

INSTITUTO JUNGUIANO DE SANTA CATARINA – IJUSC

Este *paper* é apresentado à Diretoria de Ensino do IJUSC como pré-requisito para avaliação semestral do processo de Formação para Analista Junguiana

Candidata: Jussara Veiga Silva Zardo *

Paper 3 – Florianópolis, 25 de abril de 2022

UM OLHAR PARA COMPLEXIDADE DOS CONFLITOS INTERPESSOAIS

Para que possamos tecer e aprofundar reflexões a respeito do tema em questão, propomos alguns recortes. Assim sendo, focalizaremos as *relações afetivas estabelecidas por vínculos familiares e de amizade*, por questões de proximidade, real ou desejada. A partir disso, apresentamos as seguintes questões: 1) Qual seria a natureza dos conflitos que normalmente permeiam estas relações, promovendo desencontros e distanciamentos entre as partes? 2) Poderíamos afirmar que o diálogo, mesmo carregado de emoções, é uma forma de comunicação tão efetiva quanto o silêncio? 3) Quais aprendizados podemos adquirir quando enfrentamos os conflitos e suportamos o sofrimento?

Em busca de ampliar nossa compreensão a respeito das relações que inevitavelmente desembocam em conflitos, nos apoiaremos na teoria junguiana, buscando nesta abordagem, o leme que precisamos para seguir este percurso sem nos perdermos no trajeto.

Todos temos uma história para contar! Essas narrativas, obviamente elaboradas pelo ego, em que são apresentados conteúdos da consciência, não necessariamente correspondem à realidade em si, e sim às interpretações que fazemos das nossas experiências, de forma totalmente subjetiva, motivadas por interesses e pontos de vista individuais. Todavia, como seres coletivos, não vivemos isolados; isso implica o reconhecimento de uma das necessidades básicas do ser humano, a necessidade de pertencimento. Kast diz que “nós não queremos viver apenas nossa própria vida; também queremos manter laços confiáveis com outras pessoas”. (KAST, 2016, p. 7). Isto seria simples demais se a adaptação ao mundo externo estivesse em sintonia com nosso mundo interno, se não houvesse predominância dos conteúdos inconscientes, se o ego fosse *o dono da nossa casa*.

No nosso cotidiano, a palavra ego ficou muito ligada a egoísmo, sendo compreendida como vaidade, soberba; mas na psicologia analítica o conceito de ego é fundamental, nos referimos a ele como o centro da consciência, um centro de vontade, desejo, reflexão e ação; sendo esse o *eu* com o qual nos identificamos, e somente através dele é que podemos nos relacionar com o inconsciente. Para Jung:

[...] Teoricamente, é impossível dizer até onde vão os limites do campo da consciência, porque este pode estender-se de modo indeterminado. Empiricamente, porém, ele alcança sempre o seu limite, todas as vezes que toca o âmbito do *desconhecido*. Este desconhecido é constituído por tudo quanto ignoramos, por tudo aquilo que não possui qualquer relação com o eu enquanto centro da consciência. O desconhecido se divide em dois grupos: o concernente aos fatos exteriores que podemos atingir por meio dos sentidos, e o que concerne ao mundo interior que pode ser objeto de nossa experiência imediata. O primeiro grupo apresenta o desconhecido do mundo ambiente, e o segundo, o desconhecido do mundo interior. Chamamos de *inconsciente* a este último campo. (JUNG, OC 9/2, § 2)

O inconsciente sempre foi a principal área de investigação da psicologia profunda. Jung distingue o inconsciente pessoal do coletivo. Compreendemos que o *inconsciente pessoal* é formado por conteúdos adquiridos através da existência individual, que foram esquecidos, rejeitados, que podem ser, inclusive, incompatíveis com nossas escolhas, com nossas atitudes. O *inconsciente coletivo*, por sua vez, contém os conteúdos das bases elementares, estruturais, que pertencem a toda humanidade; ou seja, os *arquétipos*.

Todos os motivos que podemos imaginar existem como arquétipos – são temas que lidamos na vida; como exemplo, podemos citar os arquétipos: materno, paterno, da criança, do herói, do sábio, e assim por diante. As inúmeras vivências vão construindo nossa personalidade. A princípio, podemos dizer que somos seres multifacetados – ou dissociados, uma vez que nossa psique abriga inúmeros *complexos*, e cada qual tem como núcleo um arquétipo. Por isto Jung (2011) diz ser impossível descrever completamente a personalidade, nem mesmo teoricamente, pois uma parte da psique, o inconsciente, não pode ser captado. O ego também é um *complexo*, e existe sempre um jogo de tensão entre ele e os demais complexos. Vale ressaltar que o complexo é pessoal e o arquétipo é coletivo!

A teoria dos complexos foi a primeira teoria de Jung, desenvolvida no início de sua carreira, onde ele adotou uma postura experimentalista, e assim comprovou a existência do inconsciente. Sabemos que os complexos são agrupamentos de

ideias com acento emocional inconsciente, manifestam-se de forma reativa, não passam pelo ego, não são reflexivos e possuem autonomia. Eles surgem nas situações de relação, são originados do choque entre a exigência do processo de adaptação e a natureza do indivíduo; além disso, os complexos apresentam polaridades positivas e negativas.

De forma proposital, fizemos essa breve explanação de alguns conceitos da teoria junguiana, para que possamos discorrer sobre o tema proposto, que aponta diretamente para os afetos, sentimentos estes inerentes à nossa estrutura psíquica.

Jung diz que “em certas circunstâncias o inconsciente é capaz de assumir o papel do eu”. (JUNG, OC 9/1, § 496). Essa autonomia do inconsciente sobre a consciência pode acontecer com qualquer pessoa, que diante de um intenso estado emocional, diz ou faz coisas que ultrapassam a medida usual. De acordo com Jung “a autonomia do inconsciente começa onde se originam as emoções.” (JUNG, OC 9/1, § 497)

López-Pedraza nos conta que “o termo original grego para emoção é *phatos*, de onde derivam termos psiquiátricos como *psicopatologia* e *psicopatía* e, em medicina o termo *patologia*”. (LÓPEZ-PEDRAZA, 2010, p. 12). Em latim, o termo *pathos* foi traduzido como paixão. Segundo este autor, do ponto de vista da psicoterapia, toda doença psíquica ou psicossomática, está associada a uma ou mais emoções; inclusive, um período de vida experienciado de modo traumático ou não vivido, ou um complexo, pode desencadear psicopatologias ou doenças psicossomáticas. Ele diz também que, na obra *Ética a Nicômano*, Aristóteles refere-se à benevolência recíproca. Pontua que, no nosso cotidiano são muito comuns relatos de relações filiais, de amor filial entre irmãos ou familiares e de relações de amizade filial, nos quais o amor filial é substituído por *conflitos* chegando até o ódio. López-Pedraza explicita que:

Aristóteles inclui Eros como uma das emoções em sua Retórica. [...] O termo *Eros* denota a apaixonada atração sexual (erótica) e *storge*, o amor dos pais pelos filhos. *Agapan* significa carinho, querer ou amizade, de onde deriva o nome *ágape*, que quer dizer amor de irmão e é assim que aparece, pela primeira vez, no Novo Testamento. Mas *philia* é o termo grego mais geral e amplamente usado para referir-se a amor. (LÓPEZ-PEDRAZA, 2010, p. 61)

Se estivermos atentos às dinâmicas que configuram nossas relações, podemos observar que, se acatarmos demais a opinião do outro, existe um risco de nos despersonalizarmos, perdendo um pouco o parâmetro interior. A situação se

modifica quando encontramos pessoas que pensam diferente de nós, e escutamos respeitosamente, mas isso não muda nosso pensamento. Contudo, existem casos em que a pessoa se manifesta, dizendo achar ridículo o que o outro pensa ou a forma como o outro age; aí é rechaçar o pensamento do outro e aumentar as chances de se instalar um conflito. Quando falamos de conflitos ou discórdias, entendemos que não se trata simplesmente de uma questão de pontos de vista diferentes. Diante de uma situação conflituosa, tendemos agir de forma impulsiva, trazendo à tona, aspectos primitivos pessoais, aquilo que mais desconhecemos – aí está a força do complexo – nestes casos, ele nos tem.

Considerando o que foi escrito até aqui, e nosso debruçar sobre o tema, deduzimos que a resposta para a *primeira questão* – sobre a natureza dos conflitos, pode ser: a) que um ou mais *complexos* encontram-se constelados (ativados) nas pessoas envolvidas; b) que a *discórdia como elemento projetivo arquetípico*, acaba sendo subestimada, promovendo assim a desvalorização do outro no ato projetivo, e a criação de um ambiente hostil; isto porque, a pessoa que não consegue resolver suas questões, normalmente coloca a responsabilidade no outro; e c) por *falta de autoconhecimento*. Jung postula que “[...] as pessoas que menos conhecem o seu lado inconsciente são as que mais influência recebem dele, sem tomarem consciência disto.” (JUNG, OC 8/2, § 158)

A resposta da *segunda questão* – sobre o diálogo carregado de emoções versus o silêncio, compreendemos tratar-se de *dois lados de uma mesma moeda*. Sabemos que o diálogo se faz por meio da *fala e da escuta* – respeitando essa ordem. Porém, quando o diálogo acontece sob fortes emoções, a fala frequentemente acontece sem o filtro da consciência e a escuta fica prejudicada, ficando evidente a falta de controle da(s) pessoa(s) envolvida(s) – nesta situação podemos reconhecer a manifestação do complexo; quando o inconsciente está no comando. O silêncio também não deixa de ser uma forma de comunicação, onde o diálogo acontece de forma precária, ou não acontece. De acordo com Lima Filho:

O silêncio revela seus diversos significados, funções, propósitos e mistérios no palco em que, deliberada ou inconscientemente, as pessoas desempenham seus dramas e comédias relacionais. Desta afirmação decorre que, para se alcançar o significado do silêncio, a atmosfera que ele instala, o que promove e o que o impede, é necessário examiná-lo: 1) dentro do contexto no qual ocorre; 2) a partir do *locus* que ocupa no sistema consciência-inconsciente, não apenas no campo relacional, como também na experiência individual. (LIMA FILHO, 2005)

Com o intuito de ampliar a resposta desta *segunda questão*, tomamos como referência o artigo “Quando o silêncio aprisiona”, de Lima Filho (2005), que aborda a ausência unilateral de *feedback* em um relacionamento interpessoal, e focaliza o silêncio numa modalidade específica. O referido autor nomeou os polos relacionais como “o silencioso” e “o cativo”, descrevendo essas posições.

A posição do *cativo* é de alguém que, por ter experienciado reciprocidade em um relacionamento, acreditou que tanto a comunicação como o contato seriam contínuos e estáveis; este indivíduo estaria disposto a interagir, mas não encontra reciprocidade, ou o contato acontece de forma irregular, sendo determinado pelo silencioso. O *silencioso* por sua vez, ocupa a posição de alguém que, em algum momento ou por algum tempo, sustentou reciprocidade na relação; porém, cessou o *feedback* ao cativo, deixando de corresponder às comunicações, ou limitando-se a fazer contato com regularidade imprevisível.

Nesta modalidade específica de silêncio, a situação relacional implícita é de descontinuidade do contato, uma vez que isso não foi formalmente expresso. O *cativo* não compreende com clareza o que aconteceu, muito menos o significado desta atitude; além disso, nada pode fazer para mudar a situação, mesmo porque não está ao seu alcance garantir que exista reciprocidade nessa interação. Assim, o *silencioso* é visto como aquele que está no controle da situação. A fenomenologia dessa experiência interna do *cativo* é de um ser capturado em uma armadilha, que o mantém frustrado. Lima Filho (2005) diz que “o desenvolvimento da habilidade de tolerar frustrações, [...] é necessário para o processo de humanização”. Para Jung:

[...] Sempre procuramos fugir do sofrimento. Nós o fazemos de milhares de formas diferentes, mas nunca o conseguimos de todo. Por isso cheguei à conclusão de que deveríamos tentar, se possível, encontrar ao menos um caminho que possibilitasse às pessoas suportar o sofrimento inevitável, que é o destino de toda existência humana. (JUNG, 2002, p. 247)

Passar pela vida é sofrer, mesmo com boa situação financeira, o indivíduo vai ter amor, passar por lutos, ter sensações de vazio, iras, inflações/arrogância etc.; isso tudo é humano. No entanto, a maturidade nos ensina que nem tudo é tão bom e nem tudo é tão ruim, que existe sempre algum propósito em todas as experiências que vivenciamos. Com isso, chegamos à resposta da *terceira e última questão* proposta neste trabalho – sobre os possíveis aprendizados obtidos quando enfrentamos os conflitos e suportamos o sofrimento. Vamos lá...

Podemos olhar o conflito como um elemento construtivo – que planta dúvidas. Ao analisar o elemento discordante, e tentar compreender o que está provocando aquilo, evocando isso, as pessoas têm a chance de esclarecer suas próprias dúvidas. Como tentativa de resolver a discórdia, os envolvidos poderiam considerar outros pontos de vista, sendo flexíveis o bastante para fazer uso de termos como um ‘porém, todavia, contudo’, lembrando que a outra parte também possui aspectos positivos e que pode estar enfrentando momentos difíceis. Jung salienta que:

Grande parte de nossos processos psíquicos são constituídos de reflexões, dúvidas, experimentos – coisas que a psique instintiva e inconsciente do homem primitivo desconhece quase inteiramente. É ao crescimento da consciência que devemos a existência de problemas; eles são o presente de grego da civilização. *É o afastamento do homem em relação aos instintos e sua oposição a eles que cria a consciência.* (JUNG, OC 8, § 750)

O conflito faz parte dos nossos processos psíquicos, porque estes processos são constituídos de reflexões, de dúvidas, de experimentos. Isto também nos leva a provocar reflexões no outro, ativa a psique instintiva. Dentro de uma situação discordante, tendemos a agir de forma impulsiva, trazendo à tona aspectos pessoais primitivos, aquilo que mais desconhecemos. Tiramos a força desse elemento quando esses conteúdos são acessados pela consciência, nos questionando sobre: o que está fazendo com que esse conflito nos incomode? Por que estamos discordando do outro? O que estamos querendo provar ao outro (considerando que estamos certos)? Segundo Jung:

Queremos que nossa vida seja simples, segura e tranquila, e por isto os problemas são tabu. Queremos certezas e não dúvidas; queremos resultados e não experimentos, sem, entretanto, nos darmos conta de que as certezas só podem surgir através da dúvida, e os resultados através do experimento. Assim, a negação artificial dos problemas não gera a convicção; pelo contrário, para obtermos certeza e clareza, precisamos de uma consciência mais ampla e superior. (JUNG, OC 8/2, § 751)

Quanto mais problemas temos, mais consciência podemos ter, porque é no problema que aprendemos sobre nós. Então, o conflito, ou a discórdia, não deixa de ser um *presente de grego*, pois ao mesmo tempo que é um presente, é um mal presente. Entendemos que, por trás da discórdia existe o amor, um amor mal resolvido, necessário, e talvez temido – a discórdia faz parte dessas questões.

A forma que temos de lidar com a vida é tendo dúvidas e experimentando essas dúvidas – no caso daquilo que não concordamos, como sinônimo de

discórdia, podemos olhar para aquilo que estamos duvidando, nos permitindo aplacar nossas dúvidas. Segundo Jung “[...] convém termos sempre presente que a vida do inconsciente prossegue o seu caminho e produz continuamente situações problemáticas”. (OC 8/2, § 142). A cada passo de consciência se reconhece uma nova responsabilidade ética; *abriu a porta, não tem como voltar!*

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

JUNG, Carl Gustav. **Os Arquétipos e o inconsciente coletivo** / C.G.Jung. Tradução Maria Luiza Appy, Dora Mariana R. Ferreira da Silva. – OC 9/1, 11ª ed. – Petrópolis, RJ : Vozes, 2014.

_____. **Aion – estudo sobre o simbolismo do si-mesmo** / C.G.Jung ; tradução de Dom Mateus Ramalho Rocha. – OC 9/2, 8ª ed. – Petrópolis, RJ : Vozes, 2011.

_____. **A natureza da psique**. OC 8/2, 6ª ed. – Petrópolis: Vozes, 2000.

_____. **Cartas / C.G.Jung** ; tradução Edgar Orth. – Petrópolis, RJ: Vozes, 2ª ed. 2002. Título original : Briefe I. 2ª reimpressão, 2021. Vol. 1.

KAST, Verena. **O caminho para si mesmo** / Verena Kast ; tradução de Enio Paulo Giachini. – Petrópolis, RJ : Vozes, 2016.

LIMA FILHO, Alberto Pereira. **Quando o silêncio aprisiona**. Trabalho apresentado na IAAP/IAJS II *International Academic Conference of Analytical Psychology & Jungian Studies*, na *Texas A&M University*, no dia 8 de Julho de 2005 e no Encontro de Psicologia Junguiana &– Trabalhos brasileiros apresentados na II *International Academic Conference of Analytical Psychology & Jungian Studies*, na Faculdade de Arquitetura e Urbanismo da Universidade de São Paulo, em 22 de outubro de 2005.

LÓPEZ-PEDRAZA, Rafael. **As emoções no processo psicoterapêutico** / Rafael López-Pedraza ; tradução de Roberto Cirani – Petrópolis, RJ : Vozes, 2010 – (Coleção Reflexões Junguianas)

* **Jussara Veiga Silva Zardo** é psicóloga clínica e candidata a Analista Junguiana pelo Instituto de Psicologia Analítica de Santa Catarina (IJUSC). Graduada pela Universidade de São Paulo (UNIP) e especialista em Psicologia Analítica pelo Centro Universitário Salesiano de São Paulo (UNISAL).

E-mail: jussara.veiga@hotmail.com / jussaraveiga.psi@gmail.com