A INFLUÊNCIA DA TEORIA DE CARL GUSTAV JUNG NAS TÉCNICAS PSICOTERAPÊUTICAS DA ABORDAGEM PSICODINÂMICA

SCHOFFEN, Roseli
MUNARO, Caroline
DE AGUIAR. Giancarlo

Resumo

1 Introdução

Este trabalho, desenvolvido no componente curricular Abordagens Psicodinâmicas do curso de Psicologia da UNOESC, Campus Videira, objetiva apresentar uma técnica psicoterapêutica psicanalítica, articulando teoria e prática a partir da Psicologia Analítica de Carl Gustav Jung.

Para os acadêmicos, o trabalho aproxima teoria e prática psicoterapêutica, possibilitando compreender como conceitos da Psicologia Analítica Junguiana, como inconsciente, arquétipos, sombra, persona e individuação, contribuem para a compreensão do sujeito e de suas experiências. Para a sociedade, o estudo amplia o conhecimento sobre o comportamento humano, os conflitos, os relacionamentos e o desenvolvimento pessoal, destacando a importância das diferentes abordagens psicológicas.

2 A influência da teoria de Carl Gustav Jung nas técnicas psicoterapêuticas na abordagem psicodinâmica

O estudo das técnicas psicoterapêuticas nas abordagens psicodinâmicas compreende teorias desenvolvidas a partir de Freud (1856–1939) e as

contribuições de autores como Carl Gustav Jung (1875–1960), o qual destacou-se pelo desenvolvimento dos conceitos que contribuiram para a compreensão dos processos psíquicos individuais e coletivos.

O inconsciente constitui conceito central nas abordagens psicodinâmicas, envolvendo conteúdos que não estão acessíveis à consciência, como conflitos, desejos e experiências emocionalmente significativas. As técnicas psicoterapêuticas buscam favorecer acesso e elaboração desses conteúdos, ampliando a consciência e a compreensão sobre si. Nesse sentido, a psicoterapia pode contribuir para o desenvolvimento de formas mais adaptativas de lidar com conflitos e conteúdos psíquicos, promovendo maior integração da personalidade (Sommers-Flanagan, 2006).

A compreensão da Psicanálise e das abordagens psicodinâmicas pode ser ampliada a partir da inserção do indivíduo nos diferentes contextos sociais e culturais em que se constitui. Conforme Freud (1925), o sujeito é componente de uma raça, nação, profissão, instituição ou de um grupo organizado, assim, sua experiência psíquica não pode ser compreendida isoladamente. Mezan (2020) amplia destacando as diferentes interfaces da Psicanálise, considerando seu desenvolvimento histórico e conceitual, bem como suas relações com outras áreas do conhecimento e com o ambiente sociocultural no qual se constitui e se realiza como prática.

Nessa perspectiva, Jung (2016) diferencia o inconsciente pessoal do inconsciente coletivo, dispondo que o pessoal é constituído por experiências, lembranças, sentimentos e outros conteúdos que, embora não presentes na consciência em determinado momento, continuam atuantes na vida psíquica. Entre seus conteúdos estão os complexos, estruturas carregadas de afetividade que podem influenciar pensamentos, sentimentos e comportamentos sem que o indivíduo tenha consciência dessa influência. Para além da dimensão pessoal, Jung (2016) propõe o inconsciente coletivo, que corresponde a uma camada mais profunda da psique, compartilhada pelos seres humanos e não limitada às experiências individuais. É nessa dimensão que se situam os arquétipos, padrões estruturantes que se expressam por meio de imagens, símbolos, narrativas e formas recorrentes de

vivência humana. Assim, enquanto o inconsciente pessoal está relacionado à história particular do indivíduo, o coletivo denota elementos universais da experiência humana, que podem assumir diferentes formas de expressão conforme a cultura e o contexto (Jung, 2016).

A compreensão da dinâmica psíquica proposta pela Psicologia Analítica Junguiana também envolve a maneira como os conteúdos conscientes e inconscientes se articulam na constituição da personalidade do sujeito. Nesse contexto, os conceitos de arquétipos e símbolos desenvolvidos por Jung ajudam a compreender a relação do indivíduo consigo mesmo, com os outros e com os diferentes papéis que assume ao longo da vida (Stein, 2006).

Os símbolos possuem papel importante porque, para a Psicologia Analítica, não se reduzem a um significado único e previamente determinado. Eles podem expressar algo que ainda não está completamente elaborado pela consciência. Por isso, o trabalho clínico não consiste simplesmente em atribuir ao paciente um significado pronto para determinada imagem. O terapeuta procura compreender o símbolo dentro da história, das associações e das experiências particulares daquela pessoa (Jung, 2016; Roesler, 2019).

Já os arquétipos podem ser compreendidos como padrões estruturantes que encontram expressão em imagens e símbolos presentes nos sonhos, nas fantasias, nos mitos, nas narrativas culturais e nas experiências individuais. Entre os principais arquétipos estruturais da Psique estão: o ego, a persona, a sombra, anima e animus e o self (Jung, 2016; Tousignant, 2024).

O ego corresponde ao centro da consciência e está relacionado à percepção que a pessoa possui de si e do mundo. A persona refere-se à dimensão da personalidade relacionada aos papéis sociais que o indivíduo desempenha, permitindo sua adaptação a diferentes contextos. A sombra, por sua vez, reúne aspectos ocultos, reprimidos ou negados da personalidade. Anima e Animus, símbolos do feminino e do masculino dentro de cada indivíduo e o Self é entendido como uma representação da totalidade da personalidade, abrangendo tanto os conteúdos conscientes quanto os inconscientes. Ele não deve ser confundido com o ego; enquanto o ego está

relacionado ao centro da consciência, o Self representa uma organização mais ampla da psique (Tousignant, 2024).

A partir da concepção do Self surge o conceito de individuação, considerado um dos objetivos centrais da Psicologia Analítica. Individuar-se não significa tornar-se simplesmente independente ou diferente das outras pessoas. Trata-se de um processo contínuo de desenvolvimento psicológico no qual diferentes aspectos da personalidade passam a ser reconhecidos e integrados. Nesse percurso, a pessoa é convidada a estabelecer uma relação mais consciente com seus conteúdos inconscientes, reconhecendo conflitos, potencialidades, limites e aspectos anteriormente desconhecidos de si mesma (Oliveira, 2022).

3 Considerações finais

A Psicologia Analítica de Jung apresenta uma compreensão ampla da experiência humana ao considerar a dinâmica entre consciência e inconsciente na constituição da personalidade. Seus conceitos articulam diferentes dimensões da vida psíquica, possibilitando reflexões sobre os movimentos de transformação e desenvolvimento do indivíduo, sustentando uma prática clínica voltada à exploração dos conteúdos inconscientes, especialmente por meio do trabalho com sonhos, símbolos e da própria relação terapêutica, favorecendo uma percepção mais consciente de si.

Nesse contexto, não se limita à redução dos sintomas apresentados pelo paciente, mas procura situá-los em sua história e em sua dinâmica psíquica. O terapeuta acolhe as experiências presentes vivenciadas ao tempo que investiga possíveis significados e relações com conteúdos inconscientes. A partir desse processo, a relação entre o ego e esses conteúdos pode tornar-se mais consciente, ampliando as possibilidades de reflexão sobre conflitos, escolhas e modos de se relacionar consigo mesmo e com o mundo.

A Psicologia Analítica permanece relevante na psicoterapia e nas pesquisas contemporâneas. Seu estudo permite reconhecer suas contribuições históricas e analisar criticamente seus fundamentos, destacando sua

importância para a compreensão da subjetividade humana e das dimensões simbólicas e inconscientes da experiência.

Referências

FREUD, Sigmund. Psicologia de grupo e a análise do ego. 1921. In: FREUD, Sigmund. Ed. standard brasileira das obras psicológicas completas de Sigmund Freud. v. 18. Rio de Janeiro: Imago, 1996.

GABBARD, Glen O. Psicoterapia psicodinâmica: uma abordagem baseada em evidências. 2. ed. Porto Alegre: Artmed, 2016.

JUNG, Carl Gustav. Os arquétipos e o inconsciente coletivo. 11. ed. Trad.: Maria Luiza Appy e Dora Mariana R. F. da Silva. Petrópolis, RJ: Vozes, 2016.

MEZAN, Renato. Interfaces da psicanálise. São Paulo: Blucher, 2020.

OLIVEIRA, Maria Paula. Addictions: current perspectives. Journal of Analytical Psychology, v. 67, n. 2, p. 646–659, 2022. DOI: 10.1111/1468-5922.12787.

ROESLER, Christian. Theoretical foundations of analytical psychology: recent developments and controversies. Journal of Analytical Psychology, v. 64, n. 5, p. 658–681, 2019. DOI: 10.1111/1468-5922.12540.

SOMMERS-FLANAGAN, John; SOMMERS-FLANAGAN, Rita. Teorias de aconselhamento e de psicoterapia: contexto e prática: habilidades, estratégias e técnicas. Rio de Janeiro: LTC, 2006.

STEIN, Murray. Jung: o mapa da alma: uma introdução. Trad.: Álvaro Cabral. São Paulo: Cultrix, 2006.

TOUSIGNANT, Maura. Transcendence and its shadow: a depth psychological inquiry into transcendence, the transcendent function, and spiritual bypassing. Psychological Perspectives, v. 66, n. 4, p. 479–496, 2024. DOI: 10.1080/00332925.2023.2311547.

E-mails: rschoffen@hotmail.com; kaarollmunaro@gmail.com