

Concepções psicológicas da ansiedade na perspectiva Analítica Junguiana: uma análise reflexiva

Psychological conceptions of anxiety in the Jungian Analytical perspective: a reflective analysis

Kleber Padoam Medeiro¹
Paulo Evaristo da Fonte²
Ederson Ribeiro Costa³

RESUMO

A ansiedade é o transtorno mais prevalente no Brasil, compreendida como patologia no modelo positivista, tratada com medicamentos. A concepção junguiana é alternativa frente ao positivismo, propondo outra forma de pensar ansiedade. O objetivo foi compreender as concepções psicológicas da ansiedade na perspectiva analítica junguiana. Buscou-se os descritores nos bancos de dados LILACS, PePSIC, SciELO e Google Acadêmico, encontrados 2750 artigos e utilizados 07 artigos. Concebe-se ansiedade como símbolo; como necessidade de focar a atenção para si e não só para o mundo externo ou o cotidiano; como defesa da invasão por algo externo. A ansiedade para a psicologia analítica se relaciona com a proteção do ego, pois algum processo inconsciente precisa ser integrado.

Palavras-chaves: Ansiedade; Psicologia Analítica; Simbolismo; Teoria Junguiana.

ABSTRACT

Introduction: Anxiety is the most prevalent disorder in Brazil, understood as a pathology in the positivist model and treated with medication. The Jungian conception offers an alternative to positivism, proposing a different way of thinking about anxiety. Objective: The objective was to understand the psychological conceptions of anxiety from the Jungian analytical perspective. Methodology: The descriptors were searched in the LILACS, PePSIC, SciELO and Academic Google databases, found 2750 articles and used 07 articles. Results: Anxiety is conceived as a symbol; as a need to focus attention on oneself and not just on the external world or everyday life; as a defense against invasion by something external. Conclusion: Anxiety for analytical psychology is related to ego protection, as some unconscious process needs to be integrated.

Keywords: Anxiety; Analyticalpsychology; Symbolism; Jungian Theory.

Introdução

Para o Manual de Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mental - DSM-V, da Associação Americana de Psiquiatria- APA, o transtorno de ansiedade é o medo e ansiedade excessivos e perturbações comportamentais relacionados. O medo pode

¹ Acadêmico do 10º termo do curso de Psicologia no Centro Universitário Católica Salesiano Auxilium de Araçatuba. E-mail: Klebberpadoam@hotmail.com

² Acadêmico do 10º termo do curso de Psicologia no Centro Universitário Católica Salesiano Auxilium de Araçatuba. E-mail: pevfonte@yahoo.com.br

³ Psicólogo, docente curso de Psicologia no Centro Universitário Católica Salesiano Auxilium de Araçatuba. E-mail: ederson.prof@gmail.com

ser uma resposta puramente emocional, imediata, enquanto ansiedade é uma antecipação futura. (APA, 2014)

Segundo a APA (2014), os dois estados são parecidos, mas se diferenciam. O medo é relacionado ao aumento da excitação, ou seja, pensar no perigo imediato e na fuga. Já a ansiedade está relacionada à preparação do corpo para defesa de perigos futuros. O comportamento constante de esquiva pode provocar ataques de pânico e estar associado a outros tipos de transtornos mentais.

O transtorno de ansiedade pode ser entendido a partir das situações que provocam o transtorno: o medo e comportamento de fuga, por exemplo. Dessa forma, o transtorno de ansiedade pode ser diferenciado ao se investigar os tipos de situações que eles ocorrem, como crenças associadas, por exemplo. (APA, 2014)

Segundo a *World Health Organization - WHO*, a população brasileira, tem maior índice de ansiedade do planeta. Conforme o relatório *Depression and Other Common Mental Disorders: Global Health Estimates*, cerca de 9,3% dos brasileiros têm algum transtorno de ansiedade. (WHO, 2017)

No ponto de vista psiquiátrico e acadêmico, a ansiedade é extremamente conhecida e debatida. Na perspectiva analítica junguiana pouco se sabe ou fala sobre o assunto.

Para falar sobre a ansiedade do ponto de vista analítico junguiano, temos que decorrer um pouco sobre seu criador, o psiquiatra suíço Carl Gustav Jung (1875-1961), que sem dúvida é uma das figuras mais emblemáticas da história do século XX. Psiquiatra de formação, fundou a Psicologia Analítica após seu rompimento com Sigmund Freud por divergência, principalmente, da pluralidade das pulsões. (CHEMAMA, 1995)

A princípio, Jung se diferencia de Freud por causa de alguns princípios básicos, como no caso do conceito de libido. Jung achava que a ideia de libido era mais ampla, assim, como o modelo de inconsciente freudiano. O livro de Jung (1924/1986) *Símbolos de Transformação* selou suas divergências e ele evidenciou as diferenças teóricas entre ele e Freud. (CHEMAMA, 1995)

Em sua biografia oficial, *Memórias, Sonhos, Reflexões* (1961/2008), Jung demonstrou que tinha grande interesse por mitos, sonhos e psicologia da religião, em que, foi fundamental para embasamento teórico da psicologia analítica (JUNG, 1961/2008). Além de um grande explorador, viajando e conhecendo diversas

culturas pelo mundo, Jung também tinha uma grande capacidade de observação e experimentação de suas ideias, chegando a trabalhar com pintura, esculturas em pedra e madeira. (JUNG, 1961/2013)

Em seu livro pessoal, uma espécie de diário, chamado de livro Vermelho, ou *Liber Novus* (em latim), que ficou escondido do público até 1957, Jung propõe uma nova forma de dialética com o consciente e inconsciente, o que fundamentou toda sua obra, inclusive, o seu próprio processo de individuação.⁴(BOECHAT, 2014)

O Livro Vermelho é um Livro de Janus, pois tem duas faces: uma olha para o passado, é tradicional, medievalista; a outra contempla futuros desenvolvimentos para a teoria e prática psicológica. (BOECHAT, 2014, p. 191)

Portanto, assim dizer, que a psicologia analítica junguiana, trabalha com ideias fundamentas na existência do inconsciente, regidas por símbolos. Símbolos expressam algo desconhecido, que é representado em sua gênese por imagens e experiências e vivências provenientes do consciente e inconsciente. O símbolo, portanto, é a manifestação e junção de inúmeras experiências, com número infinito de relações e significados. (SERBENA, 2010)

Dizer que a psicologia analítica, enfatiza a importância do conceito de individuação e têm vários conceitos famosos dentro da psicologia, como *self*, inconsciente coletivo, sombra, individuação e entre outros. (STEIN, 2020)

Pensar sobre sua obra e conceitos é propiciar discussões sobre a ansiedade, a partir de outro prisma, sendo que a psicologia analítica pode contribuir para refletir o conceito de ansiedade como algo que paralisa, mas também move, a ansiedade traz e antecipa o que, na realidade, aqui e agora e este trabalho deseja explorar estas vertentes. (STEIN, 2020)

É atual e necessária, uma revisão sobre o tema da ansiedade como conhecimento científico, pois está intrinsecamente ligado a uma emergência de saúde global moderna, além de envolver a postura de todos os profissionais de saúde envolvidos. (MARGARIDO, 2012)

⁴ A individuação é um processo psíquico de amadurecimento e de transformação do homem. O grande objetivo da psicologia Junguiana é o processo da individuação. (HARK, 2000)

Portanto, por se tratar de uma emergência de saúde na atualidade, surgiu a necessidade de a ansiedade ser debatida de forma reflexiva.

Materiais e Método

Optou-se por uma revisão de literatura de caráter reflexiva e qualitativa e segundo Echer (2001), busca analisar e encontrar respostas sobre um tema escolhido, que pode ser encontrado em todos os tipos de registros bibliográficos.

A necessidade dessa pesquisa é para uma melhor compressão da concepção psicológica e simbólica da ansiedade na perspectiva analítica junguiana, criando uma intersecção entre a atual noção nosológica da ansiedade e suas possíveis alternativas de superação.

Essa revisão de literatura reflexiva-qualitativa foi efetuada abrangendo intervalo dos últimos trinta anos, de 1991 a 2021, utilizando as seguintes bases de dados: Portal de Periódicos Eletrônicos de Psicologia (PePSIC), Scientific Electronic Library Online (SciELO), Google Acadêmico e Literatura Latino Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS). A busca foi realizada em março de 2021.

Em suas respectivas ferramentas de pesquisas, em cada base de dados, buscou-se os artigos com as combinações de descritores, que foram escolhidos a sob referência da Biblioteca Virtual em Saúde (BVS) e que estariam contidas nos títulos, resumos ou palavras-chave; utilizando-se dos seguintes descritores: ansiedade, psicologia analítica, simbolismo, teoria junguiana, simbolismo, ou seu correspondente em inglês: *anxiety, analytical psychology, symbolism, Jungian theory, symbolism*.

Para conseguir o efeito pretendido na base eletrônica, foram adotadas estratégias de buscas usando a variação dos descritores; *teoria junguiana and ansiedade; ansiedade and psicologia analítica; símbolos and ansiedade e analytical psychology and anxiety; Jungian theory and anxiety; anxiety and symbolism*.

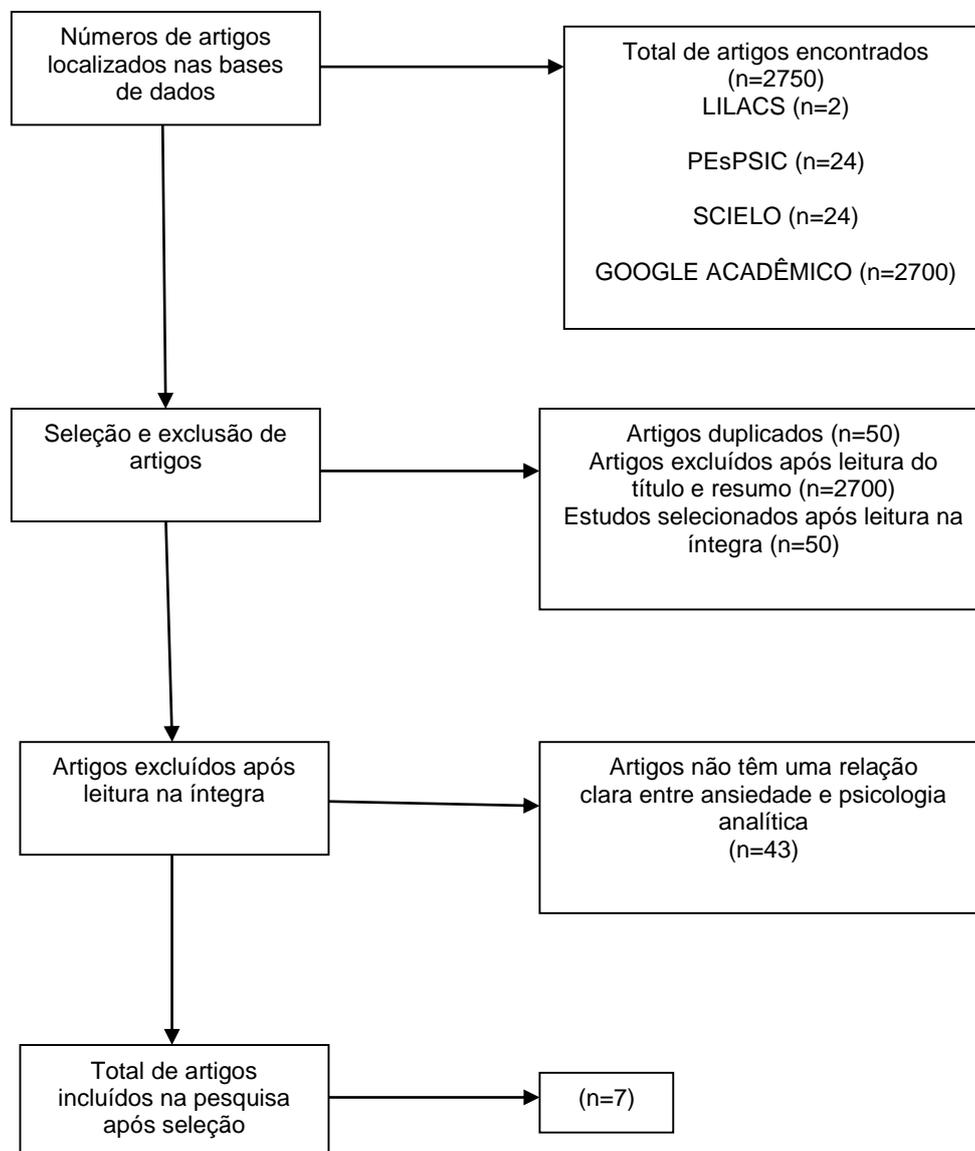
Os critérios de inclusão: artigos como estudo de caso, artigos científicos reflexivos, artigos de pesquisa descritiva, artigo de pesquisa exploratório e teses de mestrado, doutorado e livros, que estejam nos idiomas em português ou em inglês. Critério de exclusão: artigos duplicados e artigos que não apresentam uma relação objetiva entre ansiedade e a psicologia analítica junguiana, e artigos e livros que não fossem em língua portuguesa e inglesa.

A questão norteadora para esta revisão foi: qual é a concepção psicológica da ansiedade na perspectiva analítica junguiana?

Discussão

Foram localizados um total de 2750 artigos nas bases eletrônicas, Lilacs (2), Psypsic (24), Scielo (24) e Google acadêmico (2700). Após leitura inicial dos títulos e resumos foram excluídos 2700 artigos, sobrando 50 artigos para leitura na íntegra. Após a leitura na íntegra dos 50 artigos, 43 artigos foram excluídos por não apresentar uma relação objetiva entre ansiedade e a psicologia analítica junguiana.

Figura 1 - Resultado em fluxograma dos artigos localizados nos bancos de dados. Araçatuba, SP, Brasil, 2021.



Fonte: Medeiro; Fonte; Costa. 2021.

Legenda do fluxograma: (n): número de artigos encontrados nas bases de dados, ou número de artigos totais usados para revisão bibliográfica.

Por fim, foram selecionados 07 artigos para fazer parte dessa revisão bibliográfica reflexiva, por melhor se enquadrar aos critérios adotados. A descrição dos artigos selecionados nesta pesquisa, como título, autores e resumo, está organizada em ordem alfabética de autores no quadro 1.

Quadro 1- Quadro com artigos selecionados sobre a ansiedade para a psicologia analítica junguiana. Araçatuba, SP, Brasil, 2021.

Artigos	Títulos	Autores e data	Banco de dados	Resumo
1.	Psicoterapia na Ansiedade - Abordagem Junguiana.	GIGLIO, Joel Sales (1992).	Google acadêmico.	A ansiedade está vinculada a emoção e o medo de um perigo de fora- a fantasia de invasão - do que é proveniente do interior da Psique.
2.	A psicopatologia na perspectiva de Carl Gustav Jung.	PADUA, Elisângela Sousa Pimenta de; SERBENA, Carlos Augusto (2017).	Google acadêmico.	No processo de adoecimento psíquico pode ocorrer uma transformação subjetiva da personalidade devido à perda das funções volitivas do ego, o que é predominante nas psicopatologias. Nesse sentido a neuroses, inclusive a ansiedade, se encaixaria como estreitamento da consciência e redução da atenção.
3.	O simbolismo da depressão na perspectiva junguiana.	PURCOTES JÚNIOR, Francisco (2012).	Lilacs.	A ansiedade é um mecanismo que envolve outros processos psíquicos que o indivíduo não está consciente. Ela é um alarme que pode ser usado de forma positiva para que o sujeito preste atenção em si mesmo.

4.	A perspectiva junguiana: o uso do desenho como estratégia de avaliação psicológica.	ROCHA, Aline Eleres de Aquino Meybom da (2008).	Google acadêmico.	O símbolo é uma entidade viva que expressa uma essencialidade desconhecida, que está escondido à consciência. O desenho nesse sentido ajudaria o sujeito expressar aquilo que não está visível, assim, ajudando o sujeito a lidar com mecanismos psíquicos que geram ansiedade.
5.	O simbolismo da individuação no "Castelo Interior".	RUSTON, Yvone de Rezende (2011).	Google acadêmico.	Podemos entender a ansiedade como um símbolo, que permeiam a rotina da vida e que funciona como um lembrete de que algo precisa ser elaborado, promovendo, assim, a estruturação e desenvolvimento psíquicos, auxiliando o indivíduo no seu processo de diferenciação e de autorrealização, de individuação.
6.	As doenças do coração e as emoções: conversações entre a psicossomática e a psicologia analítica.	SANTOS, Lúcia Fátima Reolondos; PEREIRA, Maria Inês Favarin; MARTINS, Caio Vinicius (2017).	Google acadêmico.	A compreensão do símbolo acontece a partir de sua elaboração. O símbolo conecta o mundo externo com o mundo interno. A ansiedade, nesse sentido, é um aspecto subjetivo, um lembrete de que algo está sendo processado na psique e que pode precisar ser integrado.
7.	Ansiedade e contemporaneidade: uma leitura Junguiana.	VALLADÃO, Lucas Serra (2017).	Google acadêmico.	A neurose de ansiedade é uma das consequências do esvaziamento simbólico do mundo. Segundo sua compreensão, a escassez de simbolismos faz com que o significado divino do existir se perca e o sentido da vida se volte para o pragmatismo do dia-a-dia. A falta de uma conexão com o transcendente compele

				os indivíduos à identificação com o grupo e reforça o comportamento massificado.
Fonte: Medeiro; Fonte; Costa. 2021.				

O Inconsciente e os Símbolos

A psicologia junguiana, por se tratar de uma psicologia simbólica é de difícil compressão para o leitor pouco habituado com sua terminologia. Portanto, se faz necessário uma pequena introdução sobre o inconsciente e os símbolos.

Conceitualmente, para Jung (1875-1961), o inconsciente tem uma extensão muito maior do que a própria consciência, essa última, representando uma pequena parte da totalidade da psique. Os elementos inconscientes vêm de várias fontes, inicialmente do individual (inconsciente pessoal⁵), depois para o âmbito coletivo mais amplo e impessoal (inconsciente coletivo⁶), porque o indivíduo faz parte de uma família, a família é inserida em uma cultura ou raça e a cultura ou raça também deriva da humanidade. (LAUREIRO, 1986)

Portanto, a experiência inconsciente do homem, forma o inconsciente pessoal; a família ou raça compartilhada com seus iguais e, finalmente, o elemento inconsciente compartilhado pela sociedade, o inconsciente coletivo. (MACENA, 2020)

O conceito de psique para Jung é muito mais amplo do que para Freud, justamente por incluir um campo coletivo e transcendente⁷ constituído por símbolos e que formam a totalidade da psique. (MACENA, 2019)

Para Jung (1964), o inconsciente produz de forma espontânea os símbolos elaborados conscientemente, como por exemplo, insígnias de companhias aéreas, não são símbolos propriamente ditos, mas são tidos como sinais planejados de forma consciente.

Vale destacar que, o símbolo é a melhor forma de expressar coisas relativamente desconhecidas, pois representa imagens, experiências e sensações, incluindo aspectos conscientes e inconscientes, ou seja, conscientemente

⁵ É a camada mais pessoal do inconsciente, contém conteúdo pragmáticos do cotidiano. (HARK, 2000)

⁶ Camadas mais profundas do inconsciente, contém elementos arquetípicos, mitológicos, herdados desde os tempos remotos da humanidade. (HARK, 2000)

⁷ É o reconciliador que surge do inconsciente, depois de um conflito com os opostos (polaridade psíquica). Essa função psíquica é atingida no processo de individuação. (HARK, 2000)

desconhecidos. Dessa forma, o símbolo se formula na forma de experiência e vivência, sendo impossível esgotar ou determinar o seu significado, com diversas relações e analogias diversas. (PADUA, 2019)

Ainda para Pádua (2019), o símbolo perde sua natureza mágica, ou seja, de captar a atenção espiritual, então se pode dizer que não é mais um símbolo. O uso excessivo de símbolos tende a reduzi-los os indicadores de realidade conceitual ou física e os indicadores não são mais usados como símbolos, mas como insígnias.⁸

Segundo Jung (1957/2015), o símbolo é um meio de associar ideias imprecisas e essa característica é típica do inconsciente, que tem algo primitivo e infantil. A forma que o inconsciente tem para se expressar é através de símbolos, que são manifestos exteriores dos arquétipos (FADIMAN; FRAGER, 1986). Em seu último livro, finalizado por seus seguidores, Jung compara o nascimento de um símbolo na psique como o nascimento e crescimento de uma planta:

Não há diferença de princípios entre o crescimento orgânico e o crescimento psíquico. Assim como uma planta produz flores, a psique cria os seus símbolos. (JUNG, 1961, p. 64)

Ansiedade na história: O Normal x Patológico

O normal e o patológico passaram por muitas transformações no último século. Citar como exemplo, a homossexualidade, que há mais de 30 anos foi retirado, 1973, da lista de doenças do Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais (DSM-IV) e pela OMS, em 1990. (DUNKER, 2010)

O estado ansioso também pode ser encontrado na literatura e nos mitos de todas as épocas. Como exemplo, na obra do poeta Homero (Século III a.C) em que, o estado de ansiedade era gerado quando se recebia a visitação dos deuses. No mito grego, a deusa Ênio (em grego Έννώ, Horror), acompanhado por seu pai e seus irmãos Deimos e Fobos, injetavam o medo e a covardia nos corações dos seus inimigos nos campos de batalhas. (VIENA, 2010)

Nessa perspectiva, a ansiedade passou por significativo processo de modificação social. A ansiedade sempre foi relatada de forma simbólica na mitologia espalhada pelo mundo, como observar, por exemplo, na história de Cronos na

⁸Os símbolos são criados de forma espontaneamente pelo inconsciente do homem. Não se devem confundir insígnias de companhias de aviação, por exemplo, pois não são símbolos, mas sinais que foram planejados de forma consciente. (HARK, 2000)

mitologia grega, em uma das suas inúmeras versões, é tido como personificação do tempo, devorou os seus próprios filhos Deméter, Hera, Hestia, Plutão (Hades) e Poseidon, por estar ansioso e temer perder o seu trono. (KURY, 2009)

A ciência começou a se interessar pela ansiedade de fato no final século XXI, tratando-a como patologia. No início do século XXI, o normal e patológico se torna uma espécie de dogma, embasado, principalmente, no modelo biológico positivista⁹. Sigmund Freud (1856-1939), estudou a ansiedade dita como patológica e a classificou como neurose de angústia (Angst neurose) e ansiedade crônica (neurastenia), conhecida atualmente com ataques de pânico. (VIENA, 2010)

A ansiedade no ponto de vista psiquiátrico é baseada no DSM (modelo positivista) e classificado como um sintoma específico que, geralmente, requer o uso de medicações, como ansiolíticos e antidepressivos, que podem ter efeitos indesejados para o paciente. Essa prática pode mascarar inúmeros processos inconscientes que o indivíduo ainda não percebeu e que deixaram de ser resolvidos. (VIENA, 2010)

A ansiedade para Jung e sua forma de lidar - A questão do símbolo

Os trabalhos encontrados por essa pesquisa mostram pontos importantes quanto a ansiedade e sua relação com o simbólico. Para Rocha (2008) o símbolo é vivo, encobre a essência oculta que deveria expressar para a consciência. Então, como se pode compreender o símbolo? Segundo Santos, Pereira; Martins (2017) a partir da elaboração do símbolo, pois esse conectaria os mundos interno e externo. Ao mesmo tempo a ansiedade é vista como símbolo, já que se entrepõe na vida cotidiana, segundo Ruston (2011). A ansiedade é como um afastamento de sentido da vida voltado para o pragmatismo do cotidiano, resultado de um empobrecimento simbólico do mundo, ou seja, o sentido da vida é esvaziado pelo preenchimento das atividades diárias colocando a existência do sujeito em cheque, já que o sujeito se identifica e se entrega à massificação. (VALLADÃO, 2017)

⁹Este termo foi empregado pela primeira vez por Saint-Simon, para designar o método exato das ciências se sua extensão para a filosofia (*De la religion Saint-Simonienne*, 1830, p. 3). Foi adotado por Augusto Comte para a sua filosofia e, graças a ele, passou a designar uma grandecorrente filosófica que, na segunda metade doséc. XIX, teve numerosíssimas e variadas manifestações em todos os países do mundo ocidental. A característica do P. é a romanização da ciência, sua devoção como único guia da vida individual e social do homem, único conhecimento, única moral, única religião possível. (ABBAGNAN, 2007, p.787)

A ansiedade, em sua relação simbólica ou como próprio símbolo seria um aviso da psique que algo está errado e que deve ser elaborado, mostrando um desequilíbrio entre os mundos interno e externo. Mostrando, pelo símbolo, a essência que a consciência desconhecia. (ROCHA, 2008; RUSTON, 2011; SANTOS; PEREIRA; MARTINS, 2017; VALLADÃO, 2017)

A questão da atenção

Ansiedade é uma neurose, do sentido real da palavra. (VALLADÃO, 2017) Jung não negava a teoria das neuroses freudianas, mas a sua universalidade. (JUNG, 1999) A ansiedade, para Jung, seria um afastamento da atenção de si e voltada para o mundo externo, ou seja, um alarme sinalizando que o sujeito estreitou sua consciência sobre os seus próprios processos internos. (SERBENA, PADUA, 2019; PURCOTES JÚNIOR, 2017) A ansiedade aqui, ganha aspecto positivo, de uso para que a pessoa com ansiedade volte sua atenção para si mesma, ganha aspecto, também, subjetivo, como informe que há algo que a psique processa e que, provavelmente, necessita ser integrado. (PURCOTES JÚNIOR, 2017; SANTOS; PEREIRA; MARTINS, 2017)

Ansiedade como algo negativo e positivo

Se a ansiedade é uma neurose, e a neurose para Jung (1999) não tem só aspectos negativos, a ansiedade também não. Entretanto, é preciso pontuar que a ansiedade, assim como outras neuroses, como psicopatologia advém da transformação subjetiva da personalidade que possibilita que o ego não execute as ações que são próprias de suas funções (PADUA; SERBENA, 2019), a pessoa seria assombrada pela emoção e o medo de ser invadida por algum perigo externo, fantasiada pelo próprio interior da psique. (GIGLIO, 1991)

A ansiedade como algo negativo esconde o que há de positivo nela, o aviso que é preciso voltar-se para si, o ponto positivo da ansiedade é esse. A pessoa se volta tanto para o mundo, para os comportamentos massificados, para as atividades cotidianas, para a rotina, para identificação com o grupo, voltando tanto a atenção para o mundo externo que não se dá conta que voltar a atenção para si, como passo inicial, possibilita a elaboração dessas questões e se estruturar para que os

desenvolvimentos psíquicos auxiliem nos processos de diferenciação, auto realização e individuação. (RUSTON, 2011)

Observar através dos autores supracitados que, a ansiedade pode ser descrita de muitas maneiras, mas de forma genérica, ela é entendida como um sintoma proveniente de outro desarranjo psicológico. O sintoma aqui descrito, não tem o mesmo sentido positivista do termo empregado na área da psiquiatria, por exemplo. Na psicologia junguiana, o sintoma pode ter vários significados psiconeuróticos; bloqueamentos no desenvolvimento psíquico, ou até mesmo lesões. Nesse sentido, acredita-se que o sintoma é uma forma temporária de resolver a tensão entre o consciente e o inconsciente. Portanto, deve compreender-se a expressão simbólica que o sintoma acarreta. (PURCOTES JÚNIOR, 2017; SANTOS, PEREIRA; MARTINS, 2017)

A partir dos artigos selecionados, o tratamento da ansiedade é secundário, isto é, primeiro o indivíduo adentra em seu próprio mundo inconsciente, que é simbólico, reconhece conscientemente os seus complexos e suas sombras ocultas, assim, para serem trabalhados de forma adequada pela consciência. (PADUA; SERBENA, 2019)

Portanto, uma alternativa que surge para tratar a ansiedade na perspectiva junguiana é o próprio processo de individuação, que proporciona o equilíbrio entre o conteúdo consciente e inconsciente e o seu encontro com o Self - si - mesmo. (VALLADÃO, 2017)

Considerações finais

Jung nunca buscou classificar a ansiedade como uma patologia. A ansiedade se apresenta como um sintoma ou até mesmo como um símbolo de outro mecanismo psíquico mais profundo, ocorrendo no inconsciente do paciente.

Como resultados desse trabalho, verificou-se que a para a psicologia analítica junguiana a ansiedade é vista das seguintes formas: 1) relacionada ou mesmo como o próprio símbolo; 2) como necessidade de focar a atenção para o mundo externo ou o cotidiano e, por isso, é um estreitamento da consciência, diminuindo a atenção para si e voltando-se para o mundo, desequilibrando a psique que necessita de se integrar; 3) como um alerta da psique como defesa da fantasia ou medo de ser invadida por algo externo, pois o ego deixou de realizar sua função, o que é negativo

por parte da ansiedade e 4) como um alerta que é preciso volta-se para si mesmo, o que é positivo, por parte da ansiedade.

A ansiedade é mais que mera definição patológica e um sintoma, ela é um veículo que transmite inúmeros significados subjacentes, que tem como origem a suas relações como o mundo, o inconsciente pessoal e coletivo. Essa relação simbólica na modernidade, principalmente impulsionada pelo modelo positivista pode ser totalmente desconhecida pelo paciente e para quem o trata.

Por fim, faz-se necessário mais estudos na área acadêmica sobre ansiedade e sua forma de lidar com ela na perspectiva analítica junguiana, já que existem poucos estudos sobre o assunto, para que se compreenda de forma mais abrangente o seu significado simbólico e seu tratamento clínico.

Referências bibliográficas

AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION (APA). **DSM 5: Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais**. 5. Ed. Porto Alegre: Artmed, 2014. rt45.

ABBAGNANO, Nicola. **Dicionário de filosofia**. São Paulo, Martins da fonte, 2017.

BOECHAT, Walter. **O Livro Vermelho de C.G Jung: jornada para profundidade desconhecidas**. Petrópolis, RJ: vozes, 2014.

CHEMAMA, R. (Org.). **Dicionário de psicanálise Larousse**. Porto Alegre: Artes Médicas Sul, 1995.

DUNKER, Christian L. **Curar a Homossexualidade? A psicopatologia prática do DSM no Brasil**. Revista Mal-estar e Subjetividade – Fortaleza – Vol. X – Nº 2 – p.425-446 – jun/2010.

ECHER, Isabel C.; **A revisão de literatura na construção do trabalho científico**. RGE: Revista Gaúcha de Enfermagem, Porto Alegre, v. 22, 2. ed., p. 5-20, 2001.
Disponível em:
<https://se.ufrgs.br/RevistaGauchadeEnfermagem/article/view/4365/2324>.
Acesso em 10 de maio. 2020.

FADIMAN, Frager, R. **Teorias da Personalidade**, São Paulo, Harbra; 1. ed. 2002.

GIGLIO, José S. Psicoterapia da Ansiedade - Abordagem Junguiana. In: Marília M. Vizzotto. (Org.). **Temas de Psicologia Psicanalítica**. 1ed.Campinas: Editora da Unicamp, 1991, v. 1, p. 75-86.

JUNG, Carl G.. **A prática da psicoterapia**, Petrópolis: Vozes, 1999.

_____. As funções do inconsciente (1961). In: **A vida simbólica**. Tradução de Araceli Elman; Edgar Orth. Obra Completa 18/1. 7 ed. Petrópolis: Vozes, 2013b. p. 213-220.

_____. A vida simbólica (1961). In: **A vida simbólica**. Tradução de Araceli Elman; Edgar Orth. Obra Completa 18/1. 7 ed. Petrópolis: Vozes, 2013a. p. 284- 310.

_____. Doença mental e psique (1928). In: **Psicogênese das doenças mentais**. Tradução de Márcia Sá Cavalcanti. Obra Completa 3. 6 ed. Petrópolis: Vozes, 2013b. p.253-258.

_____. Psicoterapia e atualidade (1941). In: **A prática da psicoterapia**. Tradução de Maria Luiza Appy. Obra Completa 16/1. 15. ed. Petrópolis: Vozes 2012. p.109-126.

_____. O inconsciente pessoal e o inconsciente supra pessoal ou coletivo (1917). In: **Psicologia do inconsciente**. Tradução de Maria Luiza Appy. Obra Completa 7/1. 24. ed. Petrópolis: Vozes, 2014. p.75-91.

_____. **Livro Vermelho**. Rio de Janeiro, vozes, 2015; 4. ed., 2019.

_____. **O Homem e seus Símbolos**. 2. ed. Rio de Janeiro: Nova Fronteira, 2008.

KURY, Mario da G.. **Dicionário de Mitologia Grega e Romana**, Rio de Janeiro, Zahar, 1984; 8. ed., 2009.

LAUREIRO, Maria E. S. **Simbolicidade e temporalidade: esboço para uma teoria do tempo do tempo simbólico junguiana** – revista da sociedade brasileira de psicologia analítica (sbpa), São Paulo, n. 4, 1986.

MACENA, Deise T. **O uso da arteterapia no controle da ansiedade**. Trabalho de Conclusão de Curso (Bacharelado em Psicologia). Centro Universitário Luterano de Palmas, Palmas, Tocantins, 2019. Disponível em: <http://ulbra-to.br/biblioteca_digital/público/home/documento/1247>. Acesso em: 27 nov. 2020.

MARGARIDO, Felipe B.. A banalização do uso de ansiolíticos e antidepressivos. Encontro: **Revista de Psicologia**, [s. l.], ano 2012, v. 15, 22. ed., p. 131-146, 2012. Disponível em: <<https://revista.pgsskroton.com/index.php/renc/article/view/2485>>. Acesso em 28 de janeiro. 2021.

PADUA, Elisângela S. P.; SERBENA, Carlos A.. A psicopatologia na perspectiva de Carl Gustav Jung. **Psicologia Argumento**, [S.l.], v. 35, n. 90, set. 2019. ISSN 1980-5942. Disponível em: <https://periodicos.pucpr.br/index.php/psicologiaargumento/article/view/25745>. Acesso em: 04 set. 2021.

PIERI, Paolo F. **Dicionário Junguiano**. SP. Paulus, 2002.

PURCOTES JÚNIOR, Francisco. O simbolismo da depressão na perspectiva junguiana. **Psicologia Argumento**, [S.l.], v. 30, n. 71, nov. 2017. ISSN 1980-5942. Disponível em: <https://periodicos.cpr.br/index.php/psicologiaargumento/article/view/19791>. Acesso em: 04 set. 2021. doi: <http://dx.doi.org/10.7213/psicol.argum.7467>.

ROCHA, Aline E. de A. M.. **A perspectiva Junguiana: o uso do desenho como estratégia de avaliação psicológica**. 2008. 49f.- TCC (Monografia) -Universidade Federal do Ceará, Centro de Treinamento e Desenvolvimento, Especialização Avaliação Psicológica, Fortaleza (CE), 2008.

RUSTON, Yvone de R.. **O simbolismo da individuação no “Castelo Interior”**. 2011, 221 f. Tese de Doutorado em Psicologia. Pontifícia Universidade Católica de São Paulo, São Paulo, 2011.

SANTOS, Luís F. R. dos; PEREIRA, Maria I. F.; MARTINS, Carlos V. As doenças do coração e as emoções: conversações entre a psicossomática e a psicologia analítica. **Self - Revista do Instituto Junguiano de São Paulo**, [S. l.], v. 2, 2017. DOI: 10.21901/2448-3060/self-2017.vol02.0005. Disponível em: <https://self.ijusp.org.br/self/article/view/14>. Acesso em: 4 set. 2021.

SERBENA, Carlos A.. **Considerações Sobre o Inconsciente: Mito, Símbolo e Arquétipo na Psicologia Analítica**. Revista da Abordagem Gestáltica – XVI (1): 76-82, jan-jul, 2010.

STEIN, Murray. **Jung e o Caminho da Individuação: Uma Introdução Concisa**. SP. Cultrix, 2020.

UNISALESIANO, Centro Universitário Católico Salesiano Auxilium. **Manual de orientações metodológicas para redação de trabalhos**, 2017, 30 p. Disponível em: https://unisalesiano.com.br/aracatuba/wp-content/uploads/2018/05/manual_metodologico.pdf. Acesso em: 05 de março 2019.

VALLADÃO, Lucas S.. Ansiedade e contemporaneidade: **uma leitura junguiana**. 2017, 91f. Dissertação de Mestrado em Psicologia Clínica - Programa de Estudos

Pós-Graduados em Psicologia: Psicologia Clínica, Pontifícia Universidade Católica de São Paulo, São Paulo, 2017.

VIANA, Milena de B.. **Mudanças nos conceitos de ansiedade nos séculos XIX e XX: da Angst neurose ao DSM-IV.** 2010. 206 f. Tese (Doutorado em Ciências Humanas) - Universidade Federal de São Carlos, São Carlos, 2010.

World Health Organization. **Depression and other common mental disorders: global health estimates.** World Health Organization (2017). Disponível em: <https://apps.who.int/iris/handle/10665/254610> Lizenz: CC BY-NC-SA 3.0 IGO. Acesso em: 21 de Nov. 2021.