

A TEORIA DOS COMPLEXOS DE C. G. JUNG

Por:

ADRIANA DA COSTA ROSA

Artigo Acadêmico em cumprimento às exigências do Curso de Especialização em Jung, ministrado pelo professor Sérgio Fernandes da Costa Júnior.

Araruama - RJ
2020

A TEORIA DOS COMPLEXOS DE C. G. JUNG

É comum ouvirmos que alguém tem um complexo de inferioridade, ou de superioridade. O complexo de Édipo também já virou um jargão habitual em nossa comunicação. Mas o que de fato são os complexos segundo Jung.

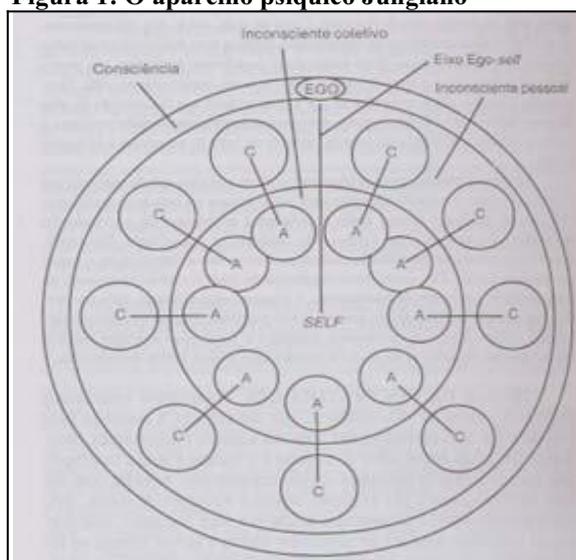
Os complexos são grupos de ideias inconscientes associadas a experiências emocionais particulares. A teoria de Jung partiu de seus estudos iniciais de associação de palavras quando ele observou que determinadas palavras provocam reações intensas ou produzem menos reação do que o esperado. Os complexos são construídos em torno de estruturas psíquicas solidamente interligadas conhecidas como arquétipos. Nesse ponto os complexos se organizam a partir de experiências emocionais significativas do indivíduo. Segundo Jung o próprio ego, o centro da consciência, seria um complexo, o complexo egóico. Outros complexos na personalidade podem agir sobre o ego, interferindo no funcionamento adequado da consciência, perturbando a adaptação criativa do sujeito. Um complexo de poder, caracterizado por ideias obsessivas de domínio e uma postura onipotente, pode dominar de tal forma o complexo egóico que o indivíduo se sente identificado com esses conteúdos de poder originados de raízes inconscientes não imediatamente definidas.

A partir da interpretação dos complexos afetivos Jung construiu toda uma estrutura psicopatológica: neuroses dissociativas, despersonalizações e estados afetivos anormais podem ser atribuídos à influência dos complexos sobre a consciência. Os complexos são frequentemente *personificados*; personagens em sonhos podem ser entendidos como nossos próprios complexos personificados. Mas o complexo afetivo não é necessariamente negativo. Precisamos dos complexos. Eles fazem parte do funcionamento geral da psique, o centro da psique consciente é o complexo egóico, o trabalho sobre complexo paterno e o complexo materno constitui um dos aspectos mais fundamentais do trabalho de análise Junguiana. Um dos aspectos mais fascinantes desse funcionamento necessário dos complexos é na criatividade. O homem criativo necessita ter um contato constante com seus complexos, fonte de criação. Na criatividade os complexos roubam do complexo egóico sua tirania sobre a consciência, que buscando a falsa unidade, leva o indivíduo à unilateralidade. Os complexos conferem à consciência uma perspectiva mais dinâmica, que leva o indivíduo a ver diversas saídas possíveis para determinada questão.

O que determina a patologia ou a criatividade do complexo é seu grau de autonomia. Quanto mais autônomo e dissociado da consciência mais destrutivo o complexo, podemos levar mesmo a estados psicóticos, quando o ego desaparece e a consciência é invadida pelos complexos autônomos personificados como espíritos malignos, vozes ou visões. Ao contrário o complexo interagindo dialeticamente com o ego, leva à criação inspirada, quando o fluxo adaptativo cotidiano do processo consciente é interrompido pela criação de uma ideia nova, uma criação artística ou científica.

Os complexos são também reforçados por eventos ambientais e por atenção ou desatenção seletiva e são, portanto, autopetruantes. Eles são dotados de energia psíquica a partir de seu tom afetivo - positivo, negativo, suave ou forte. Quanto mais intenso o complexo, maior a emoção, imagens mentais e tendência à ação. Os complexos são frequentemente estimulados por interações com outros. Um complexo com o pai pode ser estimulado por uma pessoa que simboliza um pai (por ex., um amigo mais velho) ou por um estímulo como a música ou arte que evoca memórias do pai. O complexo, anteriormente inativo no inconsciente, vem para o consciente e tende a dominar a consciência e deslocar outros complexos, que então mergulham em inconsciência. Emoções, imagens, memórias e idéias relacionadas ao pai vêm à memória. À medida que os estímulos relacionados ao pai diminuem, o mesmo pode acontecer com o complexo com o pai, incluindo o que foi pensado, sentido e expressado durante a sua ascendência.

Figura 1: O aparelho psíquico Jungiano



Fonte: Psiquiatria Geral (2020)

C= Complexo

A= Arquétipo

Outro aspecto importante dos complexos é a sua bipolaridade. Cada complexo tem um polo positivo e um polo projetado sobre outra pessoa, que, por sua vez, age sobre ele em um relacionamento. Deste modo, a teoria dos complexos é uma teoria de relacionamentos interpessoais, bem como de relacionamentos intrapsíquicos.

Na teoria Junguiana, o ego é também um complexo. Ele serve à mesma função que o ego freudiano, controlar a vida consciente e ligar o mundo intrapsíquico ao mundo externo. Para Jung, este fenômeno também explicava o animismo e os estados de possessão.

Arquétipos, Complexos estão conectados a estruturas profundamente embutidas no aparelho psíquico, os arquétipos (Figura 2). Os complexos, o aspecto superficial do contínuo complexo-arquétipo, está relacionado a eventos, sentimentos e memórias de vidas individuais. Eles são meios pelos quais os arquétipos expressam-se no processo psíquico pessoal. Os arquétipos são capacidades herdadas de iniciar e realizar comportamentos típicos de todos os seres humanos, independentemente de raça ou cultura, tais como alimentar e aceitar alimentação, tornar-se agressivo e lidar com agressão de outros.

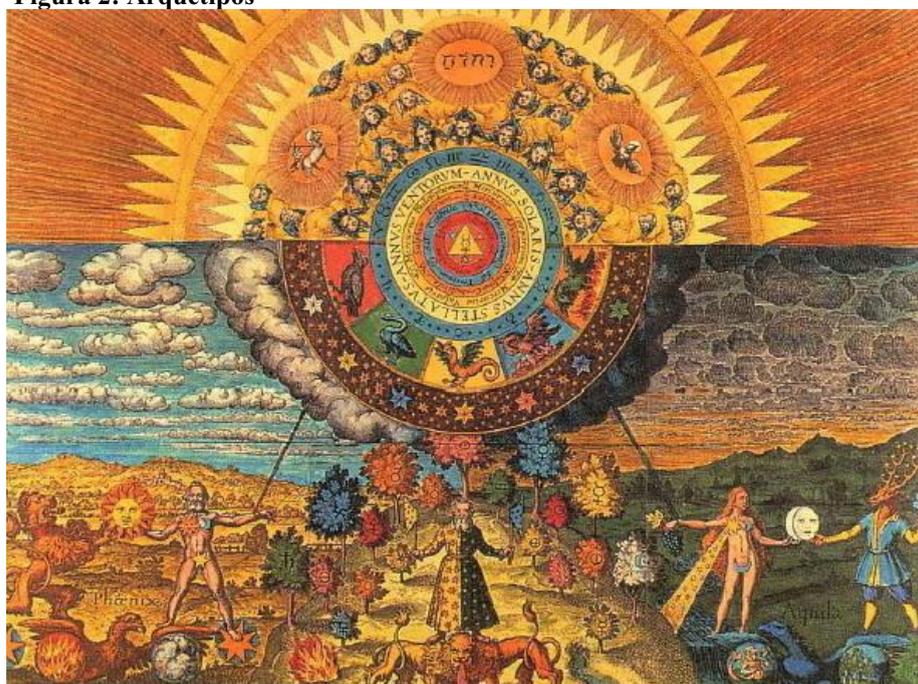
O arquétipo complexo mãe ilustra a inter-relação entre complexo e arquétipo. O complexo mãe é baseado em experiências com mães ou mães substitutas - suas atitudes, personalidades e relacionamento com a pessoa. O arquétipo mãe é encontrado em sonhos ou fantasias frequentemente como uma mulher imensa ou um animal com muitos seios. O tema principal do animal com muitos seios encontrado em muitas culturas é o de nutridora ilimitada.

Em contraste com o inconsciente de Freud, o inconsciente Jungiano tem duas camadas, a camada mais superficial sendo o inconsciente pessoal e a camada mais profunda, sendo o inconsciente coletivo. Os complexos existem no inconsciente pessoal, os arquétipos no inconsciente coletivo ou complexo psíquico. O inconsciente pessoal é o equivalente do inconsciente freudiano, um repositório do que foi reprimido. O inconsciente coletivo é o resíduo do que foi aprendido na evolução da humanidade e passado ancestral, de modo bastante semelhante ao DNA, é um agregado do passado. Nesta porção do complexo psíquico, residem os instintos, o potencial para criatividade e

a herança espiritual . Todos nós já tivemos a experiência de perda de controle sobre as emoções e, em certa medida, também sobre o seu comportamento. Reage-se irracionalmente e, com frequência, lamentamos, nos arrependemos ou pensamos melhor sobre o que fazer na próxima oportunidade.

O pior é que reagimos exatamente da mesma maneira em muitas ocasiões e, no entanto, temos uma sensação de profunda impotência de não conseguirmos o controle e não repetirmos a mesma coisa na próxima vez. Quando o complexo se constela, é como se a pessoa estivesse em poder de um demônio, uma força muito superior à sua vontade.

Figura 2: Arquétipos



Fonte: Encena Saúde Mental

Para compreender melhor um assunto tão difícil, Stein faz uma comparação bastante didática:

Os complexos têm energia e manifestam uma espécie de “rodopio” eletrônico próprio como os elétrons que rodeiam o núcleo de um átomo. Quando são estimulados por uma situação ou evento, soltam uma rajada de energia e pulam sucessivos níveis até chegarem à consciência. Essa energia penetra na concha da consciência do ego e inunda-a, influenciando-a assim para rodopiar na mesma direção e descarregar parte da energia emocional que foi liberada por essa colisão. Quando isso acontece, o ego perde por completo o controle da consciência ou, quanto a isso, o do próprio corpo. A pessoa fica sujeita a descargas de energia que não estão sob o controle do ego. O que o ego pode fazer, se for suficientemente forte, é conter em si mesmo parte da energia do complexo e minimizar assim os súbitos impulsos emocionais e físicos. (STEIN, 2006, p. 48).

Concluimos que a nossa psique, então, é composta de muitos centros, cada um deles possuidor de energia e até de alguma consciência e intenção próprias. Conforme Jung (2000, p. 22), os complexos constituem objetos da experiência interior e não podem ser encontrados em plena luz do dia, na rua ou em praças públicas. É dos complexos que depende o bem-estar ou a infelicidade de nossa vida pessoal. Por isso é tão importante estar ciente deles. Portanto conhecer nossos complexos nos auxilia também a conhecer nossas potencialidades e talentos.

Referências Bibliográficas:

JUNG, Carl Gustav. **A Natureza da Psique**. Volume VIII/2. Petrópolis: Vozes, 2000, p. 18-24.

MOURÃO, Hellen Reis. **Carl Gustav Jung e os Complexos**. Disponível em <<https://encenasaudemental.com/post-destaque/carl-gustav-jung-e-os-complexos/>> Acesso em: 28 Mai. 2020.

PSIQUIATRIA GERAL. **Outras Escolas Psicodinâmicas**. Disponível em <<https://www.psiquiatriageral.com.br/psicoterapia/carl.html/>> Acesso em: 28 Mai. 2020.

STEIN, Murray. **Jung - O Mapa da alma – Uma Introdução**. São Paulo: Cultrix, 2006, p. 30-48.