



# As emoções e desenvolvimento da personalidade: convergências entre neurociência e psicologia analítica

Guilherme Silva GONÇALVES

Faculdades Metropolitanas Unidas – FMU. São Paulo, SP, Brasil.

## Resumo

Os afetos sempre tiveram um foco de atenção especial no trabalho de Carl Gustav Jung. Desde sua pesquisa com os estudos de associação de palavras, de onde nasceu a teoria dos complexos, Jung defendeu a importância dos afetos na constituição da psique, especialmente nas manifestações inconscientes. Da mesma forma, Jaak Panksepp, o pai da neurociência afetiva, demonstrou a importância dos sistemas emocionais primários na organização da personalidade dos seres humanos e afirmou que o sucesso dos processos terapêuticos depende da estimulação desses mesmos sistemas. O presente trabalho teve como objetivo traçar um paralelo entre a importância dos afetos dentro da abordagem junguiana e a teoria dos afetos do neurocientista Jaak Panksepp. Os trabalhos de Jung e de Panksepp deram origem a teorias da personalidade. O teste de personalidade *Myers-Brigs Type Indicator* – MBTI tem como base a psicologia analítica, enquanto *Affective Neuroscience Personality Scale* – ANPS foi baseada na neurociência afetiva. Ambas as escalas possuem dimensões que podem ser correlacionadas. Além disso, o psiquiatra Iain McGilchrist observou a relação da linguagem simbólica/metafórica com os sistemas emocionais subcorticais do cérebro e com o hemisfério cerebral direito. McGilchrist também observou que esse tipo de linguagem é mais efetiva em ativar os centros emocionais do cérebro do que a linguagem denotativa. Essas convergências entre a psicologia analítica e a neurociência são evidências de que o material simbólico pode fornecer estímulos afetivos benéficos para o desenvolvimento da personalidade, além de influenciar positivamente na efetividade dos processos terapêuticos.

## Descritores

Psicologia junguiana, Neurociências, Personalidade, Desenvolvimento emocional, Psicoterapia, Símbolos.

Recebido: 27 ago 2023; 1ª revisão: 15 nov 2023; Aprovado: 22 nov 2023; Aprovado para publicação: 20 dez 2023



## Conflito de interesses:

O autor declara não haver nenhum interesse profissional ou pessoal que possa gerar conflito de interesses em relação a este manuscrito.

## Emotions and the development of the personality: convergences between neuroscience and analytic psychology

---

### Abstract

Affections always received special attention in the work of Carl Gustav Jung. Since his research of word association studies, which gave origin to the theory of complexes, Jung upheld the importance of affections in the constitution of the psyche, especially in the unconscious manifestations. In the same way, Jaak Panksepp, the father of affective neuroscience demonstrated the importance of primary emotional systems in the organization of the human being personality and affirmed that the success of therapeutic processes depends on the stimulation of these very same systems. The objective of this paper is to draw a parallel between the importance of affections within the Jungian approach and the affections theory of the neuroscientist Jaak Panksepp. The work of both, Jung and Panksepp gave rise to the theories of personality. The personality test known as *Myers-Briggs Type Indicator* – MBTI is based on analytic psychology, while the *Affective Neuroscience Personality Scale* – ANPS was based on affective neuroscience. Both scales have dimensions that may be correlated. Besides, the psychiatrist Iain McGilchrist observed the relationship of symbolic/metaphoric language with subcortical emotional systems of the brain and with the brain right hemisphere. McGilchrist also observed that this type of language is more effective to activate the brain emotional centers than denotative language. These convergences between analytic psychology and neuroscience are evidence that the symbolic material can provide beneficial affective stimuli for personality development, and also of positively influence affectivity in therapeutic processes.

### Descriptors

Jungian psychology, Neurosciences, Personality, Emotional development, Symbol, Psychotherapy.

## Las emociones y el desarrollo de la personalidad: convergencias entre neurociencia y psicología analítica

---

### Resumen

Los afectos siempre recibieron atención especial en el trabajo de Carl Gustav Jung. Desde su investigación con los estudios de asociación de palabras, de donde nació la teoría de los complejos, Jung sostuvo la importancia de los afectos en la constitución de la psique, especialmente en las manifestaciones inconscientes. De la misma forma, Jaak Panksepp, el padre de la neurociencia afectiva demostró la importancia de los sistemas emocionales primarios en la organización de la personalidad de los seres humanos y afirmó que el éxito de los procesos terapéuticos depende de la estimulación de esos mismos sistemas. Este trabajo tiene el objetivo de delinear un paralelo entre la importancia de los afectos dentro del abordaje junguiano y la teoría de los afectos del neurocientífico Jaak Panksepp. Los trabajos de Jung y de Panksepp originaron las teorías sobre la personalidad. El test de personalidad *Myers-Brigs Type Indicator* – MBTI se basa en la psicología analítica, mientras que el *Affective Neuroscience Personality Scale* – ANPS lo hace en la neurociencia afectiva. Ambas escalas tienen dimensiones que pueden ser correlacionadas. Además, el psiquiatra Iain McGilchrist observó la relación del lenguaje simbólico/metafórico con los sistemas emocionales subcorticales del cerebro y con el hemisferio cerebral derecho. McGilchrist también observó que ese tipo de lenguaje es más efectivo en activar los centros emocionales del cerebro que el lenguaje denotativo. Esas convergencias entre la psicología analítica y la neurociencia son evidencias de que el material simbólico puede proporcionar estímulos afectivos benéficos para el desarrollo de la personalidad, además de influenciar positivamente la efectividad de los procesos terapéuticos.

### Descriptor

Psicología junguiana, Neurociencias, Personalidad, Desarrollo emocional, Psicoterapia, Símbolo.

### Introdução

**Jung considerava** os afetos como constituintes primordiais da vida psíquica do ser humano. Desde o seu trabalho com o teste de

associação de palavras, ele percebeu a importância que os afetos tinham nas manifestações do inconsciente. Ele afirmava que: "A base essencial de nossa personalidade é a afetividade. Pensar e agir são, por assim dizer, meros sintomas da afetividade" (Jung, 1907/2013, p. 48, § 78). Além disso, os símbolos, que têm um papel central na psicologia analítica, podem ser considerados "emoções vestidas de imagem" (Goodwyn, 2012, p. 41). Jung dizia que os símbolos: "São uma espécie de linguagem que medeia entre a forma pela qual nos exprimimos conscientemente e um modo de expressão mais primitivo, mais colorido, mais figurativo e concretista, em poucas palavras, uma linguagem que traduz diretamente sentimentos e emoções" (Jung, 1961/2013, p. 224, § 469).

Jaak Panksepp também considerava as emoções como a base instintiva da consciência humana, sem a qual as funções cognitivas não poderiam exercer suas atividades (Panksepp & Biven, 2012). Os sete sistemas emocionais primários descobertos por ele (*RAGE, CARE, LUST, PLAY, PANIC, FEAR* e *SEEKING*) já foram relacionados, em um trabalho anterior, aos cinco grupos básicos de instintos propostos por Jung (instintos de autopreservação, de preservação da espécie, os de reflexão, os instintos de atividade e o de criatividade) (Gonçalves, 2021).

Resumindo, pode-se incluir no grupo dos instintos de atividade o *SEEKING* e o *PLAY*; dentro do grupo de instintos de conservação da espécie *CARE* e *LUST*; dentro dos instintos de autoconservação, o *RAGE, FEAR* e o *PANIC*, e também os afetos homeostáticos. O instinto de reflexão e a criatividade também podem ser relacionados com o *SEEKING*, especialmente na interação das estruturas subcorticais deste sistema com o neocórtex [...] (Gonçalves, 2021, p. 123).

Além disso, Panksepp (1998) notou a relação dos temas arquetípicos surgidos nos sonhos com a atividade dos centros emocionais do cérebro, ativos na fase do sono R.E.M. (*Rapid Eye Movement*), estabelecendo uma possível conexão entre os arquetípos e as emoções.

Mais ainda, Panksepp & Biven (2012) observaram que a linguagem denotativa não consegue transmitir experiências afetivas, que são mais bem expressas por linguagem metafórica/simbólica: "Palavras também não descrevem afetos. Ninguém consegue explicar como é se sentir com raiva, assustado, excitado, compassivo, sozinho, brincalhão ou animado, exceto indiretamente por metáforas" [tradução nossa] (p. 32).

Porém, é importante ressaltar que existem algumas diferenças nos pressupostos da neurociência afetiva e da psicologia analítica. Enquanto as neurociências afetivas partem de pressupostos materialistas (Panksepp & Biven, 2012) assumindo que a mente tem sua origem na sua base material, Jung deixou essa questão em aberto por falta de provas de que a psique seja um epifenômeno da atividade cerebral. Por isso, ele preferiu se ater ao ponto de vista psicológico (Jung, 1926/2013, p. 282, § 622).

Mesmo assim, existem muitas semelhanças no papel que a psicologia analítica e a neurociência afetiva conferem às emoções, com relação ao desenvolvimento da personalidade humana e à produção de conteúdo simbólico. O presente trabalho teve como objetivo traçar um paralelo entre a importância dos afetos dentro da abordagem junguiana e a teoria sobre os afetos do neurocientista Jaak Panksepp.

## Os afetos e os complexos

Entre os trabalhos mais importantes do início da carreira de Jung estão os experimentos com o teste de associação de palavras. Esse teste consiste em dizer uma palavra estímulo para que pessoa responda o mais rápido possível com a primeira palavra que vier a sua mente. O objetivo é observar reações anormais, como tempo de reação prolongado e alterações fisiológicas, consideradas indicadoras de perturbações inconscientes (Jung, 1934/2013, p. 41, § 198).

Jung (1911/2012) demonstrou que muitas dessas reações e associações aparentemente anormais que as pessoas demonstravam, na realidade, eram causadas pelos afetos despertados pelas palavras. Esse grupo de ideias ligadas por uma mesma tonalidade afetiva foi o que ele chamou de **complexo**:

Procuramos averiguar onde, ou seja, em que palavras estímulo ocorriam o distúrbio e descobrimos que isto acontecia quando uma palavra estímulo se referia a um assunto pessoal que, via de regra, tinha certo caráter penoso. Muitas vezes a relação não era vista à primeira vista, mas tinham um caráter mais "simbólico", eram "alusões". As mais das vezes, eram alguns poucos assuntos pessoais que provocavam distúrbios no experimento. Riklin e eu introduzimos o termo **complexo** para designar esse "assunto pessoal", pois ele é sempre

um grupo de ideias que se mantêm unidas através de uma carga emocional comum a todas (Jung, 1911/2012, p. 656, §1350).

De acordo com Jung, quando ativados ou *constelados*, os complexos dão início a toda uma cadeia de reações que se traduzem em formas de agir e pensar pré-determinadas. Jung define o termo **constelação** da seguinte maneira:

Este termo exprime o fato de que a situação exterior desencadeia um processo psíquico que consiste na aglutinação e na atualização de determinados conteúdos. A expressão "está constelado" indica que o indivíduo adotou uma atitude preparatória e de expectativa, com base na qual reagirá de forma inteiramente definida (Jung, 1934/2013, p. 41, § 198).

De maneira similar, Panksepp (1998) considerava os sistemas emocionais primários como campos de atração, que se associavam às diferentes experiências do ser humano ao longo da vida, dando origem a padrões de comportamento:

"Talvez uma maneira melhor de ver o condicionamento clássico simples é visualizar como os estímulos incondicionados e as respostas incondicionadas do cérebro, ambos profundamente afetivos, atraem informações externas para suas órbitas, de forma que aqueles estímulos previamente neutros possam passar a disparar respostas emocionais adaptativas de maneira cada vez mais padronizada e bem-estruturada [tradução nossa] (Panksepp & Biven, 2012, p. 134).

Isso mostra que, para a neurociência afetiva, a associação entre experiências e afetos geram padrões de comportamento automáticos, ou seja, complexos.

Segundo Jung, os complexos são constituintes normais da psique humana, que somente se tornam patológicos quando excluídos da consciência, tanto por estarem associados a memórias traumáticas quanto por conterem elementos incompatíveis com a autoimagem do indivíduo (Jung, 1937/2013, p. 67, § 253). Da mesma forma, para Panksepp e Biven (2012), os padrões de comportamento criados pela associação entre experiência e emoção apenas tornam-se patológicos quando existe um

excesso de afetos negativos associados a eles. Ambos acreditavam que esses problemas poderiam ser tratados através da psicoterapia.

## As emoções e o desenvolvimento

Jung percebeu que o comportamento humano se constrói sobre os instintos básicos, através da **psiquificação**. Esse processo ocorre quando um instinto, fator extrapsíquico proveniente em parte do sistema nervoso central, choca-se com uma situação específica no ambiente, produzindo novas estruturas psicológicas:

Nestas circunstâncias, o fator determinante imediato não é o instinto extrapsíquico, mas a estrutura que resulta da interação do instinto com a situação do momento[...]. O instinto psiquificado perde sua univocidade até certo ponto e ocasionalmente chega a ficar sem sua característica mais essencial, que é a compulsividade, por que não é mais um fator extrapsíquico inequívoco, mas uma modificação ocasionada pelo encontro com o dado psíquico (Jung, 2013/1937, p. 61, § 234).

Isso significa que as mais variadas formas de atividade humana se constroem na interação dos instintos com o ambiente, gerando novos padrões e modificações das respostas instintivas.

Panksepp e Biven (2012), por sua vez, também afirmaram que o processo de aprendizagem é motivado pelos sistemas emocionais instintivos, que funcionam como programadores do córtex cerebral. Ou seja, assim como na psiquificação descrita por Jung, os instintos criam novos padrões de comportamento através do acúmulo de experiências:

[... N]o início da infância todos os animais são mais dependentes das funções cerebrais inferiores[...]. É provável que, durante a maturação, partes mais baixas do cérebro possam programar, ou ensinar, estruturas superiores a funcionar de determinadas maneiras. Então, é possível que certos processos primários sejam inicialmente elaborados subcorticalmente e que, ao longo do desenvolvimento individual, essas funções sejam refinadas e talvez, até mesmo, em alguns casos, suplantadas por áreas cerebrais superiores recentemente

evoluídas. Se for assim, é provável que a maioria dos afetos seja fortemente influenciado por estruturas cerebrais evoluídas mais recentemente[...] mas, de maneira frequente, o aumento da sutilidade afetiva é feito às custas da intensidade dos afetos [tradução nossa] (Panksepp & Biven, 2012, pp. 91-92).

Em ambas as teorias, o elemento instintivo nunca deixa de ser o motivador básico dos comportamentos, mesmo que fique menos reconhecível com o passar do tempo. É na interação dos instintos com o ambiente que se criam os padrões de reação típicos do indivíduo, que vão formar parte de sua personalidade futura.

## **As teorias da personalidade de Jung e Panksepp**

Uma das grandes contribuições de Jung para o campo da psicologia foi sua teoria dos tipos psicológicos. De maneira geral, o tipo de personalidade é definido por uma atitude, que pode ser introvertida ou extrovertida, e pelo uso de uma função principal e uma auxiliar, que podem ser pensamento e sentimento (funções racionais), sensação e intuição (funções irracionais) (Jung, 1921/[1950]/2013). O indivíduo pode ser, por exemplo, um tipo pensamento extrovertido com intuição auxiliar, ou um tipo sentimento introvertido com sensação auxiliar etc. Essas disposições de personalidade que formam os tipos têm influências de fatores biológicos:

Parece que os tipos se distribuem aleatoriamente. Numa mesma família há filhos introvertidos e extrovertidos. Uma vez que, de acordo com esses fatos, o tipo de atitude, na condição de fenômeno geral e de distribuição aleatória, não pode ser objeto de decisão e intenção conscientes, deve necessariamente agradecer sua existência a um fundamento inconsciente e instintivo. A oposição dos tipos, como fenômeno psicológico geral, tem que ter, de qualquer maneira, seus antecedentes biológicos (Jung, 1921/[1950]/2013, p. 345, § 623).

Apesar disso, Jung também admitia que o indivíduo pode adotar um tipo contrário à sua disposição individual devido a influências do ambiente:



É certo que a predileção repousa em certa disposição inata, mas que, nem sempre, é decisiva. Já vi diversas vezes que a influência do meio é quase tão importante. Pude constatar certa vez que uma pessoa que vivia próximo de um introvertido e apresentava um comportamento manifestamente extrovertido, mudou de atitude e se tornou introvertida quando, mais tarde entrou em um relacionamento íntimo com uma personalidade declaradamente extrovertida (Jung, /1921/[1950]/2013, p. 299, § 548).

Porém, isso aumenta muito o esforço de adaptação e pode ter consequências psicológicas negativas: “Quando ocorre uma falsificação do tipo, devido a influências externas, o indivíduo se torna, na maioria dos casos, neurótico, e a cura só é possível reestabelecendo-se a atitude que naturalmente corresponderia ao indivíduo” (Jung, 1921/[1950]/2013, p. 221, § 346).

Na perspectiva da neurociência afetiva, a constituição da personalidade também envolve disposições inatas:

A teoria da personalidade da neurociência afetiva propõe que nós nascemos com vários endofenótipos: perfis afetivos-emocionais primários de personalidade gerados, inicialmente, a partir dos nossos genomas individuais. Isto é, nossas personalidades emergem através dos nossos endofenótipos, que são construídos a partir desses sistemas afetivos cerebrais primários que fornecem nossa capacidade não só de agir, mas de agir consistentemente ao longo do tempo, sem precisar de nenhum esforço consciente de nossa parte, e também fornecem padrões de regulação afetiva de aprendizagem e memória, permitindo uma adaptação diversa aos fenômenos da existência [tradução nossa] (Davis & Panksepp, 2018, p. 9).

Davis e Panksepp (2018) também afirmam que as experiências de vida apenas refinam os traços de personalidade já existentes, controlados pelos centros emocionais subcorticais, e não os criam:

O nível secundário [de processamento emocional] refere-se à intervenção das experiências de vida, codificadas em bancos de memória através da aprendizagem, que, embora críticas para a construção de todas as

especializações que temos no córtex, são certamente importantes para refinar nossas personalidades, mas nem tanto para "energizá-las", função mais reservada para os sistemas de processos primários emocionais de ação. A orientação inicial é dada pelas diferenças emocionais-temperamentais primárias que são geneticamente controladas em grande medida por regiões subcorticais [...] [tradução nossa] (2018, p. 83).

Outra convergência importante nas duas teorias é a primazia atribuída aos afetos na construção da personalidade. Davis e Panksepp (2018) afirmam que os afetos emocionais são mais importantes na construção da personalidade do que os outros tipos de afeto, como os homeostáticos e os sensoriais:

De fato, nem todos os tipos de sentimentos inatos, nem os sensoriais (o deleite agradável ou o nojo repulsivo) ou as necessidades homeostáticas do corpo experienciadas como fome e sede, são tão influentes como os sistemas emocionais contidos em nosso cérebro, condutor de vários sentimentos afetivos básicos, cujos pontos fracos e fortes constituem, nós sugerimos, os mais influentes endofenótipos no desenvolvimento da personalidade [tradução nossa] (2018, p. 14).

Por sua vez, Jung atribuía uma enorme importância à afetividade na formação dos padrões de comportamento do indivíduo (Jung, 1907/2013, p. 48, § 78). distinguia a afetividade das sensações dos sentidos (afetos sensoriais) e de outras sensações corporais (afetos homeostáticos). Para Jung, a definição de afeto é "[...] um estado de sentimento caracterizado, de um lado, por inervações perceptíveis do corpo e, de outro, por uma perturbação peculiar do curso das ideias. Emprego afeto como sinônimo de **emoção**" (1921/[1950]/2013, p. 423, § 751).

Portanto, na psicologia analítica, o fator determinante para a construção da personalidade também é o afeto, em uma definição praticamente idêntica à das neurociências afetivas, que trata as emoções não somente como formas de comportamento típico, mas como influenciadoras da maneira de experienciar o mundo (Panksepp & Biven, 2012).

Como os afetos são cruciais para a construção da personalidade, eles também são cruciais para compreender o perfil de cada

indivíduo. Por isso, pode se argumentar que os testes de personalidade são formas de mensurar o perfil afetivo de cada indivíduo.

## Testes de personalidade

A teoria dos tipos psicológicos de Jung deu origem ao *Myers-Briggs Type Indicator* (MBTI), teste de personalidade muito popular atualmente, desenvolvido por Katherine Cook Briggs e Isabel Briggs Myers. Esse teste mapeia as atitudes e funções contrárias em três escalas bipolares (introversão-extroversão, pensamento-sentimento e sensação-intuição), com a adição de uma quarta escala bipolar (julgar-perceber).

Davis e Panksepp (2018) fizeram uma crítica ao MBTI, que não possui dimensões para medir os traços de personalidade negativos dos indivíduos, apesar da teoria junguiana contar com o conceito de sombra.

Existem medidas do MBTI que estão correlacionadas àquelas do *Neuroticism, Extraversion, Openness Personality Inventory* (NEO-PI), que funciona como uma medida amplamente aceita do *Big Five* (modelo dos cinco grandes fatores), um dos testes de personalidade mais usados na comunidade científica atualmente. Os cinco fatores descritos no *Big Five* são abertura para a experiência (*openness to experience*), extroversão (*extraversion*), conscienciosidade (*conscientiousness*), neuroticismo (*neuroticism*) e amabilidade (*agreeableness*) (McCrae & Costa, 1989).

De acordo com o estudo de Robert McCrae e Paul Costa (1989), o fator extroversão no NEO-PI foi correlacionado significativamente com a extroversão no MBTI; a abertura para a experiência foi correlacionada significativamente com a intuição; a amabilidade, com o sentimento; e a conscienciosidade, com o julgamento.

A neurociência afetiva possui uma escala de personalidade própria, a *Affective Neuroscience Personality Scale* (ANPS), que compreende os diferentes tipos de personalidade como

proveniente das diferenças de sensibilidade dos sistemas emocionais de cada indivíduo (Davis & Panksepp, 2018, p. 26).

As dimensões afetivas básicas mensuradas pela ANPS são *PLAY*, *ANGER (RAGE)*, *SEEKING*, *CARE*, *FEAR* e *SADNESS (PANIC)* (Davis & Panksepp, 2018). Também foi feita uma correlação entre essas medidas e os fatores descritos no *Big Five*, onde *PLAY* na ANPS correlacionou-se com extroversão no *Big Five* (0,46); *CARE*, com amabilidade (0,50); *FEAR*, *ANGER* e *SADNESS* foram todos negativamente correlacionados com estabilidade emocional (-0,75, -0,65 e -0,68 respectivamente); e, finalmente, *SEEKING*, foi positivamente relacionado à abertura para a experiência (0,47) (Davis & Panksepp, 2018).

A partir da comparação feita entre o MBTI e o NEO-PI, podemos inferir que a extroversão do MBTI seria correlacionada com o *play* na ANPS; que o sentimento seria positivamente correlacionado com *CARE*; que a intuição estaria correlacionada com *SEEKING*. Como apontado por Davis e Panksepp (2018), os sistemas emocionais negativos não estão presentes no MBTI, por isso não é possível fazer uma correlação aqui. Da mesma forma, o fator conscienciosidade está ausente na ANPS, já que esta dimensão relaciona-se com processos cognitivos e não emocionais.

Dado que as emoções são importantes para compreender a personalidade e mensurar suas dimensões, elas também podem ser importantes nos processos de mudanças desses padrões. Logo, a estimulação dos sistemas emocionais é fundamental nos processos psicoterapêuticos que visam a mudar padrões de comportamento e impulsionar o desenvolvimento da personalidade.

## **As emoções e os símbolos na psicoterapia**

Segundo Panksepp e Biven (2012), para serem efetivos, os processos psicoterapêuticos precisam ter como foco a base instintiva da psique, da qual os sistemas emocionais primários são uma parte fundamental:

[P]ossivelmente os efeitos mais duradouros ocorrem se o caminho terapêutico for pavimentado pela mudança da

tonalidade afetiva dos afetos primários. Se for este o caso, o trabalho dos clínicos pode ser facilitado pela assimilação mais profunda e utilização das evidências disponíveis sobre os sistemas emocionais do cérebro derivadas da neurociência afetiva e por visar à utilização mais ampla das técnicas afetivas mais diretas disponíveis [tradução nossa] (2012, p. 457).

Por essa razão, eles foram críticos das teorias cognitivas da década de 1970, que ignoravam a importância das emoções (Panksepp & Biven, 2012).

Como mencionado, Panksepp (1998) também notou a relação dos temas arquetípicos surgidos nos sonhos com a atividade dos sistemas emocionais envolvidos na fase do sono R.E.M. De acordo com ele, os sistemas cerebrais ativos durante a produção dos sonhos, durante a fase R.E.M., estão ligados às regiões inferiores do tronco cerebral, mais antigas do que as regiões responsáveis pela nossa consciência do estado de vigília. Com base nessa relação, Panksepp levantou a hipótese de que os sonhos são a expressão de uma forma de consciência primária, mais ancestral do que a consciência do estado de vigília (Panksepp, 1998).

Essa hipótese também foi levantada por Jung:

[a] comparação de motivos típicos com os motivos mitológicos nos permite supor – como já o fizera Nietzsche – que o pensamento onírico é uma forma filogenética anterior de nossa consciência [...]. Nosso organismo conserva os traços de sua evolução filogenética. O mesmo se dá com o espírito humano. Por isso nada há de espantar quanto à possibilidade de que a linguagem figurada dos sonhos seja um vestígio arcaico de nosso pensamento (Jung, 1928/2013, p. 187, § 474-475)

Dada a conexão entre os sonhos e os centros emocionais do cérebro, não surpreende que também exista uma relação entre as emoções e os símbolos. Novamente, nas palavras de Goodwyn (2012), os símbolos são afetos vestidos de imagem. Da mesma forma, Neumann (1968/2022) diz:

As emoções estão ligadas às camadas profundas da psique, aquelas que se acham mais próximas dos instintos. O acento emocional [...] tem organicamente

sua base nas partes do cérebro consideradas, em termos evolutivos, as mais primitivas, a saber, a região medular e o tálamo. Como esses centros estão conectados com o sistema nervoso simpático, os componentes emocionais sempre estão ligados, de modo íntimo, aos conteúdos inconscientes (p. 276).

Para o psiquiatra Iain McGilchrist (2021), os conteúdos arquetípicos são "experenciados como um estado afetivo por meio de uma imagem, uma metáfora ou um mito" (p. 1050).

Jung usava os símbolos do inconsciente produzidos durante os sonhos para compreender os desequilíbrios da atitude consciente. Por essa razão, ele considerava o sonho importante no processo terapêutico: "O sonho retifica a situação e acrescenta o material que ainda lhe está faltando e, deste modo, melhora a atitude do paciente. Eis aí a razão pela qual temos necessidade de análise do sonho" (Jung, 1928/2013, p. 200, § 482).

De acordo com o trabalho da psicóloga evolutiva Deirdre Barret (2011), uma das funções dos sonhos é a resolução de problemas, uma vez que eles nos ajudam a ver as coisas de uma perspectiva diferente, mostrando soluções que não são percebidas pela nossa mente consciente.

Os símbolos, porém, não são importantes apenas para compreender o inconsciente, mas também para tocá-lo. Quando a psique encontra um símbolo adequado para expressar sua situação, podem ocorrer profundas transformações da personalidade, pois os símbolos contêm forte carga emocional: "A função atribuidora de sentido dos símbolos e arquétipos também tem um forte lado emocional; e esta emocionalidade, ativada pelos símbolos, tem igualmente uma orientação, isto é, um caráter significativo e ordenador" (Neumann, 1968/2022, p. 307).

Dá a importância dos sistemas religiosos para a saúde psíquica do ser humano. Quando suas imagens e rituais simbólicos correspondem ao conteúdo inconsciente do indivíduo, elas podem despertar poderosas emoções e, conseqüentemente, causar mudanças de atitude no sujeito:

O efeito mágico do ritual é deveras factual e não é, em nenhum sentido, ilusório [...] no entanto, o efeito não se opera por meio do objeto, mas por meio do sujeito. O ritual mágico atua, como qualquer magia ou intenção superior ou religiosa, sobre o sujeito praticante da magia ou da religião, alterando e aumentando sua capacidade de agir (Neumann, 1968/2022, p. 180).

No Egito Antigo, por exemplo, costumava-se cantar os mitos de viagem ao submundo de Rá para o doente, de modo que ele se identificasse com o deus e recuperasse sua saúde. O mesmo acontecia com os xamãs, que envolviam o doente em vivências mitológicas, como descidas ao submundo e viagens à terra dos deuses, para recuperar a sua saúde (Eliade, 1951/2004, p. 35). Hesíodo (trad. 2012) diz algo similar na "Teogonia", sobre o efeito terapêutico dos mitos:

Se alguém carrega uma dor recente na alma e consome seu coração em grandes aflições, quando ouve o aedo, servidor das Musas, louvar os feitos gloriosos dos ancestrais e dos venturosos deuses que habitam o Olimpo, logo esquece os sofrimentos e as preocupações, já que os dons das deusas afastam seus pesares (Hesíodo, trad. 2012, v. 98-103).

Também é muito comum que as pessoas resolvam problemas difíceis de serem tratados, como a depressão, por meio de uma experiência religiosa, que Jung relacionou ao efeito dos arquétipos e seus símbolos (Jung, 1946/2013, pp. 154-155, §405). Justamente por sua capacidade de provocar experiências religiosas, que os psicodélicos, como o DMT e a psilocibina, possuem efeitos terapêuticos poderosos contra a depressão, vícios e outros problemas psicológicos (Timmermann *et al.*, 2018).

De acordo com o psiquiatra Iain McGilchrist (2021), a linguagem simbólica, metafórica e poética é fundamental para uma compreensão ampla do mundo e da experiência (2021), já que o símbolo pode conter inúmeros significados contraditórios de maneira implícita simultaneamente, diferente da linguagem literal com seu significado unívoco. McGilchrist (2009, 2021) observou que esse tipo de pensamento simbólico está ligado ao hemisfério direito do cérebro, hemisfério que ele também relacionou aos

sonhos, às experiências religiosas, ao inconsciente e ao *Self* da teoria junguiana:

O *Self*, intrinsecamente inseparável do mundo em que se encontra em relação aos outros, ao eu social e empático, ao senso de continuidade do eu e ao senso de “profundidade” da existência ao longo do tempo, é mais dependente do hemisfério direito; enquanto o eu objetificado, o eu externo e como expressão de vontade, é mais dependente do hemisfério esquerdo. Isso me parece refletir a distinção feita por Jung entre o *Self* (aqui, o hemisfério direito) e o eu (aqui, o hemisfério esquerdo), cumprindo funções diferentes, mas necessárias [tradução nossa] (McGilchrist, 2021, p. 1334).

Ainda segundo McGilchrist (2009), os centros emocionais subcorticais do cérebro, que foram o foco central do trabalho de Panksepp (1998), estão mais ligados com o hemisfério direito do que com o esquerdo.

Para McGilchrist (2021), a linguagem metafórica e poética é muito mais eficiente em ativar os centros emocionais do cérebro. Portanto, podemos concluir que as metáforas e os símbolos, com sua capacidade de tocar os centros emocionais do cérebro de maneira implícita, são elementos que podem aumentar a efetividade do processo terapêutico.

É que as representações míticas, com seu simbolismo característico, atingem as profundezas da alma humana, os subterrâneos da história, aonde a razão, a vontade e a boa intenção nunca chegam. Isso porque elas também provêm daquelas profundezas e falam uma linguagem que, na verdade, a razão contemporânea não entende, mas mobilizam e põem a vibrar o mais íntimo do homem (Jung, 1935/2013, p. 26, § 19).

A razão para incluir outras formas de expressão simbólica no atendimento terapêutico, como os desenhos, segue uma lógica parecida, ou seja, de que as imagens produzidas tocam regiões inconscientes profundas da psique humana. Jung diz sobre os quadros dos seus pacientes:

Todos esses quadros têm um caráter marcadamente simbólico e primitivo, o que se manifesta tanto através do desenho quanto da cor [...]. Trata-se de tendências



irracionais, simbólicas, de caráter histórico ou arcaico tão definido, que não é difícil traçar seu paralelo com formações semelhantes na arqueologia e na história das religiões comparadas. Assim sendo, é lícito supor que os nossos trabalhos pictóricos provenham principalmente das regiões da psique, que designei como inconsciente coletivo (Jung, 1929/2013, p. 63, § 111).

Por criar esse contato com o inconsciente coletivo que a produção de imagens possui efeito terapêutico:

Tais imagens brotam de uma necessidade natural, e esta, por sua vez, é por elas satisfeitas. É como se a psique, ao remontar ao estado primitivo, se exprimisse nessas imagens, e assim obtivesse uma possibilidade de funcionar em conjunto com nosso consciente, que é de natureza diferente, e isso eliminasse – ou melhor, satisfizesse – as exigências da psique que perturbam a consciência (Jung, 1929/2013, pp. 63-64, § 111).

Porém, Jung acrescenta que para essas imagens terem um efeito terapêutico pleno, elas precisam ser compreendidas emocional e intelectualmente, ou seja, precisam ser interpretadas para serem integradas à consciência. (Jung, 1929/2013, p. 64, § 111).

## Conclusão

Os afetos têm um papel central nos trabalhos de Jung e Panksepp, no que se refere ao desenvolvimento da personalidade, ao processo de aprendizagem e à efetividade dos processos terapêuticos. As correlações existentes entre os testes de personalidade baseados em ambas as teorias mostram que essas semelhanças podem ser potencialmente mensuráveis.

Jung e Panksepp também notaram a influência dos centros emocionais subcorticais durante a produção de sonhos e sua relação com os temas arquetípicos que surgem nos conteúdos oníricos. Porém, enquanto o trabalho de Jung teve como base um método majoritariamente empírico e comparativo, o trabalho de Panksepp é baseado principalmente em estudos experimentais. Mesmo partindo de métodos diferentes, os pesquisadores chegaram a conclusões similares, assim, pode-se usar isso como evidência em favor dos postulados da teoria junguiana, muito criticada no meio acadêmico nas últimas décadas, como observou Jordan Peterson (1999).

Da mesma forma, o trabalho de Iain McGilchrist (2009, 2021), que também foi muito influenciado pelas pesquisas de Panksepp (1998), nos ajuda a entender a relação da linguagem simbólica/metafórica com os centros emocionais subcorticais e com o hemisfério cerebral direito. Logo, podemos inferir que a inclusão de material simbólico no processo terapêutico, através de métodos como a análise de sonhos e a produção e análise de desenhos, pode contribuir para aumentar a efetividade do tratamento:

É como se a psique, ao remontar ao estado primitivo, se exprimisse nessas imagens, e assim obtivesse uma possibilidade de funcionar em conjunto com nosso consciente, que é de natureza diferente, e isso eliminasse – ou melhor, satisfizesse – as exigências da psique que perturbam a consciência (Jung, 1929/2013, pp. 63-64, § 111).

Portanto, longe de ter se tornando obsoleta com o avanço das pesquisas em neurociência, a psicologia analítica continua mostrando paralelos crescentes, conforme os trabalhos se aprofundam neste campo, especialmente aqueles que se concentram na atividade instintiva do cérebro humano.

## Referências

- Barret, D. (2011). Answers in your dreams. *Scientific American Mind*, 22(5), 33-9. <https://doi.org/10.1038/scientificamericanmind1111-26>.
- Eliade, M. (2004). *Shamanism: archaic techniques of ecstasy*. New Jersey: Princeton University Press. (Trabalho original publicado em 1951).
- Goodwyn, E. D. (2012). *The neurobiology of the gods: how brain physiology shapes the recurrent imagery of myths and dreams*. Hove: Routledge.
- Gonçalves, G. S. (2021). Os instintos nas neurociências afetivas e na psicologia analítica. *Junguiana*, 39(2), 117-130. Recuperado em 10 de agosto de 2023, de [http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0103-08252021000200008&lng=pt&tng=pt](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0103-08252021000200008&lng=pt&tng=pt).
- Hesíodo. (2012). *Teogonia* (S. M. Regino, trad.). São Paulo: Martin Claret.
- Jung, C. G. (2012). Exposição sumária da teoria dos complexos. In *Estudos experimentais* (3a ed, OC, Vol. 2, pp. 655-661). Petrópolis, RJ: Vozes. (Trabalho original publicado em 1911).

- Jung, C. G. (2013). A psicologia da dementia praecox: um ensaio. In *Psicogênese das doenças mentais* (6a ed., OC, Vol. 3, pp. 9-172). Petrópolis, RJ: Vozes. (Trabalho original publicado em 1907).
- Jung, C. G. (2013). Símbolos e interpretação dos sonhos. In *A vida simbólica* (7a ed., OC, Vol. 18/1, pp. 201-283). Petrópolis, RJ: Vozes. (Trabalho original publicado em 1961).
- Jung, C. G. (2013). Considerações gerais sobre a teoria dos complexos. In *A dinâmica do inconsciente: a natureza da psique* (10a ed., OC, Vol. 8/2, pp. 39-52). Petrópolis, RJ: Vozes. (Trabalho original publicado em 1934).
- Jung, C. G. (2013). Determinantes psicológicas do comportamento humano. In *A dinâmica do inconsciente: a natureza da psique* (10a ed., OC, Vol. 8/2, pp. 60-71). Petrópolis, RJ: Vozes. (Trabalho original publicado em 1937).
- Jung, C. G. (2013). *Tipos psicológicos* (7a ed., OC, Vol. 6,). Petrópolis, RJ: Vozes. (Trabalho original publicado em 1921, revisado em [1950]).
- Jung, C. G. (2013). Aspectos gerais da psicologia dos sonhos. In *A dinâmica do inconsciente: a natureza da psique* (10a ed., OC, Vol. 8/2, pp. 186-234). Petrópolis, RJ: Vozes. (Trabalho original publicado em 1928).
- Jung, C. G. (2013). Considerações teóricas sobre a natureza do psíquico. In *A dinâmica do inconsciente: a natureza da psique* (10a ed., OC, Vol. 8/2, pp. 186-234). Petrópolis, RJ: Vozes. (Trabalho original publicado em 1946).
- Jung, C. G. (2013). Princípios básicos da prática da psicoterapia In *Psicoterapia: a prática da psicoterapia* (16a ed., OC, Vol. 16/1, pp. 13-31). Petrópolis, RJ: Vozes. (Trabalho original publicado em 1935).
- Jung, C. G. (2013). Os objetivos da psicoterapia In *Psicoterapia: a prática da psicoterapia* (16a ed., OC, Vol. 16/1, pp. 48-65). Petrópolis, RJ: Vozes. (Trabalho original publicado em 1929).
- Jung, C. G. Espírito e vida. (2013) In *A dinâmica do inconsciente: a natureza da psique* (10a ed., OC, Vol. 8/2, p. 274-94). Petrópolis, RJ: Vozes. (Trabalho original publicado em 1926).
- Davis, K., & Panksepp, J. (2018). *The emotional foundations of personality*. New York: Norton.
- McCrae, R., & Costa, P. (1989). Reinterpreting the myers-briggs type indicator from the perspective of the five-factor model of personality. *Journal of Personality*, 57(1), 17-40.  
<https://doi.org/10.1111/j.1467-6494.1989.tb00759>.

- McGilchrist, I. (2009). *The master and his emissary: the divided brain and the making of the western world*. New Haven: Yale University Press.
- McGilchrist, I. (2021). *The matter with things: our brains, our delusions and the unmaking of the world*. London: Perspectiva Press.
- Neumann, E. (2022). *História das origens da consciência: uma jornada arquetípica, mítica e psicológica sobre o desenvolvimento da personalidade humana*. São Paulo: Cultrix. (Trabalho original publicado em 1968).
- Panksepp, J. (1998). *Affective neuroscience: the foundations of human and animal emotions*. New York: Oxford University Press.
- Panksepp, J., & Biven, L. (2012). *The archaeology of mind: neuroevolutionary origins of human emotions*. New York: Norton.
- Peterson, J. B. (1999). *Maps of meaning: the architecture of belief*. New York: Routledge.
- Timmermann, C., Roseman, L., Williams, L., Erritzoe, D., Martial, C., Cassol, H., Laureys, S., Nutt, D., & Carhart-Harris, R. (2018). DMT models the near-death experience. *Frontiers in Psychology*, 9, 1424. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2018.01424>.

---

**Minicurrículo:** Guilherme Silva Gonçalves – Graduado em psicologia pelas Faculdades Metropolitanas Unidas – FMU. Presidente e membro fundador da Liga Acadêmica de Pesquisas e Estudos Junguianos - LAPEJ, da FMU. Membro do departamento de literatura do Instituto Junguiano de São Paulo - IJUSP. Psicólogo clínico. São Paulo/SP. E-mail: [sg.guilherme00@gmail.com](mailto:sg.guilherme00@gmail.com)