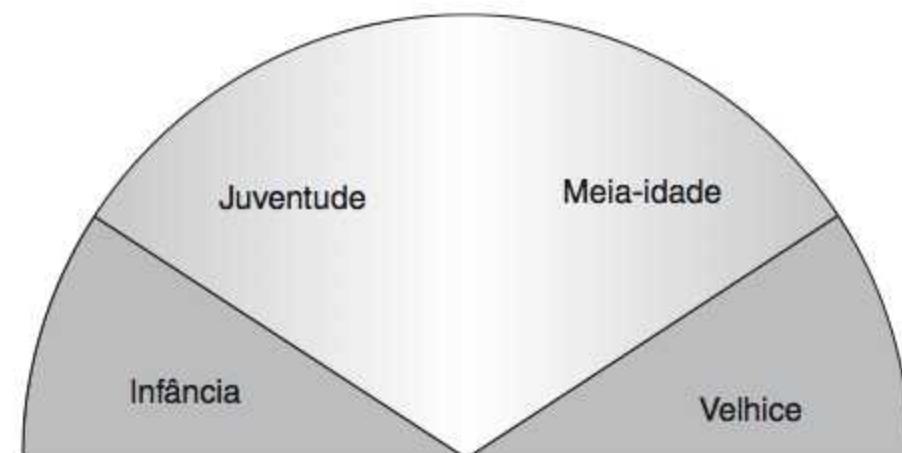
A maioria das pessoas cultiva apenas uma função; portanto, de forma característica, abordam uma situação se baseando na função dominante ou superior. Algumas pessoas desenvolvem duas funções, e alguns indivíduos muito maduros cultivam três. Uma pessoa que, em teoria, atingiu a autorrealização ou a individuação teria todas as quatro funções bastante desenvolvidas.

## DESENVOLVIMENTO DA PERSONALIDADE

Jung acreditava que a personalidade se desenvolve por meio de uma série de estágios, que culminam na individuação, ou autorrealização. Em contraste com Freud, ele enfatizou a segunda metade da vida, o período após os 35 ou 40 anos, quando a pessoa tem a oportunidade de reunir os vários aspectos da personalidade e atingir a autorrealização. No entanto, a oportunidade para degeneração ou reações rígidas também está presente nesse momento. A saúde psicológica das pessoas de meia-idade está relacionada a sua capacidade de atingir o equilíbrio entre os polos dos vários processos opostos. Tal capacidade é proporcional ao sucesso alcançado na jornada pelos estágios anteriores da vida.

### Estágios do desenvolvimento

Jung agrupou os estágios da vida em quatro períodos gerais: *infância*, *juventude*, *meia-idade* e *velhice*. Ele comparou a viagem pela vida à jornada do sol no céu, com seu brilho representando a consciência. O sol do começo da manhã é a infância, cheio de potencial, mas ainda carecendo de brilho (consciência); o sol da manhã é jovem, escalando em direção ao zênite, mas sem consciência do declínio iminente; o sol do início da tarde é a metade da vida, brilhante como o sol do final da manhã, mas obviamente indo em direção ao pôr do sol; o sol do fim da tarde é a velhice, sua consciência que já foi brilhante é, agora, acentuadamente diminuída (ver Fig. 4.4). Jung (1931/1960a) argumentou que os valores, os ideais e os modos de comportamento adequados para a manhã da vida são inapropriados para a segunda metade e que a maioria das pessoas precisa aprender a encontrar um novo significado em seus anos de declínio da vida.



**FIGURA 4.4** Jung compara os estágios da vida à jornada do sol pelo céu, com o brilho do sol representando a consciência.

### Infância

Jung dividiu a infância em três subestágios: (1) anárquico, (2) monárquico e (3) dualista. A *fase anárquica* é caracterizada pela consciência caótica e esporádica. Podem existir “ilhas de consciência”, mas há pouca ou nenhuma conexão entre essas ilhas. As experiências da fase anárquica por vezes entram na consciência como imagens primitivas, incapazes de serem verbalizadas com precisão.

A *fase monárquica* da infância é caracterizada pelo desenvolvimento do ego e pelo começo do pensamento lógico e verbal. Durante esse tempo, as crianças veem-se objetivamente e, com frequência, referem-se a si mesmas na terceira pessoa. As ilhas de consciência se tornam maiores, mais numerosas e habitadas por um ego primitivo. Ainda que o ego seja compreendido como um objeto, ele ainda não está consciente de si como capaz de perceber.

O ego com capacidade de percepção surge durante a *fase dualista* da infância, quando ele é dividido em objetivo e subjetivo. As crianças agora se referem a si mesmas na primeira pessoa e estão conscientes de sua existência como indivíduos separados. Durante o período dualista, as ilhas de consciência se transformam em uma terra contínua, habitada por um complexo de ego que se reconhece tanto como objeto quanto como sujeito (Jung, 1931/1960a).

### Juventude

O período da puberdade até a metade da vida é chamado de juventude. Os jovens se esforçam para obter independência psíquica e física de seus pais, encontrar um parceiro,

criar uma família e ter um lugar no mundo. De acordo com Jung (1931/1960a), a juventude é, ou deveria ser, um período de aumento de atividade, maturação da sexualidade, crescimento da consciência e reconhecimento de que a era livre de problemas da infância se foi para sempre. A principal dificuldade enfrentada na juventude é superar a tendência natural (encontrada também na metade da vida e em anos posteriores) a se apegar à consciência limitada da infância, evitando, assim, problemas pertinentes ao tempo presente da vida. Esse desejo de viver no passado é chamado de *princípio da conservação*.

Uma pessoa de meia-idade ou idosa que tenta se apegar a valores juvenis enfrenta uma segunda metade da vida incapacitada, limitada na capacidade de atingir a autorrealização e prejudicada na capacidade de estabelecer novos objetivos e buscar novo significado para a vida (Jung, 1931/1960a).

### **Meia-idade**

Jung acreditava que a meia-idade começava aproximadamente aos 35 ou 40 anos, época na qual o sol passou de seu zênite e começa sua descida. Ainda que esse declínio possa apresentar às pessoas de meia-idade ansiedades crescentes, a metade da vida também é um período de grande potencial.

Se as pessoas de meia-idade retêm os valores sociais e morais do início de sua vida, elas se tornam rígidas e fanáticas ao tentarem se apegar a sua atratividade e agilidade física. Vendo seus ideais mudarem, elas podem lutar desesperadamente para manter sua aparência e seu estilo de vida juvenil. A maioria de nós, escreveu Jung (1931/1960a), está despreparada para “dar o passo em direção ao entardecer da vida; pior ainda, damos esse passo com o falso pressuposto de que nossas verdades e nossos ideais nos servirão como sempre... Não podemos viver na tarde da vida de acordo com o programa da manhã da vida, pois o que era grande pela manhã será pouco ao anoitecer, e o que era verdadeiro pela manhã, à noite terá se transformado em uma mentira” (p. 399).

Como a meia-idade pode ser vivida plenamente? As pessoas que não viveram a juventude e a meia-idade com valores infantis estão bem-preparadas para avançar até a metade da vida e a viver plenamente durante esse estágio. Elas são capazes de abandonar os objetivos extrovertidos da juventude e se moverem na direção introvertida da consciência expandida. Sua saúde psicológica não é realçada pelo sucesso nos negócios, pelo prestígio na sociedade ou pela satisfação com a vida familiar. Elas devem encarar o futuro com esperança e antecipação, renunciar ao estilo de vida da juventude e descobrir novos significados na meia-idade. Esse passo, muitas vezes, mas nem sempre, envolve uma orientação religiosa madura, em especial uma crença em algum tipo de vida após a morte (Jung, 1931/1960a).

### **Velhice**

Quando o anoitecer da vida se aproxima, as pessoas experimentam uma redução da consciência, assim como a luz e o calor do sol diminuem ao entardecer. Se as pessoas têm medo da vida durante os primeiros anos, então quase certamente temerão a morte durante os últimos. O medo da morte costuma ser considerado normal, mas Jung acreditava que a morte é o objetivo da vida e que a vida será plena apenas quando a morte for vista sob esse prisma. Em 1934, durante o seu 60º ano, Jung escreveu:

Comumente nos apegamos a nosso passado e ficamos emperrados na ilusão da juventude. Ser velho é altamente impopular. Ninguém parece considerar que não ser capaz de envelhecer é tão absurdo quanto não ser capaz de ultrapassar os sapatos de tamanho infantil. Um homem ainda infantil de 30 anos é certamente deplorável, mas um septuagenário jovial – isso não é encantador? E, no entanto, ambas são monstruosidades psicológicas perversas e carentes de estilo. Um jovem que não luta e conquista perdeu a melhor parte de sua juventude, e um velho que não sabe ouvir os segredos das águas enquanto elas rolam desde os picos dos vales, não faz qualquer sentido; ele é uma múmia espiritual que é nada além de uma relíquia rígida do passado. (Jung, 1934/1960, p. 407)

Os pacientes de Jung, em sua maioria, eram de meia-idade ou mais velhos, e muitos deles sofriam de uma orientação regressiva, apegando-se desesperadamente aos objetivos e aos estilos de vida do passado e atravessando os movimentos da vida sem rumo. Jung tratava essas pessoas ajudando-as a estabelecerem novos objetivos e a encontrarem significado em viver descobrindo primeiro um significado na morte. Ele realizava esse tratamento por meio da interpretação de sonhos, porque os sonhos das pessoas idosas tendem a ser repletos de símbolos de renascimento, tais como longas jornadas ou mudanças de localização. Jung usava esses e outros símbolos para determinar as atitudes inconscientes dos pacientes em relação à morte e para ajudá-los a descobrirem uma filosofia de vida significativa (Jung, 1934/1960).

### **Autorrealização**

O renascimento psicológico, também chamado de *autorrealização* ou **individuação**, é o processo de se tornar um indivíduo ou pessoa completa (Jung, 1939/1959, 1945/1953). A psicologia analítica é essencialmente uma psicologia de opostos, e a autorrealização é o processo de integração dos polos opostos em um único indivíduo homogêneo. Esse processo de “chegar à individualidade” significa que uma pessoa possui todos os componentes psicológicos funcionando em unidade, sem qualquer processo psicótico atrofiando. As pessoas que passaram por tal processo atingiram a realização do *self*, minimizaram sua *persona*,

reconheceram sua *anima* ou seu *animus* e adquiriram um equilíbrio viável entre introversão e extroversão. Além disso, os indivíduos autorrealizados elevaram todas as quatro funções a uma posição superior, um feito extremamente difícil.

A autorrealização é bastante rara, sendo atingida apenas por aqueles que são capazes de assimilar seu inconsciente a sua personalidade total. Aceitar o inconsciente é um processo difícil, que demanda coragem para enfrentar a natureza má da própria sombra e coragem ainda maior para aceitar seu lado feminino ou masculino. Tal processo quase nunca é conquistado antes da metade da vida, e somente por homens e mulheres que conseguem remover o ego como preocupação dominante da personalidade e substituí-lo pelo *self*. A pessoa autorrealizada precisa permitir que o *self* inconsciente se torne o centro da personalidade. Apenas expandir a consciência é inflar o ego e produzir uma pessoa unilateral que carece da fagulha da alma da personalidade. A pessoa autorrealizada não é dominada pelos processos inconscientes, nem pelo ego consciente, mas atinge um equilíbrio entre todos os aspectos da personalidade.

As pessoas autorrealizadas conseguem lidar com seu mundo interno e externo. Ao contrário dos indivíduos prejudicados psicologicamente, elas vivem no mundo real e fazem as concessões necessárias a ele. No entanto, ao contrário da média das pessoas, elas estão conscientes do processo regressivo que leva à autodescoberta. Vendo as imagens inconscientes como material potencial para a nova vida psíquica, as pessoas autorrealizadas acolhem essas imagens quando aparecem em sonhos e reflexões introspectivas (Jung, 1939/1959, 1945/1953).

## MÉTODOS DE INVESTIGAÇÃO DE JUNG

Jung olhava além da psicologia em sua busca por dados para construir sua concepção de humanidade. Ele não fez apologias para suas empreitadas nos campos da sociologia, da história, da antropologia, da biologia, da física, da filologia, da religião, da mitologia e da filosofia. Elecreditava firmemente que o estudo da personalidade não era prerrogativa de uma única disciplina e que a pessoa como um todo podia ser entendida somente com a busca do conhecimento onde quer que ele exista. Assim como Freud, Jung defendia com persistência o fato de ser um investigador científico, fugindo dos rótulos de místico e filósofo. Em uma carta a Calvin Hall, datada de 6 de outubro de 1954, Jung argumentou: "Se você me chama de ocultista porque estou investigando seriamente *fantasias religiosas, mitológicas, folclóricas e filosóficas* nos indivíduos modernos e em textos antigos, então você é obrigado a diagnosticar Freud como um pervertido sexual, uma vez que ele está agindo da mesma forma com as fantasias sexuais" (Jung,

1975, p. 186). No entanto, Jung afirmava que a psique não podia ser entendida somente pelo intelecto, mas que devia ser compreendida pela pessoa em sua totalidade. Na mesma linha de pensamento, ele disse certa vez: "Nem tudo o que crio é escrito pela minha cabeça, mas boa parte também provém do coração" (Jung, 1943/1953, p. 116).

Jung reuniu dados para suas teorias de extensas leituras em muitas disciplinas, mas também agregou informações a partir do uso do teste de associação de palavras, da análise dos sonhos, da imaginação ativa e da psicoterapia. Essas informações foram, então, combinadas com leituras sobre *alquimia* medieval, fenômenos ocultos e outros assuntos, em um esforço para confirmar as hipóteses da psicologia analítica.

### Teste de associação de palavras

Jung não foi o primeiro a usar o teste de associação de palavras, mas pode receber os créditos por ajudar a desenvolvê-lo e refiná-lo. Originalmente, usou a técnica em 1903, quando era um jovem assistente psiquiátrico em Burghölzli, e realizou palestras sobre o teste de associação de palavras durante sua viagem aos Estados Unidos, em 1909. Contudo, ele poucas vezes o empregou mais tarde em sua carreira. Apesar disso, o teste continua a ser intimamente vinculado ao nome de Jung.

Sua finalidade principal ao usar o teste de associação de palavras era demonstrar a validade da hipótese de Freud de que o inconsciente opera como um processo autônomo. No entanto, a finalidade básica do teste na psicologia junguiana de hoje é trazer à tona complexos com matizes de sentimentos. Conforme observado na seção dos níveis da psique, um complexo é um conglomerado de imagens individualizadas e com um matiz emocional, agrupadas em torno de um núcleo essencial. O teste de associação de palavras está fundamentado no princípio de que os complexos criam respostas emocionais mensuráveis.

Ao administrar o teste, Jung, em geral, usava uma lista de cem palavras-estímulo, escolhidas e organizadas para despertar uma reação emocional. Ele instruía a pessoa a responder a cada palavra-estímulo com a primeira palavra que lhe viesse à mente. Jung registrava cada resposta verbal, o tempo levado para dar a resposta, o ritmo respiratório e a resposta galvânica cutânea. Muitas vezes, ele repetia o experimento para determinar a coerência do teste-reteste.

Certos tipos de reações indicam que a palavra-estímulo tocou em um complexo. As respostas críticas incluem respiração restrita, alterações na condutividade elétrica da pele, reações retardadas, respostas múltiplas, desprezo das instruções, incapacidade de pronunciar uma palavra comum, não conseguir responder e incoerência no teste-reteste. Outras respostas significativas incluem ruborizar, gaguejar, rir, tossir, suspirar, limpar a garganta, chorar, mo-

vimentar o corpo de modo excessivo e repetir a palavra-estímulo. Qualquer uma ou a combinação dessas respostas podem indicar que um complexo foi alcançado (Jung, 1935/1968; Jung & Riklin, 1904/1973).

### Análise dos sonhos

Jung concordava com Freud em relação ao fato de que os sonhos têm significado e devem ser levados a sério. Ele também concordava com Freud no sentido de que os sonhos se originam das profundezas do inconsciente e seu significado latente é expresso na forma simbólica. No entanto, contestava a noção de Freud de que quase todos os sonhos são realização de desejos e que a maioria dos símbolos dos sonhos representa impulsos sexuais. Jung (1964) acreditava que as pessoas usavam os símbolos para representar uma variedade de conceitos – não meramente os性uais – a fim de tentar compreender as “coisas inumeráveis por trás da amplitude da compreensão humana” (p. 21). Os sonhos são nosso inconsciente e uma tentativa espontânea de conhecer o desconhecido, compreender a realidade que só pode ser expressa simbolicamente.

O propósito da interpretação dos sonhos junguiana é trazer à tona elementos do inconsciente pessoal e coletivo e integrá-los à consciência para facilitar o processo de autorrealização. O terapeuta junguiano precisa reconhecer que os sonhos são, com frequência, compensatórios, isto é, os sentimentos e as atitudes não expressos durante a vida em vigília encontrarão uma saída por meio do processo dos sonhos. Jung acreditava que a condição natural dos humanos é avançar em direção à completude ou à autorrealização. Assim, se a vida consciente de uma pessoa é incompleta em uma área, então o *self* inconsciente daquela pessoa irá se esforçar para completar aquela condição mediante o processo dos sonhos. Por exemplo, se a *anima* em um homem não recebe desenvolvimento consciente, ela se expressará por meio de sonhos repletos de temas de autorrealização, equilibrando, assim, o lado masculino do homem e sua disposição feminina (Jung, 1916/1960).

Jung defendia que certos sonhos davam provas da existência do inconsciente coletivo. Estes incluíam *grandes sonhos*, que têm significado especial para todas as pessoas; *sonhos típicos*, os quais são comuns à maioria das pessoas; e os *sonhos mais precoces lembrados*.

Em *Memórias, sonhos e reflexões*, Jung (1961) escreveu sobre um grande sonho que ele teve enquanto viajava aos Estados Unidos com Freud, em 1909. Em seu sonho (rapidamente mencionado em nosso esboço biográfico de Jung), estava morando no andar superior de uma casa de dois andares. Esse andar tinha uma atmosfera habitada, embora sua mobília fosse um tanto antiga. No sonho, Jung se deu conta de que ele não sabia como era o andar de baixo, então decidiu explorá-lo. Depois de descer as escadas, notou que toda a mobília era medieval e datada do século

XV ou XVI. Enquanto explorava esse andar, descobriu uma escadaria de pedra que levava até um porão. “Descendo novamente, encontrei-me em uma sala linda em abóbada que parecia extremamente antiga... Assim que vi isso, soube que as paredes datavam do tempo dos romanos” (Jung, 1961, p. 159). Enquanto explorava o porão, Jung notou um anel sobre uma das lajes de pedra. Quando o pegou, ele viu outra escada estreita levando a uma caverna antiga. Lá, ele viu cerâmica quebrada, ossos de animais espalhados e dois crânios humanos muito antigos. Em suas próprias palavras, ele havia “descoberto o mundo do homem primitivo dentro de mim mesmo – um mundo que raramente pode ser alcançado ou iluminado pela consciência” (Jung, 1961, p. 160).

Jung, posteriormente, aceitou esse sonho como evidência de níveis diferentes da psique. O andar superior tinha uma atmosfera deserta, inabitada e representava a consciência, a camada superior da psique. O andar térreo era a primeira camada do inconsciente – antiga, mas não tão estranha ou velha quanto os artefatos romanos no porão, que simbolizavam uma camada mais profunda do inconsciente pessoal. Na caverna, Jung descobriu dois crânios humanos – aqueles pelos quais Freud insistiu que Jung possuía desejos de morte. Jung, no entanto, viu esses crânios humanos antigos como representando as profundezas de seu inconsciente coletivo.



**ALÉM DA BIOGRAFIA (EM INGLÊS)** Jung desejava a morte de sua esposa? Para compreender a relação de Jung com as mulheres e para ver como um de seus grandes sonhos pode ter refletido um desejo de morte de sua esposa, acesse [www.mhhe.com/feist8e](http://www.mhhe.com/feist8e).

O segundo tipo de sonhos coletivos são os sonhos típicos, aqueles que são comuns à maioria das pessoas. Esses sonhos incluem figuras arquetípicas, como mãe, pai, Deus, demônio ou o velho sábio. Eles também podem se referir a eventos arquetípicos, como nascimento, morte, separação dos pais, batismo, casamento, voar ou explorar uma caverna. Além disso, podem incluir objetos arquetípicos, como sol, água, peixes, cobras ou animais predadores.

A terceira categoria inclui os sonhos mais precoces lembrados. Estes podem ser rastreados até cerca de 3 ou 4 anos de idade e contêm imagens mitológicas e simbólicas e temas que racionalmente não poderiam ter sido experimentados pela criança. Os sonhos precoces da infância, com frequência, contêm temas arquetípicos e símbolos como o herói, o velho sábio, a árvore, os peixes e a mandala. Jung (1948/1960) escreveu sobre essas imagens e temas: “O aparecimento frequente no material de casos individuais, assim como a distribuição universal, provam que a psique humana é única e subjetiva ou pessoal somente em parte; quanto ao resto, é coletiva e objetiva” (p. 291).

Jung (1961) apresentou uma ilustração vívida de um de seus primeiros sonhos, o qual ocorreu antes do seu quarto aniversário. Ele sonhou que estava em um campo quando, de repente, viu um buraco escuro retangular no chão. Temeroso, desceu um lance de escada e, na base, encontrou uma entrada com um arco redondo coberto por uma pesada cortina verde. Por trás da cortina, havia um quarto pouco iluminado com um tapete vermelho que se estendia da entrada até uma plataforma baixa. Sobre a plataforma, havia um trono e nele, um objeto alongado que pareceu a Jung ser um grande tronco de árvore. "Era uma coisa enorme, chegando quase até o teto. Mas era de uma composição curiosa: era feita de pele e carne nua e, no alto, havia algo como uma cabeça redonda sem rosto e sem cabelo. Bem no alto da cabeça, havia apenas um olho, olhando imóvel para cima" (p. 12). Tomado pelo terror, o menino ouviu sua mãe dizer: "Sim, apenas olhe para mim. Este é o canibal!" Esse comentário o assustou ainda mais e o despertou do sono.

Jung pensava com frequência no sonho, mas 30 anos se passariam antes que a obviedade do falso ficasse aparente para ele. Mais alguns anos foram necessários antes que ele conseguisse aceitar o sonho como uma expressão de seu inconsciente coletivo, em vez de ser produto de um traço de memória pessoal. Segundo sua própria interpretação do sonho, o buraco retangular representava a morte; a cortina verde simbolizava o mistério da Terra, com sua vegetação verde; o tapete vermelho significava sangue; e a árvore, descansando de modo majestoso sobre um trono, era o pênis ereto, anatomicamente preciso em cada detalhe. Depois de interpretar o sonho, Jung foi forçado a concluir que nenhum menino de 3 anos e meio conseguiria produzir esse material universalmente simbólico a partir das próprias experiências. Um inconsciente coletivo, comum à espécie, foi sua explicação (Jung, 1961).

## Imaginação ativa

Uma técnica que Jung usou durante sua autoanálise e também com muitos de seus pacientes foi a **imaginação ativa**. Esse método requer que uma pessoa comece com qualquer impressão – uma imagem do sonho, uma visão, um quadro ou uma fantasia – e se concentre até que a impressão comece a "se mover". A pessoa deve seguir essas imagens aonde quer que elas levem e, então, enfrentá-las com coragem e se comunicar de modo livre com elas.

A finalidade da imaginação ativa é revelar imagens arquetípicas que emergem do inconsciente. Essa pode ser uma técnica útil para as pessoas que desejam ter maior conhecimento de seu inconsciente pessoal e coletivo e que estão dispostas a superar a resistência que costuma bloquear a comunicação aberta com o inconsciente. Jung acreditava que a imaginação ativa possuía uma vantagem sobre a análise dos sonhos, já que suas imagens são produzidas

durante um estado consciente da mente, dessa forma deixando-as mais claras e reproduzíveis. O tom do sentimento também é muito específico, e, normalmente, a pessoa tem pouca dificuldade em reproduzir a visão ou se lembrar do humor (Jung, 1937/1959).

Como uma variação para a imaginação ativa, Jung às vezes pedia aos pacientes que tinham inclinação para o desenho que pintassem ou expressassem de alguma outra maneira não verbal a progressão de suas fantasias. Jung se baseou nessa técnica durante sua autoanálise, e muitas dessas reproduções, ricas em simbolismo universal e frequentemente exibindo a mandala, estão espalhadas em seus livros. *O homem e seus símbolos* (1964), *Palavra e imagem* (1979), *Psicologia e alquimia* (1952/1968) e a biografia ilustrada de Jung por Claire Dunne (2000), *Carl Jung: curador ferido de almas*, são fontes especialmente prolíficas para esses desenhos e fotografias.

Em 1961, Jung escreveu sobre suas experiências com a imaginação ativa durante sua confrontação com o inconsciente na metade da vida:

Hoje quando olho para trás para tudo isso e considero o que aconteceu comigo durante o período de meu trabalho sobre as fantasias, é como se uma mensagem tivesse vindo até mim com uma força esmagadora. Havia coisas nas imagens que diziam respeito não somente a mim, mas também a muitos outros. Foi, então, que deixei de pertencer a mim unicamente, parei de ter o direito de fazer isso. Dali em diante, a minha vida pertencia à generalidade... Foi, então, que me dediquei a servir a psique: eu a amava e a odiava, mas ela era a minha maior riqueza. A minha entrega a ela, como foi, era a única maneira pela qual eu podia enfrentar a minha existência e vivê-la o mais plenamente possível. (p. 192)

## Psicoterapia

Jung (1931/1954b) identificou quatro abordagens básicas de terapia, representando quatro estágios do desenvolvimento na história da psicoterapia. O primeiro é a confissão de um segredo patogênico. Esse é o método catártico praticado por Joseph Breuer e sua paciente Anna O. Para os pacientes que apenas têm a necessidade de compartilhar seus segredos, a catarse é efetiva. O segundo estágio envolve interpretação, explicação e elucidação. Tal abordagem, usada por Freud, dá aos pacientes a compreensão das causas de suas neuroses, mas ainda pode deixá-los incapazes de resolver problemas sociais. O terceiro estágio, portanto, é a abordagem adotada por Adler e inclui a educação dos pacientes como seres sociais. Infelizmente, diz Jung, essa abordagem com frequência deixa os pacientes apenas bem-adaptados no âmbito social.

Para ir além dessas três abordagens, Jung sugeriu um quarto estágio: **transformação**. Por transformação, ele queria dizer que o terapeuta primeiro precisava ser transformado em um ser humano saudável, de preferência se



Carl Jung, o velho sábio de Küsnacht.

submetendo a psicoterapia. Somente depois da transformação e de uma filosofia de vida estabelecida é que o terapeuta seria capaz de ajudar os pacientes a avançarem na direção da individuação, da totalidade ou da autorrealização. Esse quarto estágio é especialmente empregado em pacientes que estão na segunda metade da vida e que se encontram preocupados com a percepção do *self* interno, com problemas morais e religiosos e em encontrar uma filosofia de vida unificadora (Jung, 1931/1954b).

Jung era muito eclético em sua teoria e na prática da psicoterapia. Seu tratamento variava de acordo com a idade, o estágio do desenvolvimento e o problema particular do paciente. Cerca de dois terços dos seus pacientes estavam na segunda metade da vida, e muitos deles sofriam de perda de significado, falta de perspectiva geral e medo da morte. Jung tentava ajudá-los a encontrar sua própria orientação filosófica.

O objetivo final da terapia junguiana é ajudar os pacientes neuróticos a se tornarem saudáveis e encorajar pessoas saudáveis a trabalharem de forma independente em direção à autorrealização. Jung procurava atingir tal objetivo usando técnicas como a análise dos sonhos e a imaginação ativa para ajudar os pacientes a descobrirem material inconsciente pessoal e coletivo e a equilibrar essas imagens inconscientes com sua atitude consciente (Jung, 1931/1954a).

Ainda que Jung encorajasse os pacientes a serem independentes, ele admitia a importância da *transferência*, particularmente durante os três primeiros estágios da terapia. Ele considerava tanto a transferência positiva quanto a negativa como um processo natural para a revelação de informações altamente pessoais. Ele considerava correto que inúmeros pacientes homens se referissem a ele como “mãe Jung” e bastante compreensível que outros o vissem como Deus ou salvador. Jung também reconheceu o processo da **contratransferência**, um termo usado para descrever os sentimentos do terapeuta em relação ao paciente. Assim como a transferência, a contratransferência pode ser uma ajuda ou um obstáculo ao tratamento, dependendo de se ela leva a uma melhor relação entre médico e paciente, algo que Jung considerava indispensável para o sucesso da psicoterapia.

Como a psicoterapia junguiana possui muitos objetivos menores e uma variedade de técnicas, não é possível uma descrição universal de uma pessoa que concluiu com sucesso o tratamento analítico. Para a pessoa madura, o objetivo pode ser encontrar significado na vida e lutar para atingir equilíbrio e totalidade. A pessoa autorrealizada é capaz de assimilar muito do *self* inconsciente à consciência, mas, ao mesmo tempo, permanece ciente dos perigos potenciais ocultos no distante recesso da psique inconsciente. Jung alertou certa vez contra se aprofundar muito em um

campo que não foi pesquisado de forma apropriada, comparando essa prática a uma pessoa cavando um poço artesiano e correndo o risco de ativar um vulcão.

## PESQUISA RELACIONADA

A abordagem de Jung da personalidade foi muito influente no início do desenvolvimento da psicologia da personalidade. Nos dias atuais, porém, sua influência diminuiu, muito embora ainda haja algumas instituições pelo mundo dedicadas à psicologia analítica. Hoje, a maior parte das pesquisas relacionadas a Jung foca suas descrições dos tipos de personalidade. O Indicador Tipológico Myers-Briggs (Myers-Briggs Type Indicator, MBTI; Myers, 1962) é a medida usada com mais frequência baseada nos tipos de personalidade de Jung. O MBTI acrescenta uma quinta e uma sexta função, julgamento e percepção, à tipologia original de Jung, criando um total de 16 tipos de personalidade possíveis. Esse instrumento é usado com frequência por orientadores educacionais para direcionar os alunos para caminhos de estudo mais gratificantes. Por exemplo, pesquisas constataram que pessoas com altos índices nas dimensões de intuição e sentimento têm mais probabilidade de considerar o ensino gratificante (Willing, Guest, & Morford, 2001). Mais recentemente, pesquisadores ampliaram o trabalho sobre a utilidade dos tipos de personalidade de Jung, explorando o papel dos tipos na forma como as pessoas administram suas finanças pessoais e seu estilo de liderança.

### Tipo de personalidade e investimentos financeiros

As pesquisas sobre personalidade não são conduzidas unicamente por psicólogos da personalidade. Como a personalidade é o estudo da singularidade de cada pessoa, ele é relevante para qualquer indivíduo e qualquer lugar. Por exemplo, embora as pesquisas sobre psicologia e finanças em geral não cruzem seus caminhos, a personalidade pode ser um fator comum em ambas as áreas, porque os aspectos únicos dos indivíduos são importantes nas duas áreas. Recentemente, pesquisadores em finanças empresariais se interessaram por estudar como a personalidade afeta a forma de as pessoas investirem seu dinheiro (Filbeck, Hatfield & Horvath, 2005). De forma mais específica, Filbeck e colaboradores (2005) queriam entender melhor o nível de risco que os indivíduos estão dispostos a tolerar quando se trata de investir dinheiro. Os investimentos tendem a ser muito voláteis. É verdade que só se pode ganhar muito dinheiro investindo no mercado de ações, mas também pode-se perder tudo. Algumas pessoas têm uma tolerância natural às amplas oscilações em seus investimentos, enquanto outras não. Que tipos de pessoas estão dispostas a correr tais riscos?

Filbeck e colaboradores (2005) usaram o MBTI para determinar quais dos tipos de personalidade de Jung tinham maior probabilidade de tolerar o risco quando investiam dinheiro. O MBTI é uma medida de autorrelato com itens que avaliam cada um dos oito tipos de personalidade junguianos descritos na Tabela 4.1. Para medir a tolerância ao risco ao investir dinheiro, os pesquisadores usaram um questionário, no qual eram apresentadas às pessoas várias situações hipotéticas de aumento ou decréscimo de sua fortuna. Com base nas respostas a essas situações hipotéticas, os pesquisadores puderam determinar em que ponto (i. e., qual a porcentagem de ganho/perda) as pessoas achavam que seus investimentos eram muito voláteis e arriscados. Os pesquisadores recrutaram uma amostra de estudantes e adultos para preencher o MBTI e o questionário de tolerância ao risco e, então, testaram a hipótese de que alguns tipos de personalidade tolerariam mais risco do que outros.

Seus achados revelaram que o MBTI é um bom prognosticador de quem está disposto a tolerar e quem não está. Especificamente, os pesquisadores verificaram que aqueles que são do tipo pensamento possuem uma alta tolerância ao risco, enquanto aqueles do tipo sentimento apresentam uma tolerância relativamente baixa para o mesmo nível de risco. De modo surpreendente, a dimensão da extroversão-introversão não foi um bom prognosticador da tolerância ao risco; portanto, é difícil predizer que tipo específico de pensadores e sentimentais (p. ex., extrovertidos ou introvertidos) são mais tolerantes ou intolerantes ao risco. Por exemplo, o tipo de personalidade de pensamento (contanto que não seja do tipo extremamente extrovertido ou extremamente introvertido) é aquele que dá mais importância à atividade intelectual lógica. Considerando de forma lógica, os mercados de ações sobem e descem e, portanto, é sensato tolerar o risco mesmo quando os investimentos estão baixos, porque, provavelmente, eles se elevarão outra vez (eventualmente) quando a economia se fortalecer. O tipo de personalidade de sentimento descreve a forma como as pessoas avaliam as informações, e essa avaliação não está necessariamente circunscrita pelas regras da lógica e da razão. Portanto, o tipo sentimento tem mais probabilidade de basear sua tolerância ao risco na própria avaliação pessoal da situação, a qual pode ou não estar de acordo com as tendências lógicas do mercado de ações. Apesar de nem todos os tipos de personalidade junguianos estarem relacionados à tolerância ao risco nesse estudo, os pesquisadores concluíram que a personalidade dos investidores é um fator importante para os conselheiros financeiros considerarem ao criar uma carteira de investimentos que melhor atenda às necessidades e aos valores pessoais do investidor.

### Tipo de personalidade e liderança

O MBTI foi bastante usado em pesquisas de comportamento organizacional, sobretudo relacionadas aos com-

portamentos de liderança e gerenciais. É interessante notar que alguns desses trabalhos sugerem que a preferência pelo pensamento sobre o sentimento e pelo julgamento sobre a percepção (p. ex., Gardner & Martinko, 1990) é característica de administradores eficazes, que costumam ser orientados a focar a conquista de resultados por meio da análise rápida de problemas e da implementação confiante de decisões. De fato, as pessoas que exibem os tipos de comportamentos associados às funções de pensamento e julgamento tendem a ser consideradas "material de liderança" (Kirby, 1997), porque tais funções quase se tornaram características definidoras do que significa liderar.

Uma pesquisa recente de estudantes de administração e administradores finlandeses (Jarlstrom & Valkealahti, 2010) usou o MBTI para examinar o que é conhecido como "adequação pessoa-trabalho", a qual é definida como a combinação entre o conhecimento, as capacidades e as habilidades de uma pessoa e as demandas do trabalho. Como em trabalhos anteriores, os estudantes de administração e os administradores compartilhavam preferências pelo pensamento e pelo julgamento em detrimento de sentimento e percepção. Entretanto, quando as amostras foram comparadas entre si, surgiu uma tendência interessante, que é contrária às pesquisas anteriores. Os tipos de sentimento eram excessivamente representados entre os estudantes de administração em comparação aos administradores. Os autores argumentam que seus resultados sugerem que um novo perfil de tipos está emergindo no mundo dos negócios hoje, caracterizado por qualidades associadas à função de Jung do sentimento: encorajamento da participação e da construção do consenso e colocar-se no lugar do outro de forma compassiva durante os processos de tomada de decisão. Talvez, argumentam Jarlstrom e Valkealahti (2010), o trabalho gerencial esteja se tornando mais caracterizado pela coordenação dos recursos humanos do que por determinação, eficiência e implantação. Se for assim, então, novos locais de trabalho podem cada vez mais demandar e recompensar os líderes, de quem se espera que motivem as equipes de empregados assim como um treinador faz, um estilo de liderar muito adequado à função do sentimento. As pesquisas futuras, com o seguimento das carreiras reais dos estudantes de administração, irão nos dizer.

## CRÍTICAS A JUNG

Os escritos de Carl Jung continuam a fascinar os estudantes de humanidades. Apesar de sua qualidade subjetiva e filosófica, a psicologia junguiana atraiu um grande público tanto de profissionais quanto de leigos. Seu estudo sobre a religião e mitologia pode repercutir bem para alguns leitores, mas repelir outros. Jung, contudo, considerava-se um cientista e insistia que seu estudo científico da religião, da

mitologia, do folclore e das fantasias filosóficas não fazia dele um místico mais do que o estudo de Freud sobre sexo o tornava um pervertido sexual (Jung, 1975).

No entanto, a psicologia analítica, assim como qualquer teoria, deve ser avaliada em relação aos seis critérios de uma teoria útil estabelecidos no Capítulo 1. Primeiramente, uma teoria útil deve gerar *hipóteses verificáveis* e *pesquisa descritiva*; segundo, ela deve ter a capacidade de verificação ou *refutação*. Infelizmente, a teoria de Jung, assim como a de Freud, é quase impossível de verificar ou refutar. O inconsciente coletivo, a essência da teoria de Jung, permanece sendo um conceito difícil de testar empiricamente.

Boa parte das evidências para os conceitos de arquétipo e inconsciente coletivo surgiu a partir das próprias experiências de Jung, as quais ele reconhecidamente encontrou dificuldade para comunicar aos outros, de forma que a aceitação desses conceitos se apoia mais na fé do que em evidências empíricas. Jung (1961) alegava que "as afirmações arquetípicas estão baseadas nas precondições instintivas e nada têm a ver com a razão; elas não são fundamentadas racionalmente, nem podem ser banidas pelo argumento racional" (p. 353). Tal afirmação pode ser aceitável para o artista ou o teólogo, mas é provável que não tenha adesões entre os pesquisadores científicos que se defrontam com os problemas de planejar estudos e formular hipóteses.

Todavia, a parte da teoria de Jung relacionada a classificação e tipologia, isto é, as funções e atitudes, pode ser estudada e testada e gerou uma quantidade moderada de pesquisa. Como o MBTI produziu um grande número de investigações, damos à teoria de Jung uma classificação como moderada em sua capacidade de gerar pesquisa.

Em terceiro lugar, uma teoria útil deve *organizar as observações* em uma estrutura significativa. A psicologia analítica é única, porque ela acrescenta uma nova dimensão à teoria da personalidade, nomeadamente o inconsciente coletivo. Aqueles aspectos da personalidade humana que lidam com o oculto, o misterioso e o parapsicológico não são abordados pela maioria das outras teorias da personalidade. Mesmo que o inconsciente coletivo não seja a única explicação possível para esses fenômenos e outros conceitos possam ser postulados para explicá-los, Jung é o único teórico da personalidade moderno a fazer uma tentativa séria de incluir um âmbito tão abrangente da atividade humana em uma estrutura teórica única. Por essas razões, damos à teoria de Jung uma classificação como moderada em sua capacidade de organizar o conhecimento.

Um quarto critério de uma teoria útil é a *praticidade*. A teoria auxilia terapeutas, professores, pais e outros na solução dos problemas do dia a dia? A teoria dos tipos psicológicos ou atitudes e o MBTI são usados por muitos clínicos, mas a utilidade da maior parte da teoria analítica está limitada àqueles terapeutas que adotam os princípios básicos junguianos. O conceito de um inconsciente coleti-

vo não se presta facilmente à pesquisa empírica, mas pode ter alguma utilidade ao ajudar as pessoas a compreenderem mitos culturais e se adaptarem aos traumas da vida. De modo geral, no entanto, podemos dar à teoria de Jung somente uma classificação baixa em praticidade.

A teoria da personalidade de Jung é *internamente coerente*? Ela possui um conjunto de termos definidos operacionalmente? A primeira pergunta recebe uma resposta afirmativa qualificada; a segunda, uma negativa definida. Jung, em geral, usava os mesmos termos coerentemente, mas ele empregava com frequência vários termos para descrever o mesmo conceito. As palavras *regressão* e *introvertido* estão relacionadas tão intimamente que se pode dizer que descrevem o mesmo processo. Isto também é verdadeiro para *progressão* e *extrovertido*, e a lista pode ser ampliada para incluir vários outros termos, como *individuação* e *autorrealização*, os quais não são diferenciados com clareza. A linguagem de Jung costuma ser figurada, e muitos de seus termos não são definidos de modo adequado. Quanto

às definições operacionais, Jung, assim como outros teóricos iniciais da personalidade, não definiu termos de modo operacional. Portanto, classificamos sua teoria como baixa em coerência interna.

O critério final de uma teoria útil é a *parcimônia*. A psicologia de Jung não é simples, mas a personalidade humana também não é. No entanto, como ela é mais complicada do que o necessário, podemos lhe dar apenas uma baixa classificação em parcimônia. A inclinação de Jung para procurar dados de uma variedade de disciplinas e sua disposição para explorar o próprio inconsciente, mesmo abaixo do nível pessoal, contribuem para as grandes complexidades e a imensa abrangência de sua teoria. A lei da parcimônia diz: “Quando duas teorias são igualmente úteis, a mais simples é a preferida”. Na verdade, é claro, não existem duas teorias iguais, mas a teoria de Jung, embora acrescentando uma dimensão à personalidade humana que não é muito abordada por outros, é provavelmente mais complexa do que o necessário.



## CONCEITO DE HUMANIDADE

Jung via os seres humanos com muitos polos opostos. Sua visão da humanidade não era *pessimista* ou *ótima*, nem *determinista* ou *propositiva*. Para ele, as pessoas são motivadas em parte pelos pensamentos *conscientes*, em parte por imagens de seu *inconsciente* pessoal e em parte pelos traços de memória latentes herdados de seu passado ancestral. Sua motivação provém de fatores *causais* e *teleológicos*.

A constituição complexa dos humanos invalida qualquer descrição simples ou unilateral. De acordo com Jung, cada pessoa é uma composição de forças opostas. Ninguém é completamente introvertido ou extrovertido, masculino ou feminino, uma pessoa em que predomina o pensamento, o sentimento, a sensação ou a intuição, e ninguém avança de modo invariável na direção da progressão ou da regressão.

A *persona* não é mais do que uma fração de um indivíduo. O que se deseja mostrar aos outros é, em geral, apenas o lado socialmente aceitável da personalidade. Cada pessoa possui um lado sombrio, uma sombra, e a maioria tenta ocultá-lo tanto da sociedade quanto de si mesma. Além disso, cada homem possui uma *anima*; e cada mulher, um *animus*.

Os vários complexos e arquétipos lançam seu feitiço sobre as pessoas e são responsáveis por muitas de suas palavras e ações e pela maior parte de seus sonhos e fantasias. Ainda que as pessoas não sejam mestres de suas próprias casas, elas também não são completamente dominadas por forças além de seu controle. Possuem uma capacidade limitada de determinar sua vida. Por meio da força de vontade e com grande coragem, elas podem explorar os recessos escondidos de sua

psique. Elas podem reconhecer a sombra desses recessos como delas, tornar-se parcialmente conscientes de seu lado feminino ou masculino e cultivar mais de uma única função. Esse processo, que Jung denominava individuação ou autorrealização, não é fácil e demanda maior coragem do que a maioria das pessoas consegue reunir. Em geral, uma pessoa que atingiu a autorrealização já chegou à metade da vida e atravessou com sucesso os estágios da infância e da juventude. Durante a meia-idade, elas devem estar dispostas a deixar de lado os objetivos e os comportamentos da juventude e adotar um novo estilo, apropriado a seu estágio do desenvolvimento psíquico.

Mesmo depois que as pessoas alcançaram a individuação, tomaram conhecimento de seu mundo interno e criaram um equilíbrio entre as várias forças opostas, elas permanecem sob influência de um inconsciente coletivo impessoal que controla muitos de seus preconceitos, interesses, medos, sonhos e atividades criativas.

Na dimensão dos aspectos *biológicos* versus *sociais* da personalidade, a teoria de Jung inclina-se fortemente na direção da biologia. O inconsciente coletivo, que é responsável por tantas ações, faz parte de nossa herança biológica. Exceto pelo potencial terapêutico da relação médico-paciente, Jung tinha pouco a dizer acerca dos efeitos diferenciais de práticas sociais específicas. De fato, em seus estudos de várias culturas, ele encontrou diferenças superficiais e semelhanças profundas. Assim, a psicologia analítica também pode ser classificada como alta em *semelhanças* entre as pessoas e baixa nas *diferenças individuais*.

## Termos-chave e conceitos

- O *inconsciente pessoal* é formado pelas experiências reprimidas de um indivíduo em particular e é o reservatório dos complexos.
- Os humanos herdam um *inconsciente coletivo* que ajuda a moldar muitas de suas atitudes, seus comportamentos e seus sonhos.
- *Arquétipos* são conteúdos do inconsciente coletivo. Os arquétipos típicos incluem *persona*, sombra, *anima*, *animus*, grande mãe, velho sábio, herói e *self*.
- A *persona* representa o lado da personalidade que as pessoas mostram para o resto do mundo. Aquelas psicologicamente sadias reconhecem sua *persona*, mas não a confundem com a totalidade da personalidade.
- A *anima* é o lado feminino dos homens e é responsável por muitos de seus humores e sentimentos irracionais.
- O *animus*, o lado masculino das mulheres, é responsável pelo pensamento irracional e pelas opiniões ilógicas nas mulheres.

- A *grande mãe* é o arquétipo de fertilidade e destruição.
- O arquétipo do *velho sábio* é a voz inteligente, mas enganadora, da experiência acumulada.
- O *herói* é a imagem inconsciente de uma pessoa que derrota um inimigo, mas que também possui uma fragilidade trágica.
- O *self* é o arquétipo da integridade, da totalidade e da perfeição.
- As atitudes de *introversão* e *extroversão* podem se combinar com uma ou mais das quatro funções – *pensamento*, *sentimento*, *sensação* e *intuição* – para produzir oito tipos básicos.
- Uma *meia-idade* e uma *velhice* saudáveis dependem de soluções apropriadas para os problemas da *infância* e da *juventude*.
- Os terapeutas junguianos usam a análise dos sonhos e a imaginação ativa para descobrir os conteúdos do inconsciente coletivo dos pacientes.