

# A DESREGULAÇÃO NO USO DOS MECANISMOS DE DEFESA DO EGO E O DESENVOLVIMENTO DA INTELIGÊNCIA EMOCIONAL: UM DIÁLOGO ENTRE TEORIAS

The desregulation in the use of the ego's defense mechanisms and the developing emotional intelligence: a dialogue between theories

Michelly Herrera Pedreira<sup>1</sup>  
Guidie Elleine Nedochetko Rucinski<sup>2</sup>  
Cinthya Ciola da Costa Senkiv<sup>3</sup>

**RESUMO:** Os mecanismos de defesa na psicanálise possuem a função de proteger o sujeito de situações ameaçadoras que possam evocar algum sofrimento, mas em determinado momento, um mecanismo de defesa pode se desalinhar e apresentar-se de forma rígida, ocasionando perturbações no desenvolvimento da personalidade do sujeito. O presente trabalho apresenta uma pesquisa bibliográfica de caráter exploratório, o qual objetiva por meio de produções científicas referentes aos mecanismos de defesa pela psicanálise e a teoria da inteligência emocional por Daniel Goleman, compreender “como a desregulação no uso dos mecanismos de defesa do ego impede o sujeito de desenvolver a inteligência emocional”. Para isso, a utilização de um diálogo entre as teorias supracitadas possibilitou a estruturação teórica de um terceiro viés, o qual permite uma compreensão acerca do desvio da gestão emocional e um possível caminho para o restabelecimento psíquico saudável do indivíduo, além de ressaltar a importância da pesquisa científica diante das temáticas expostas.

**PALAVRAS-CHAVE:** Psicanálise. Inteligência emocional. Mecanismos de defesa do ego. Desequilíbrio emocional.

**ABSTRACT:** The defense mechanisms of psychoanalysis have the function of protecting the individual from threatening situations that may evoke some kind of suffering, but at a given moment, a defense mechanism can get out of alignment and present itself in a strict way, causing disruptions in the individual's personality development. This work presents an exploratory bibliographical research, which aims, through scientific productions referred to the defense mechanisms by psychoanalysis and the theory of emotional intelligence by Daniel Goleman, to understand “how the desregulation in the use of the ego's defense mechanisms blocks the developing of the individual's emotional intelligence”. For this, the use of a dialogue between the mentioned theories enabled the theoretical structuring of a third bias, which allows an understanding of the emotional management offset and a possible path for the individual's healthy psychic reestablishment, besides to highlight the importance of scientific research on the exposed themes.

**KEYWORDS:** Psychoanalysis. Emotional intelligence. Ego's defense mechanisms. Emotional imbalance.

## 1 INTRODUÇÃO

Para a psicanálise, os mecanismos de defesa do ego possuem papel fundamental no modo como os indivíduos se relacionam. Segundo Piovesan et al. (2018, p. 20), os mecanismos são usados inconscientemente e assim, é possível compreender que o indivíduo

---

<sup>1</sup> Graduanda do curso de Psicologia do Centro Universitário do Vale do Iguaçu- UNIGUAÇU. E-mail: [michellypedreira65@gmail.com](mailto:michellypedreira65@gmail.com)

<sup>2</sup> Professora orientadora. Graduada em Psicologia pela UnC – SC e Especialista em Psicologia das Organizações e do Trabalho pela mesma instituição de ensino superior. E-mail: [prof\\_guidierucinski@uniguacu.edu.br](mailto:prof_guidierucinski@uniguacu.edu.br)

<sup>3</sup> Professora orientadora. Graduada em Psicologia pela PUC - PR e Mestre em Educação pela UNIARP - SC. E-mail: [cinthyaciola@gmail.com](mailto:cinthyaciola@gmail.com)

não perceba quando os utiliza. A função dos mecanismos é de proteger o sujeito de situações ameaçadoras que possam evocar algum sofrimento.

Segundo Freud (1946, apud CAMPOS, 2018, p. 150), em determinado momento, um mecanismo de defesa pode se desalinhar e passar a apresentar-se como dominante e rígido ocasionando perturbações no desenvolvimento da personalidade do sujeito; o que possibilita notar uma semelhança entre determinadas neuroses e formas específicas de defesa.

Neste cenário, o problema de pesquisa que emerge é: Como a desregulação no uso dos mecanismos de defesa do ego descrita pela psicanálise impede o sujeito de desenvolver a inteligência emocional? O presente trabalho aborda um estudo bibliográfico de caráter exploratório, que objetiva pontuar especificamente produções científicas que explanem a respeito dos mecanismos de defesa do ego pela psicanálise e o processo de desenvolvimento da inteligência emocional pela teoria de Daniel Goleman, com o intuito de correlacionar tais trabalhos, possibilitando uma compreensão acerca do desvio da gestão emocional por intermédio de um terceiro viés, um diálogo entre duas teorias distintas, e qual caminho possível para o restabelecimento psíquico saudável do indivíduo.

## **2 MÉTODO**

A presente pesquisa classificada como bibliográfica, intenta por meio da interrelação de teorias, unir conhecimentos, sendo assim possível compreender ao abordar o problema de pesquisa que esta enquadra-se como exploratória, a qual segundo Gil (2002, p. 41) “têm como objetivo principal o aprimoramento de ideias ou a descoberta de intuições.”

O desenvolvimento do estudo foi estruturado por meio da análise de conteúdos teórico-científicos, como artigos científicos, dissertações e teses, datados com ano de publicação de 2006 a 2019, tais materiais foram selecionados por palavras-chave como: *psicanálise*, *personalidade*, *mecanismos de defesa do ego*, e *inteligência emocional*, selecionados de diversas plataformas de pesquisa científica.

Foram utilizados também, exemplares de autores clássicos psicanalíticos e obras complementares que abordam o tema com referências de publicações anteriores ao ano de 2010, e o exemplar de Daniel Goleman sobre a teoria da inteligência emocional, sendo este o livro: “Inteligência Emocional a teoria revolucionária que redefine o que é ser inteligente” (publicado em 1995, reimpressão que foi utilizada de 2012).

## **3 REVISÃO DE LITERATURA**

### **3.1 A ESTRUTURA PSÍQUICA PARA A PSICANÁLISE**

A teoria desenvolvida por Sigmund Freud no início do século XX é extensa e complexa. O autor ao final do século XIX inicia seus estudos, mas somente no ano de 1900 publica sua

primeira obra considerada psicanalítica: “A interpretação dos sonhos”. Desta forma o desenvolvimento da teoria psicanalítica freudiana relaciona-se as circunstâncias do início do século XX, marcado por inúmeras transformações. (CARLONI, 2011).

De acordo com Nishikawa, Fiore e Hardt (2017), Freud apresenta pela psicanálise ao estruturar a primeira tópica do aparelho psíquico, não mais regido pela consciência, mas pelo inconsciente que é formado por intermédio do recalçamento, sendo este uma ação psíquica dos mecanismos de defesa, fator chave da histeria. Simultaneamente apresentou a teoria do sonho e o desvelamento da sexualidade infantil, que provocou críticas no início do século XX (NISHIKAWA; FIORE; HARDT, 2017).

A cura pela Psicanálise nasceu, portanto, da necessidade, conforme as análises de Freud de tornar consciente o inconsciente. Fadiman e Frager (2002), explicam que no inconsciente encontram-se os elementos mais instintivos do ser humano, os quais nunca foram conscientes e que também não conseguem ser acessados pela consciência. Outro fator a se expor é que no inconsciente reside todo material que foi negado, excluído, censurado, reprimido pela consciência, tal material não é definitivamente esquecido ou perdido, apenas não lhe é permitido ser lembrado. “A maior parte da consciência é inconsciente. Ali estão os principais determinantes da personalidade, as fontes da energia psíquica e pulsões ou instintos”. (FADIMAN; FRAGER, 2002, p. 7).

Posteriormente, na segunda tópica, Freud desenvolveu outros conceitos fundamentais para a compreensão da psique humana, o id, ego e superego, sendo estes três componentes que estruturam a psique. O id corresponde a toda origem da energia pulsional (libido), resume Carloni (2011). Cunha (2010), contribui expondo que o id é a fração onde se localizam as propensões mais rudimentares do indivíduo, ele é constituído por energias – a estas Freud chamou de pulsões – estabelecidas biologicamente e indispensáveis de desejos e urgências desacolhidas de qualquer norma social determinada.

“O id não é socializado, não respeita convenções, e as energias que o constituem buscam a satisfação incondicional do organismo”. (CUNHA, 2010, p. 1). Ou seja, o id sendo inconsciente é controlado pelo Princípio do Prazer<sup>4</sup>, o qual, formulado por Freud, refere-se à inclinação natural do psiquismo em atingir prazer e eliminar o desprazer, recorrendo a redução dos níveis de tensão intrapsíquica. (CARLONI, 2011).

O ego é seção da personalidade especializada em manter o convívio com o externo que o indivíduo está situado, ele corresponde a fração visível de cada sujeito, se relaciona com as normas sociais permitidas, suporta as pressões e tensões do meio, e exerce ações com a finalidade de equilibrar a convivência do indivíduo com os outros a seu redor. (CUNHA,

---

<sup>4</sup> Princípio do Prazer: texto escrito por Freud “Além do princípio do prazer” no ano de 1920. (LAPLANCHE; PONTALIS, 2001).

2010). Fadiman e Frager (2002), comentam que o ego se desenvolve a partir do id, no processo de desenvolvimento do indivíduo ao passo que vai constituindo noção clara de sua identidade, para cuidar e acomodar as incessantes solicitações do id.

Para Freud (1977) o ego é a parte do id remodelada pela intervenção direta do mundo externo, como também por intermédio do mundo externo o ego visa influenciar o id e suas inclinações. Deste modo, o ego empenha-se em substituir o princípio do prazer que impera no id, pelo Princípio da Realidade<sup>5</sup>. Carloni (2011), explana que o ego intercede entre os impulsos do id, as impraticabilidades do mundo externo e as inibições do superego, e tal componente alinha-se ao princípio da realidade, é por meio deste que o indivíduo se tornar civilizado.

O superego, no que lhe concerne, é o detentor de regras e princípios morais do grupo social que o indivíduo está inserido. Nele se reúnem as normas e os valores da cultura e sociedade, estas que são representadas, preliminarmente, pela família e em seguida internalizadas pelo indivíduo. (CUNHA, 2010).

Por conseguinte, Carloni (2011), relembra que Freud definiu o superego como o herdeiro do Complexo de Édipo<sup>6</sup>, visto que este acusa os desejos do id, antes destes impulsos alcançarem a consciência. O fato é que segundo Freud (1977), quanto mais intenso o complexo de Édipo e mais rápido perecer à repressão, mais severa será a autoridade do superego sobre o ego, seja de forma consciente, ou até mesmo por meio de um sentimento de culpa inconsciente.

Portanto, o superego possui quatro funções, sendo a primeira a autopreservação, pela qual irá vigiar os atos e vontades do ego; a segunda função manifesta as regras, leis e normas introjetadas no indivíduo; no que compete a terceira função essa é a que julga e se responsabiliza por punir os atos e vontades do ego, conforme as regras, leis e normas introjetadas. E por fim a quarta função do superego é responsável pela criação de ideias que o ego teria o dever de ser, “ideal de ego”.

Desse modo, pode-se compreender que o id, o ego e o superego são completamente diferentes, mas não são isolados, os três compõem uma relação em que dialogam, atuando unidos e criam, na estrutura psíquica, um apanhado que compreende a subjetividade para a psicanálise. (CARLONI, 2011).

---

<sup>5</sup> Princípio da Realidade: texto escrito por Freud “Além do princípio do prazer” no ano de 1920. (LAPLANCHE; PONTALIS, 2001).

<sup>6</sup> Complexo de Édipo: baseado na história do Édipo-Rei. Conjunto organizado de desejos amorosos e hostis que a criança sente em relação aos pais. (LAPLANCHE; PONTALIS, 2001).

### 3.2 O EGO E OS MECANISMO DE DEFESA NA PSICANÁLISE

Para Silva (2010, p. 1 e 2), “os mecanismos de defesa do ego são processos subconscientes desenvolvidos pela personalidade”, com o propósito de permitir que a mente desenvolva uma solução aos conflitos, impulsos agressivos, ansiedades, hostilidades e frustrações mal resolvidas ao nível da consciência. A autora comenta que essa técnica é utilizada para defesa, pois visa organizar impulsos que se encontram em conflito e abrandar tensões internas que são selecionadas de forma inconsciente e operam de forma automática.

Fenichel (2004), ressalta que os mecanismos podem ser divididos em dois grupos: a) as defesas bem-sucedidas que atuam para cessar o estímulo que se rejeita; e b) as defesas ineficazes, que demandam uma repetição do processo de repulsão para conseguir barrar a invasão dos impulsos que foram rejeitados. Dentre os mecanismos de defesa do ego destacam-se oito como principais. São eles: Negação; Regressão; Deslocamento; Projeção; Formação de Reação ou Formação Reativa; Intellectualização; Racionalização e Sublimação.

No mecanismo de **negação**, como descrito por Pereira (2014, grifo nosso), este apresenta-se pela ação de negar a realidade baseando-se em mentiras que muitas vezes levam o indivíduo a confundir-se, já que se contraria. Ao negar a realidade é uma maneira do indivíduo de se proteger de algo que pode gerar sofrimento e dor. Já ao mencionar o mecanismo de **regressão**, Pereira (2014, grifo nosso) aponta que esta se caracteriza pela vivência em um retorno ao nível do desenvolvimento, um modo de desempenho psíquico menos complexo, infantilizado.

No mecanismo de **deslocamento**, Kotzent (2017, grifo nosso), discorre que os sentimentos ligados a uma ideia ou a objeto são deslocados para outro semelhante que é muito parecido com o original. Pereira (2014), explica que este mecanismo não possui elo com a lógica, por meio dele o todo pode ser retratado por uma parte, e vice-versa.

Pereira (2014, grifo nosso), referindo-se ao mecanismo de defesa da **projeção**, esta faz parte da dinâmica relacional, para que a projeção seja possível é preciso que exista o outro na relação. A partir da existência do outro, será a ele atribuí qualidades e defeitos próximos às do mundo interno do indivíduo que projeta. Fadiman e Frager (2002), agregam ao definir a projeção como ação de atribuir ao outro, qualidades, sentimentos e intenções que se originaram em si próprio.

Referente ao mecanismo de **formação reativa**, Fadiman e Frager (2002, grifo nosso), especificam que esse substitui pensamentos e comportamentos que são completamente opostos ao desejo original; trata-se de uma inversão nítida e, em geral, inconsciente do desejo. Para Pereira (2014) a formação reativa encaixa-se nos mecanismos de defesa de nível superior, ou nas defesas neuróticas por conta de transformar um desejo ou impulso em algo totalmente ao seu oposto.

Já ao falar sobre a **intelectualização**, termo empregado por Ana Freud, Kotzent (2017, grifo nosso), explica que este manifesta-se como uma resistência ao processo analítico, desta maneira o paciente utiliza de pensamentos abstratos, filosóficos e teóricos ao invés de contar os afetos e fantasias existentes.

Ao que se refere a **racionalização** Silva (2010, grifo nosso), esclarece este mecanismo é um dos mais comuns ao querer evitar o sentimento de culpa e manter o respeito por si próprio, tal mecanismo se apresenta muito eficaz até exceder-se ao ponto de guiar o indivíduo em uma autoproteção e constante conforto psíquico, já que este cria argumentos para não assumir a justificativa real.

E por fim, Pereira (2014), articula que o mecanismo mais eficaz, é a sublimação pois canaliza impulsos libidinais para ações socialmente úteis e aceitáveis. Fadiman e Frager (2002), argumentam que a característica em comum está em que, sob a interferência do ego, o objeto e/ou a finalidade se modifica, sem bloquear a descarga adequada. Na sublimação, o impulso original cessa, pois tal energia é canalizada e retirada por meio da catexia<sup>7</sup> do substituto. Já nas demais defesas a energia do impulso original é contida por uma contra catexia alta.

### 3.3 INTELIGÊNCIA EMOCIONAL

A partir de 1995, com os trabalhos de Daniel Goleman é que a teoria da inteligência emocional ganha popularidade, o fato é que antes das publicações, do autor mencionado, estudos referentes as emoções já existiam. A inteligência emocional é pesquisada, no mínimo, há cerca de cinquenta anos. Mas ainda é possível compreender este como um tema recente e muito debatido. O termo inteligência emocional tornou-se mais conhecido em meados da década de noventa e os debates envolvendo a temática perduram até os dias atuais (ARRUDA; MORAES; COLLING, 2018).

Goleman (2012) argumenta que é possível acompanhar cotidianamente nos noticiários casos cada vez mais recorrentes no que se refere a episódios de conflitos, por diversas vezes, iniciados por mal-entendidos, agressões verbais e até físicas que acabam tomando grandes dimensões. Para Goleman (2012), o noticiário encontra-se cada dia mais sobrecarregado de informações que alertam para a fragmentação da civilidade e da segurança, mas o fator relevante deste cenário é que tais eventos revelam-se apenas como reflexo, em maior proporção, de um estado de descontrole emocional.

Goleman (2012, p. 33), expõe que:

---

<sup>7</sup> Catexia: processo que canaliza a energia libidinal em uma ideia, na representação mental de uma pessoa ou objeto. A libido que é catexizada perde seu movimento de origem, não podendo mais se mobilizar em direção de novos objetos. (FADIMAN; FRAGER, 2002).

Na verdade, as primeiras leis e proclamações sobre ética – o Código de Hamurabi, os Dez Mandamentos dos Hebreus, os Éditos do Imperador Ashoka – podem ser interpretadas como tentativas de conter, subjugar e domesticar as emoções. Como Freud observou em *O Mal-estar na Civilização*, o aparelho social tem tentado impor normas para conter o excesso emocional que emerge, como ondas de dentro de cada um de nós.

Para uma compreensão efetiva dos fenômenos emocionais e o processo de desequilíbrio referente a eles, é necessário compreendermos inicialmente o seu dinamismo em equilíbrio, portanto, o que seria a essa inteligência emocional que Goleman expõe? O autor explica que a inteligência emocional é a habilidade de nutrir motivações a si próprio e de persistir em um objetivo mesmo diante de obstáculos; ter o controle dos próprios impulsos e saber esperar para satisfazer seus desejos; manter o controle impedindo que a ansiedade atrapalhe o raciocínio; assim como ser empático e ter autodomínio. (GOLEMAN, 2012).

Roque et al. (2006) explicam de outra maneira, expondo que a inteligência emocional nada mais é do que o uso inteligente das emoções; voluntariamente manusear as emoções para que conduzir nossos comportamentos, com o objetivo de alcançar resultados almejados. Todas as situações diárias possuem e correspondem a um encargo significativo das emoções, ter informações necessárias e conseguir raciocinar permite que o indivíduo concentre de maneira assertiva as emoções.

Conforme Woyciekoski (2006), a regulação emocional depende de fatores intra e extra-organísmicos, esses possibilitam que a excitação emocional seja redirecionada, modelada e controlada, permitindo o indivíduo de responder de maneira adaptativa os estímulos que envolvam uma expressividade emocional. A manutenção do equilíbrio interno da excitação emocional, por exemplo, é possível pela regulação das emoções, o que permeia um nível satisfatório de ajustamento e desempenho, ao passo que se encontra em equilíbrio a excitação e expressão emocional, essenciais para a função adaptativa no decorrer da vida.

### 3.4 DESENVOLVIMENTO DA INTELIGÊNCIA EMOCIONAL

O alicerce para desenvolver a inteligência emocional, está na autoconsciência emocional a partir desta se estruturam outros três componentes essenciais, sendo a autogestão ou autocontrole, a empatia e habilidade social (GOLEMAN, 2012). O autor explica que a autoconsciência é similar a “atenção flutuante” de Freud, sendo esta denominada a atenção capaz de registrar, de forma imparcial, tudo o que flui pela consciência, assistindo como contemplador interessado, mas não formulador de reação. Essa autoconsciência ativa o neocórtex, especificamente nas áreas da linguagem, pareado para reconhecer e nomear emoções que são evocadas.

No que se refere a autoconsciência, Goleman (2012, p. 71) argumenta que:

A autoconsciência não é uma atenção que se deixa levar pelas emoções, reagindo com exagero e amplificando a percepção. Ao contrário, é um modo neutro, que mantém a autorreflexividade mesmo em meio a emoções turbulentas.

Deste modo, pode-se compreender que a autoconsciência é estar consciente do estado de espírito que se encontrar, ao mesmo tempo que se observa o que sente em relação a este estado de espírito, compreender e reconhecer as próprias emoções, urgências, desejos, fraquezas e forças, a auto-observação deve ser acolhedora e não julgadora aos estados internos do indivíduo, concluí. (GOLEMAN, 2012).

Goleman (2012), elucida que o autocontrole é como uma conversa interna constante, é por meio dele que o indivíduo consegue ser livre dos próprios sentimentos. As pessoas comprometidas a terem essa conversa interna, também sente mau humor e frustrações emocionais, assim como todas as demais, porém encontram formas de encará-los, contorná-los quando preciso, e direcioná-los de maneiras úteis.

De encontro ao exposto acima, Goleman (2012, p. 81), explicita que:

O problema não está na tristeza, preocupação ou raiva ocasionais; normalmente, esses sentimentos passam, com tempo e paciência. Mas quando eles são muito intensos e ultrapassam um limite razoável, atingem seus perturbadores extremos – ansiedade crônica, ira descontrolada, depressão. E, no ponto mais severo e insuportável, para que sejam debelados pode ser necessária a medicação, psicoterapia ou as duas coisas juntas.

Ressalta-se que a herança genética contribui para uma série de dados que determinam o temperamento do indivíduo, mas os circuitos cerebrais que estão envolvidos são flexíveis, desta maneira temperamento não é conclusivo. As ligações emocionais que são internalizadas na infância modelam os caminhos emocionais, os tornando mais adequados ou inadequados, na essência da inteligência emocional. (GOLEMAN, 2012).

Em conclusão, isso significa que é na infância e na adolescência o momento para demarcar os padrões emocionais básicos que irão ditar a vivência do indivíduo, a fim de possibilitar as novas gerações bem-estar e uma cultura da saúde emocional. Em vista disso, como diria Goleman, “se há um remédio, acredita-se que este seja a preparação dos jovens para a vida”. (GOLEMAN, 2012, p. 74).

#### **4 RESULTADOS E DISCUSSÕES**

Depois de analisar a teoria dos mecanismos defesa do ego pela Psicanálise e a teoria da Inteligência Emocional pelo Goleman, evidencia-se o momento de responder “Como a desregulação no uso dos mecanismos de defesa do ego descrita pela psicanálise impede o sujeito de desenvolver a inteligência emocional?”. Em resposta a esta pergunta, foram encontradas algumas ações resultantes da desregulação dos mecanismos de defesa que impossibilitam a inteligência emocional de ser desenvolvida.



Sendo assim, a seguir serão apontados os achados que revelam significativo potencial para dissecar tal problemática, cabe ressaltar que os resultados e discussões aqui apresentados partem de duas teorias distintas, a partir das quais pela perspectiva da pesquisadora alguns pontos podem ser interligados, criando assim um terceiro viés, sendo este um diálogo entre as teorias.

A utilização dos mecanismos de defesa do ego não é realizada de forma consciente pelo indivíduo, visto que são processos subconscientes desenvolvidos com o objetivo de resolver conflitos, ansiedades, frustrações mal resolvidas ao nível consciente. De forma geral os mecanismos de defesa organizam tensões internas, estas são escolhidas de forma inconsciente, mas atuam automaticamente no indivíduo. (SILVA, 2010).

De acordo com Freud (2006, p. 31) “Encontramos a mesma ligação constante entre a neurose e os mecanismos de defesa, quando estudamos os modos de defesa que um paciente emprega contra os seus afetos e a forma de resistência adotada pelo seu ego”. É possível compreender, portanto, que o desenvolvimento da neurose encontra-se intimamente relacionado aos mecanismos de defesa, na forma que cada indivíduo os utiliza no enfrentamento de tensões e nas resistências admitidas pelo ego.

Isto posto, tendo em vista a hipótese da utilização de um ou mais mecanismos de defesa de forma generalizada e repetitiva, ou seja, que se apresentam perante até mesmo de situações brandas de tensão, possíveis de serem solucionadas conscientemente pelo indivíduo, mas que ainda assim atuam na resolução de tais, há a possibilidade, a longo prazo, do indivíduo enfrentar dificuldades em experienciar uma vida emocionalmente saudável, como também não conseguir desenvolver inteligência emocional, visto que tais mecanismos de defesa encontram-se “desregulados”, em estado de desregulação referente ao uso, podem-se assim dizer.

De certo modo, quando há a utilização de mecanismos de forma generalizada e repetitiva, atuando na resolução de tensões mesmo que possíveis de serem solucionadas sem a ativação dos mecanismos de defesa, tal ação pode ser justificada e compreendida ao partir da perspectiva de Fenichel (2004), que colabora expondo que há ações de defesa contra assimilações angustiantes, ao passo que há ações de defesa contra qualquer sofrimento existente.

Diante disso, adentrando a teoria de Goleman pode-se compreender que os sentimentos e emoções quando se encontram fora do domínio da consciência podem impactar, significativamente, na forma que o indivíduo percebe e reage às situações; mesmo o indivíduo não possuindo a menor ideia de que tais sentimentos e emoções encontram-se atuando. (GOLEMAN, 2012). Um exemplo simples e de fácil compreensão, é ao analisar alguém que no início do dia se entristece com alguma situação e permanece zangado, mesmo horas depois, e com este estado de humor, responde mal às pessoas que interagem com ele.

Nota-se conforme o raciocínio do exemplo acima que a falta de contato consigo mesmo, de compreensão das próprias razões e ações internas prejudicam a perspectiva do indivíduo, favorecendo assim, de maneira significativa para o descontrole da própria postura, comportamentos, pensamentos e a forma como reage as situações e aos relacionamentos interpessoais a sua volta.

É notável que, muitas vezes, os indivíduos possuem pouco ou, até mesmo, nenhum controle sobre o momento que são dominados por questões emocionais e de quais emoções se tratam, mas pode-se optar sobre quanto tempo durará esse quadro (GOLEMAN, 2012). O fato é que as pessoas necessitam de reservatórios de autocontrole para que seja possível a elas preservar o autodomínio, retardar a satisfação dos impulsos e prazeres e tolerar sentimentos desagradáveis (ARRUDA; MORAES; COLLING, 2018).

Diante de tais pressupostos relacionados ao emocional, é possível correlacioná-los, de certo modo, como contribuintes na utilização generalizada e repetitiva dos mecanismos, uma vez que é possível, e há grandes chances, que tal uso seja influenciado por estados emocionais que escapam do nível da consciência do indivíduo. É neste ponto que se encontra o empecilho de como a desregulação dos mecanismos de defesa impedem o desenvolvimento da inteligência emocional, pois segundo Goleman (2012), o pilar para o desenvolvimento da inteligência emocional é a autoconsciência emocional.

Para Goleman (2012), a autoconsciência é a fundação para toda a estrutura que a inteligência emocional demanda do indivíduo, visto que é a partir dela ser possível que as demais aptidões se estruturem, sendo essas o autocontrole, empatia e habilidade social. Desta forma o autor apresenta a autoconsciência para na inteligência emocional como a atenção consciente em relação as próprias emoções, capaz de ser auto flexível até mesmo diante de emoções turbulentas.

A autoconsciência emocional pode ser comparada a “atenção flutuante” descrita por Freud, pois registra, de maneira imparcial, todos os processos que fluem pela consciência, e assiste esses processos como observador interessado, mas não emprega reações. Portanto, o elemento essencial para o desenvolvimento da inteligência emocional é uma atenção, esta não é guiada pelas emoções, mas registra e é capaz de reordenar o estado consciente do indivíduo, o auxiliando no processo de autoconhecimento, já que este inicia-se no compreender e nomear o estado emocional no qual se encontra. (GOLEMAN, 2012).

## **5 CONSIDERAÇÕES FINAIS**

Assim sendo, é possível compreender que a inteligência emocional é impedida de se desenvolver diante de um quadro em que os mecanismos de defesa do ego se encontram desregulados, isto quando os mecanismos atuam de maneira generalizada sob influência de

emoções não conscientes ao indivíduo, em relação a situações menos complexas, que demandam apenas de uma gestão emocional. E é justamente a falta de autoconsciência emocional para gerir e flexibilizar demandas internas que acionam os mecanismos de defesa do ego, que impedem o sujeito de desenvolver inteligência emocional.

Entretanto, cabe ressaltar que os mecanismos de defesa são necessários e utilizados por todos, o que os tornam desregulados e impedem a inteligência emocional de ser desenvolvida é a constância e intensidade em que são utilizados na contenção de conflitos mal resolvidos ao nível da consciência, tais conflitos que poderiam ser solucionados ao nível consciente, mas por conta da falta de gestão emocional acionam demandas de defesa subconscientes.

Contudo, durante o desenvolvimento do estudo foi possível constatar escasso material teórico-científico de produções a partir de 2018 referentes aos mecanismos de defesa do ego que abordassem o tema conforme as vivências da sociedade atual. Outro ponto relevante é a inexistência de conteúdos teórico-científicos na língua portuguesa que aborde, por perspectiva similar à da pesquisa aqui apresentada, a ação desregular dos mecanismos de defesa do ego pela psicanálise relacionada ao desenvolvimento da inteligência emocional, o que evidencia a necessidade e importância de pesquisas científicas sobre o tema, visto que podem auxiliar em uma compreensão mais dinâmica e acessível na promoção de gestão emocional.

De encontro a isto, considera-se válido ressaltar que teoricamente foi possível apontar um terceiro viés pautado no diálogo entre as duas teorias distintas que foram aqui pontuadas, entretanto compreende-se como essencial a continuidade de tal pesquisa para a validação/refutação de tais pressupostos teóricos perante uma análise prática da dinâmica psicológica, por exemplo, por intermédio de um estudo de caso.

Por fim ressalta-se também, a importância da educação emocional para todas as faixas etárias, pela pesquisa desenvolvida é possível compreender que a promoção de educação emocional é tão necessária e até mesmo similar ao processo de linguagem e alfabetização no desenvolvimento do indivíduo, já que é por meio desta que o sujeito contata, comunica e compreende seus processos internos. A educação emocional sendo estimulada e desenvolvida desde os anos iniciais nas escolas, por exemplo, pode impactar significativamente as futuras gerações nas relações interpessoais que estabelecem, assim como conduzir a tolerância diária e necessária para o convívio civilizado na sociedade, tal convívio que atualmente aparenta sofrer grande impacto por conta da labilidade emocional e a sua falta de gestão.

## REFERÊNCIAS

ARRUDA, J. R.; MORAES, J. P.; COLLING, T. Desenvolvendo capacidades da inteligência emocional através do coaching. **Rev. Saber Humano**, Restinga Sêca, v. 8, n. 12, p. 92 – 112, jan./jul. 2018. Disponível em: <https://saberhumano.emnuvens.com.br/sh/article/view/309> Acesso em: 16 de novembro de 2020.

CAMPOS, R. C. O conceito de Mecanismo de Defesa e a sua Avaliação: Alguns Contributos. **Rev. Iberoamericana de Diagnóstico e Evaluación – e Avaliação Psicológica**, v. 1, n. 50, p. 149 – 161, 2019. Disponível em: <https://www.aidep.org/sites/default/files/2019-01/RIDEP50-Art12.pdf> Acesso em: 30 de abril de 2021.

CARLONI, P. **A história e a constituição da psicanálise: introdução aos principais conceitos freudianos para entender a subjetividade humana**. Revista Eletrônica de Educação da Faculdade Araguaia, Goiânia, v.1, n.1, p.1-12, 2011. Disponível em: <https://ria.ufrn.br/jspui/handle/123456789/763> Acesso em: 15 de setembro de 2020

CUNHA, M. V. **Freud: Psicanálise e educação**. Universidade Estadual Paulista Júlio de Mesquita Filho. 2010. Disponível em: [http://www.gradadm.ifsc.usp.br/dados/20171/FCI0425-1/Freud\\_Psicanalise\\_e\\_Educacao.pdf](http://www.gradadm.ifsc.usp.br/dados/20171/FCI0425-1/Freud_Psicanalise_e_Educacao.pdf) Acesso em: 18 de setembro de 2020.

DUNKER, C. I. L. Estrutura e personalidade na neurose: da metapsicologia do sintoma à narrativa do sofrimento. **Psicol. USP**, São Paulo, v. 25, n. 1, p. 77-96, abr. 2014. Disponível em: <https://www.scielo.br/pdf/pusp/v25n1/09.pdf> Acesso em: 27 de abril de 2021.

FADIMAN, J.; FRAGER, R. **Teorias da Personalidade**. São Paulo: HARBRA, 2002.

FENICHEL, O. **Teoria Psicanalítica das Neuroses**. Fundamentos e Bases da Doutrina Psicanalítica. São Paulo: Editora Atheneu, 2004.

FREUD, S. **O ego e o id e outros trabalhos**. v. XIX – Rio de Janeiro: IMAGO, 1977.

FREUD, A. **O ego e os mecanismos de defesa**. São Paulo: Artmed, 2006.

GIL, A. C. **Como elaborar projetos de pesquisa**. 4. ed. São Paulo: Atlas, 2002.

GOLEMAN, D. **Inteligência Emocional**. A teoria Revolucionária que define o que é ser inteligente. Rio de Janeiro: Objetiva, 2012.

KOTZENT, J. P. **Mecanismo de defesa**. Associação Psicanalítica do Vale do Paraíba. Disponível em: [http://apvp.com.br/biblioteca/biblioteca\\_120.pdf](http://apvp.com.br/biblioteca/biblioteca_120.pdf) Acesso em: 30 de setembro de 2020.

LAPLANCHE, J.; PONTALIS, J. B. **Vocabulário de Psicanálise**. 4. ed. São Paulo: Martins Fontes, 2001.

NISHIKAWA, E.; FIORE, M. L. e HARDT, O. **Histeria e borderline**. Momentos da clínica psicanalítica. Disponível em: <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/jp/v50n93/v50n93a22.pdf> Acesso em: 18 de setembro de 2020;

PEREIRA, C. E. R. **Mecanismos de defesa**. Associação Psicanalítica do Vale do Paraíba. Disponível em: [http://apvp.com.br/biblioteca/biblioteca\\_22.pdf](http://apvp.com.br/biblioteca/biblioteca_22.pdf) Acesso em: 29 de setembro de 2020.

PIOVESAN, J. et al. **Psicologia do desenvolvimento e da aprendizagem**. 1. ed. –Santa Maria: UFSM, NTE 2018. 161p. (ISBN 978-85-8341-224-3) Disponível em: [https://www.ufsm.br/app/uploads/sites/358/2019/07/MD\\_Psicologia-do-Desenvolvimento-e-da-Aprendizagem.pdf](https://www.ufsm.br/app/uploads/sites/358/2019/07/MD_Psicologia-do-Desenvolvimento-e-da-Aprendizagem.pdf) Acesso em: 14 de abril de 2021.

ROQUE, F. et al. **Inteligência Emocional**. Disponível em: <https://core.ac.uk/download/pdf/38682482.pdf> Acesso em: 07 de setembro de 2020.

SILVA, E. B. T. **Mecanismo de defesa do ego**. Disponível em:  
<https://www.psicologia.pt/artigos/textos/TL0212.pdf> Acesso em: 20 de agosto de 2021.

WOYCIEKOSKI, C. **Instrumentos de Inteligência Emocional de autorrelato medem alguma coisa que instrumentos de personalidade não medem?** 2006. 105 f. Dissertação (Mestrado) – Curso de Psicologia, Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, 2006. Disponível em:  
<https://www.lume.ufrgs.br/handle/10183/8699> Acesso em 23 de agosto de 2021.