

## A DINÂMICA PSICOLÓGICA CONJUGAL A PARTIR DA PERSPECTIVA JUNGUIANA

**Sílvia Cristine Nascimento de Oliveira Silva**

Graduada em Psicologia – UNESA, Especialista em Psicologia Junguiana: Clínica e Comunidade – Universidade Santa Úrsula

**Resumo:** O presente trabalho científico tem como objetivo principal analisar a influência dos arquétipos da *anima*, *animus* e sombra na dinâmica entre casais na abordagem junguiana. A partir do objetivo principal, é possível delinear os seguintes objetivos específicos: conceituar *anima*, *animus* e sombra; demonstrar a influência desses arquétipos nas relações amorosas e a análise nas dinâmicas psicológicas conjugais. De maneira breve, *anima* é o arquétipo que estabelece os aspectos femininos no homem, enquanto *animus* seria o arquétipo que promove os aspectos masculinos na mulher. A partir de uma percepção contemporânea, os estudiosos de Jung qualificam *anima* e *animus* como princípios existentes em homens e mulheres, já que cada um contém aspectos masculinos e femininos em suas psiques. Por fim, a sombra corresponde ao arquétipo dos conteúdos reprimidos, que podem causar crítica social, aspectos inconscientes que podem acarretar projeções nos outros. Apesar de conter elementos negativos, a sombra também engloba potencialidades e forças que o indivíduo desconhece. Como conclusão, foi possível verificar a influência dos três arquétipos de *anima*, *animus* e *sombra* nas relações conjugais e a sua repercussão no tempo de duração das relações estabelecidas, confirmando a hipótese inicial. A metodologia empregada foi a Pesquisada Bibliográfica.

**Palavras-chave:** Psicologia analítica. Arquétipos. *Anima*, *animus* e sombra. Dinâmica psicológica entre casais.

### THE CONJUGAL PSYCHOLOGICAL DYNAMICS FROM THE JUNGIAN PERSPECTIVE

**Abstract:** The main objective of this scientific work is to analyze the influence of the *anima*, *animus* and shadow archetypes in the dynamics between couples in the Jungian approach. From the main objective, it is possible to outline the following specific objectives: conceptualize *anima*, *animus* and shadow; demonstrate the influence of these archetypes in love relationships and the analysis of marital psychological dynamics. Briefly, *anima* is the archetype that establishes the feminine aspects in men, while *animus* would be the archetype that promotes the masculine aspects in women. From a contemporary perspective, Jung scholars qualify *anima* and *animus* as existing principles in men and women, as each contains masculine and feminine aspects in their psyches. Finally, the shadow corresponds to the archetype of repressed contents, which can cause social criticism, unconscious aspects that can lead to projections on others. Despite containing negative elements, the shadow also encompasses potentials and strengths that the individual is unaware of. In conclusion, it was possible to verify the influence of the three archetypes of *anima*, *animus* and shadow on marital relationships and their impact on the duration of established relationships, confirming the initial hypothesis. The methodology used was the Bibliographic Research.

**Keywords:** Analytical psychology. Archetypes. *Anima*, *animus* and shadow. Psychological dynamics between couples.

---

e-mail: @silviacristinens@terra.com.br

## Introdução

A escolha do tema ocorreu devido a destacada relevância da dinâmica de *anima*, *animus* e sombra nos casais e a relação com a durabilidade do relacionamento conjugal. Em síntese, *anima* é o arquétipo que corresponde à parte feminina no homem. Já *animus* é o arquétipo dos aspectos masculinos na mulher. Entretanto, os pós-junguianos entendem *anima* e *animus* como princípios existentes em homens e mulheres, já que cada um contém aspectos masculinos e femininos em suas psiques.

Por outro lado, a sombra corresponde a todos os elementos reprimidos, que podem causar aversão social, mas inclui potencialidades e forças ocultas. As relações fundadas apenas nos arquétipos mencionados tendem a ruptura mais célere e tempestuosa, já que a idealização do parceiro não se perpetua por mais de três anos<sup>1</sup>.

Na visão junguiana, somos seres projetivos. E projetamos nos nossos parceiros desejos, sonhos, expectativas. Porém, esses conteúdos não são dos parceiros, são nossos. Quando se estudam essas relações, é possível fazer um trabalho para que se perceba até onde vão as projeções e onde começa a relação verdadeira com o outro.

Nesse contexto, a importância do tema é nítida devido a própria conjuntura social que se apresenta atualmente: o índice de divórcios no primeiro ano do casamento tem aumentado exponencialmente, visto que essa união ocorre entre o parceiro e a figura idealizada do *animus* ou *anima* do outro, o que não fornece espaço para defeitos e desentendimentos solucionáveis, bem como o lado oculto, não visto pela sociedade do outro (sombra). Desse modo, a inovação do presente

---

<sup>1</sup> DOUTORA REVELA QUE PAIXÃO PODE DURAR ATÉ TRÊS ANOS: “DEPOIS DISSO VEM O AMOR”. **Jovem Pan**. 2016. Disponível em: <<https://jovempan.com.br/programas/jovem-pan-morning-show/doutora-revela-que-paixao-pode-durar-ate-tres-anos-depois-disso-vem-o-amor.html>>. Acesso em: 04/08/2021 às 13:14.

trabalho reside justamente na investigação das raízes psíquicas dessas relações fluidas.

De maneira geral, o trabalho se destina aos estudantes de Psicologia Junguiana e a todos que se interessem pela base psicológica dos relacionamentos. É possível pensar que a hipótese tratada inicialmente seria a influência dos três arquétipos de *anima*, *animus* e *sombra* nas relações conjugais e a sua repercussão no tempo de duração das relações estabelecidas.

Por fim, a sombra contém todos os conteúdos inconscientes, rejeitados pela sociedade ou pelo próprio indivíduo, que os classifica como negativos. Contudo, a sombra também dispõe de potencialidades e forças desconhecidas, que, se integradas ao consciente, auxiliam no processo de individuação.

O presente trabalho teve como base os fundamentos teóricos e pensamentos dos seguintes autores: Jung, Benedito, Sanford, Theobald, Mallman, Albert, Pessoa, Caetano; Robles; Pessoa; Fontana *in* Benedito, Miguel; Thobias; Rocha, dentre outros.

### **Método**

O método de pesquisa utilizado foi a Pesquisa Bibliográfica, na qual houve a análise de artigos e livros. O material exposto nesse trabalho é fruto da seleção e reflexão acerca de conceitos e teorias expostos em tais materiais, sendo produzido um levantamento bibliográfico adequado à proposta do tema de pesquisa. A leitura manejada é crítica ou reflexiva.

O objetivo primordial do presente trabalho científico é analisar a influência dos arquétipos da *anima*, *animus* e *sombra* na dinâmica entre casais na abordagem junguiana. A partir do objetivo principal, é possível delinear os seguintes objetivos específicos: conceituar *anima*, *animus* e *sombra*; demonstrar a influência desses arquétipos nas relações amorosas e a análise nas dinâmicas psicológicas conjugais.

### **Os Arquétipos: *Animus*, *Anima* e *Sombra* nas Relações Conjugais**

Segundo Von Franz (1985, p.11) em síntese, a sombra pode ser conceituada como a expressão de conteúdos inconscientes da psique, aspectos obscuros e reprimidos devido a possível reprovação social. A autora ainda menciona que Jung não era adepto de conceitos muito rígidos e já chegou a afirmar que “a sombra seria todo o inconsciente”.

Para Jung (1987 *apud* Cruz, 2013) a *anima* pode ser conceituada como os aspectos femininos na psique masculina, enquanto *animus* corresponde aos aspectos masculinos na psique feminina.

Nesse sentido, *anima* e *animus* também correspondem a arquétipos primordiais. De acordo com Benedito (2015), ambos integram aspectos relevantes da relação conjugal e geram projeções nos parceiros. Desse modo, a sombra pode ser observada nas projeções desses arquétipos no outro parceiro, escondendo as potencialidades e conteúdos obscuros em atos de conferir responsabilidades e culpas aos outros.

No entanto, para que consiga percorrer o processo de individuação<sup>2</sup>, o homem precisará lidar com a sua parte feminina interior (*anima*) e a mulher deverá superar as questões de seu lado masculino interior (*animus*). Tratados por Benedito (2015) como “poderes arquetípicos”, esses arquétipos são considerados pela autora como meios de acesso a sombra. Decifrar esses elementos contrassexuais, para a autora, acarreta a integração desses conteúdos projetados nos parceiros. Na verdade, esses conteúdos são do próprio indivíduo e ele precisa se apossar deles.

Sob essa perspectiva, Benedito (2015) alerta que diversos desentendimentos seriam evitados se as projeções fossem trazidas à consciência, permitindo que o outro parceiro fizesse o mesmo. Entretanto, pela dificuldade do processo, esses arquétipos muitas vezes são desvendados nas projeções inconscientes das relações conjugais, criando uma associação simbiótica entre o casal.

---

<sup>2</sup> Processo de formação e particularização do ser, onde o indivíduo se torna distinto do conjunto: um processo de diferenciação para um desenvolvimento da personalidade individual. Tida como uma necessidade natural que não deve ser impedida, pois traria prejuízos - como uma deformação artificial - é algo inato do ser humano: nasce-se destinado a esse processo de individuação, primeiro física e fisiológica, posteriormente acontece a manifestação psicológica (JUNG, 1921).

De acordo com Jung (1981 *apud* Benedito, 2015), a otimização das qualidades do sexo oposto (*animus* e *anima*) se acentua na segunda metade da vida, visto que os aspectos projetados nas pessoas são percebidos e integrados com maior facilidade.

### **Dinâmica Psicológica dos Casais segundo a Abordagem Junguiana**

Segundo Benedito (1995), a projeção<sup>3</sup> ocorre porque existem imagens internalizadas do parceiro ideal – as fantasias. Sobre elas, a autora menciona que estão atreladas ao inconsciente e são uma das bases de formação da psique. Para Jung *apud* Benedito (1995), as fantasias se subdividem em três: inconscientes e provenientes do inconsciente coletivo, trazendo a mitologia e os arquétipos; inconscientes e originadas do inconsciente pessoal, vinculando-se aos símbolos, repressão e elementos que não estão conscientes; conscientes, comandadas pelo *Ego*, como os desejos que o indivíduo acredita que irão deixá-lo mais feliz.

Essas fantasias se manifestam nos relacionamentos, principalmente no início da relação. O endeusamento do parceiro é muito comum nessa fase, já que o apaixonamento possui como uma de suas crenças a completude no outro. É relevante porque propicia a experimentação de diversas situações ao lidar com o outro. Porém, a ilusão de estar se relacionando com alguém perfeito, ideal, pode levar a decepções futuras (Benedito, 1995).

A autora ainda alerta que a seleção do parceiro importa na soma de diversas motivações, como as experiências emocionais e os aspectos inconscientes da personalidade, as fantasias e os desejos. Benedito (1995) adverte que alguns elementos da personalidade do parceiro podem ser encarados como sinal de compatibilidade absoluta e personalidades idênticas, o que não é real. Essa relação

---

<sup>3</sup> Já na psicologia junguiana a projeção é essencialmente uma tendência natural e inerente ao humano, desse modo não se tratando de um fator patológico. O fenômeno se manifesta de modo involuntário e sem influência da consciência, de modo que a pessoa não é capaz de impedir e nem mesmo saber a princípio o que está acontecendo. A manifestação ocorre quando conteúdos inconscientes de um sujeito ou grupo se mostram a ele de maneira que pareça pertencer a outro indivíduo, objeto ou grupo, o que acontece em decorrência da negação dos próprios conteúdos inconscientes, que, não sendo aceitos, são depositados sobre o outro (...). (GAMBINI, 1988).

inconsciente gera uma dependência do outro, uma vez que o parceiro passa a enxergá-lo como uma extensão sua. Nas palavras da autora:

A escolha do parceiro, geralmente, envolve um complexo arsenal de motivações, ligadas a vivências emocionais muito íntimas e profundas (...) Misturam-se desejos de várias ordens, e quanto mais inconsciente o indivíduo estiver nesses desejos, maior a possibilidade de tais conteúdos serem “fisgados” numa relação. Isso ocorre porque certas características observadas em alguém podem levar um outro indivíduo a estabelecer com ele uma relação inconsciente, que o leva a crer, de maneira errônea, que esse alguém é idêntico àquilo que nele é visto. Pode acontecer que a pessoa, ao fazer a escolha do parceiro, tome o outro, pelo menos parcialmente, como uma parte de sua própria personalidade, dissociada de sua consciência, e que então passa a fazer parte daquele outro, tornando-o verdadeiro hospedeiro de conteúdos psíquicos que não lhe pertencem (...) (BENEDITO, 1995, p. 21).

Consoante o disposto por Benedito (1995), as fantasias projetadas no parceiro possuem relação direta com as imagens arquetípicas de *anima* e *animus* internalizados. Considerando que a projeção ocorrerá de qualquer maneira, a autora reflete acerca da possibilidade de escolha de um parceiro que estabeleça o desenvolvimento mútuo, a manutenção das personalidades e desejos de cada um e uma jornada de aprimoramento individual, o processo de individuação, que não pode ser coletivo. Inclusive, a participação da pessoa que carregou essas projeções auxilia no processo de trazer à consciência esses conteúdos inconscientes.

Jung (1981) também trata da relação da projeção e do fascínio:

Um tal fascínio nunca parte exclusivamente de uma pessoa para a outra, mas é um fenômeno de relação, para o qual são necessárias duas pessoas, já que a pessoa fascinada precisa ter em si uma disposição correspondente. Mas a disposição tem que ser inconsciente, porque, se assim não for, não se produz o efeito fascinador. O fascínio é um fenômeno compulsivo, desprovido de motivação consciente, isto é, não é um processo volitivo, mas um fenômeno que surge do inconsciente e se impõe à consciência, compulsivamente. (Jung, 1981 *apud* Benedito, 1995, p. 23)

Já de acordo com Jolande Jacobi, a projeção integra a psique e o seu processo de desenvolvimento:

Entendemos como projeção a transferência inconsciente e automática de um conteúdo psíquico para fora e para o interior de um objeto com cuja propriedade esse conteúdo depois aparece. Tudo o que é inconsciente dentro do homem é projetado por ele num objeto situado fora do seu eu; por essa razão o processo de projeção faz parte da vida natural da psique ou simplesmente do homem. (Jacobi *apud* Benedito, 1995).

Explorando o legado de Jung e sua obra, Pessoa (2011) observa que Jung não escreveu especificamente sobre a terapia de casal, mas abordou temas

conexos que permitem uma compreensão de sua visão acerca do tema, como o casamento, família

e o sistema cultural e social. Acerca do casamento, Jung (1977) *apud* Pessoa (2011) entende que possibilita a aceleração do processo de individuação, já que os indivíduos lidam com temas importantes no convívio humano: apego, ciúmes, individualidade, finitude e nascimento (dos filhos, por exemplo).

A mesma autora debate a importância da terapia de casal na abordagem junguiana. Em suas palavras:

O conceito de Self conjugal é importante no trabalho com os casais na medida em que uma das metas da terapia de casal é justamente mobilizar forças psíquicas criativas desta unidade arquetípica, por meio de um espaço dialógico, para que o casamento, aqui entendido como a interação entre os parceiros, possa funcionar como um vaso psicológico para os dois cônjuges (ULANOV, 1996; YOUNG-EINSENRATH, 1997). Pessoa, 2011, p. 41.

Outra autora traz a importante técnica da Sandplay na terapia de casal. Segundo Albert (2008), a Sandplay (caixa de areia) é uma técnica que permite a ressignificação dos problemas vivenciados pelo casal e pode ser uma aliada na terapia de casal, constituindo uma verdadeira realidade compartilhada no *setting terapêutico*, indicando a dinâmica conjugal existente. Nas palavras de Boik & Goodwin (2000), p. 93 *apud* Albert (2008):

A terapia de sandplay oferece ao casal a oportunidade de testemunhar e explorar, de maneira tangível, o modo como a individualidade de cada cônjuge contribui, ou não, para a relação. Essa ferramenta pode melhorar o autoconhecimento e, também, contribuir para entender melhor o parceiro, e pode ajudar os casais a descobrir comportamentos, formas de agir e as percepções que contribuíram para as dificuldades que enfrentaram naquele momento. (Boik & Goodwin, 2000, p. 93 *apud* Albert, 2008).

Por outro lado, na visão de Miguel; Thobias; Rocha (2020), a terapia de casal junguiana trata de uma relação formada a partir de uma combinação alquímica e a troca de energia entre os cônjuges, bem como as suas disfunções e desafios. Nesse sentido, a dinâmica do casal reflete no processo de individuação de cada integrante, o que demanda estudo aprofundado.

É relevante o argumento trazido pelos mesmos autores: a terapia de casal precisa respeitar o processo de individuação de cada integrante, visto que a união conjugal não afasta a personalidade do indivíduo. Na verdade, o que se busca é a comunhão de vivências, mas as personalidades estão apartadas por corpos e mentes distintos. De mesmo modo, Miguel; Thobias; Rocha (2020) expõem a

utilização do símbolo na terapia de casal junguiana, propiciando a análise das imagens, pensamentos e sentimentos individuais e do casal. O entendimento é retomado quando o casal percebe que, apesar das diferenças, compartilham alguns desejos e projetam qualidades no outro. Porém, algo os mantém unidos além dessa projeção.

Retomando os conceitos clássicos da terapia de casal junguiana, Sanford (1987) classifica *animus* e *anima* como os parceiros invisíveis nos relacionamentos humanos, enquanto Jung os denominou de arquétipos, que compõem a psique masculina e feminina. Os arquétipos podem ser conceituados como os padrões de comportamento involuntários e não aprendidos, que existem em toda a humanidade, potencial de possibilidades herdadas.

Inicialmente, Sanford (1987) evidencia que a igualdade de capacidades mentais e físicas (com exceção da sexualidade), reforça o entendimento de que cada ser se constitui da soma de polaridades masculinas e femininas.

De acordo com Sanford (1987), Jung não nega as diferenças culturais entre homens e mulheres, mas ele determina que existem padrões arquetípicos implícitos a ambos. A imagem seria a forma de distinguir homens e mulheres, porque o funcionamento psicológico é bastante parecido.

Assim, a energia psíquica de todos os seres humanos (anteriormente chamada de *Yin* – força feminina e *Yang* – força masculina, termos chineses) flui para os espectros masculino e feminino. No entanto, o medo do autoconhecimento evitou a descoberta da existência dessas polaridades por muito tempo, sendo mais um reflexo da dificuldade em questionar as suas verdades e vivenciar o processo de desconstrução (Sanford, 1987).

Nesse contexto de aspectos inconscientes e não desenvolvidos da psique, Sanford (1987) destaca que a sombra é projetada nos outros. Porém, para a própria pessoa, a sombra é desconhecida. Há uma tendência de o homem projetar a sua *anima* nas mulheres, bem como o inverso se verifica com o *animus* da mulher projetado no homem, visto que a projeção somente se manifesta com os conteúdos inconscientes.

Ademais, a projeção também ocorre com o conteúdo mítico que carregamos. Assim, os deuses e deusas representam os elementos femininos e masculinos do

inconsciente coletivo (de toda a humanidade) projetados e personificados. A partir da projeção, a pessoa não identifica esses aspectos externos que existem dentro dela.

Entretanto, esse fenômeno pode ser usado para reconhecer os conteúdos externos internamente, como um “espelho”, tendo em vista que a projeção sempre ocorrerá e não é possível evitá-la (Sanford, 1987).

Outro ponto interessante trazido por Sanford (1987) é que a projeção proporciona o casamento psíquico, os “parceiros invisíveis” que se complementam. Nessa toada, há a supervalorização ou desprezo excessivo pelo objeto da projeção e internamente o outro aceita, mesmo que inconscientemente, o papel desejado pelo outro.

Portanto, esse fenômeno propicia a atração magnética ou repulsa instantânea ao objeto projetado. É relevante enfatizar que os arquétipos de *anima* e *animus* contêm aspectos positivos e negativos, fazendo paralelo aos deuses gregos, que poderiam agraciar a humanidade com dons ou vorazmente destruí-la (Sanford, 1987).

Sanford (1987) entende que a imagem psíquica projetada gera uma força ou ascendência sobre a pessoa que a projetou, visto que seria o seu “objeto de desejo”. O grande problema desse fenômeno é a idealização, na medida em que a pessoa deseja que a outra corresponda a esses conteúdos sombrios em sua totalidade e isso contrastará com a personalidade real da outra. A quebra dessa expectativa poderá ocasionar desavenças e ciúmes.

Essa polarização positiva pode ser invertida com uma rapidez expressiva. Uma mulher antes idealizada por seu parceiro, pode se tornar sua pior inimiga por meio da projeção inconsciente. Na relação entre o homem e a mulher, os egos estão ligados, a *anima* do homem com o ego da mulher e o ego do homem com o *animus* da mulher. Mas Sanford (1987) define como mais poderosa a relação direta entre a *anima* e o *animus* dos parceiros, constituindo um magnetismo inseparável e instantâneo.

Todavia, a paixão é própria dos deuses e tende a ser transitória nos seres humanos, sendo interrompida pelo recolhimento da projeção. O relacionamento se

desgasta no cotidiano, à medida que os defeitos e imperfeições humanas são percebidos pelo outro parceiro, “quebrando o encanto arquetípico” (Sanford, 1987).

Para Sanford (1987), a busca por uma nova pessoa que preencha o arquétipo inconsciente será constantemente realizada, revelando uma procura pelo “parceiro ideal” que nunca terá fim, já que a paixão ocorre entre a pessoa e aquilo que ela projeta em outra. Assim, a paixão é “por si mesmo”.

O amor somente se inicia quando a pessoa conhece o parceiro de fato, aceitando suas qualidades e imperfeições. A base da relação não pode ser a projeção de arquétipos, apesar de sempre estar presente. As expectativas realistas precisam ser incorporadas pelos parceiros e a projeção necessita ser recolhida pelo indivíduo, promovendo o seu autoconhecimento, de acordo com Sanford (1987).

Quanto ao relacionamento humano, Sanford (1987) destaca que a pessoa *envolvida* no relacionamento precisa ter suas necessidades satisfeitas, tanto emocionais quanto físicas. Já o *envolvente* procura a compensação da libido em elementos externos, como uma outra pessoa, visto que é uma energia criativa represada. Jung define que a busca principal deve ser a unidade, a qual será encontrada pelo envolvido, no próprio relacionamento, e pelo envolvente, de outra forma.

O autor ainda acentua a indispensabilidade da aceitação das diferenças no relacionamento, reconhecendo que o outro não é a sua extensão. Desse modo, o desenvolvimento individual é essencial para que o relacionamento exista, pois a dependência dificulta o processo de individuação e gera danos, impossibilitando o próprio relacionamento (Sanford, 1987).

Por outro lado, Sanford (1987) entende que os mitos trazem as representações coletivas de *animus* e *anima*, influenciando a todos. Alguns mitos específicos, como o mito das sereias, reproduzem um lado devastador e temerário da *anima*, subjugando o masculino.

Nesse contexto, tornaram-se heróis os homens que superam essas adversidades, entrando em contato com a *anima*, porém, sem sucumbir a ela. O herói possui recursos psicológicos para lidar o lado negativo da *anima* (Sanford, 1987).

Passando ao relacionamento do casal, Sanford (1987) define que a *anima* assume o papel emocional do homem quando ele não sabe lidar com as suas emoções, mais uma vez trazendo um lado negativo. Com isso, força o homem a mergulhar em suas emoções, afastando os excessos da *anima*.

Quando o homem não se manifesta sobre o que sente e mantém uma atitude passiva, permite a explosão da *anima* da mulher. É permitido a ele demonstrar sua ira, afastando as explosões da anima, que são invasivas. Se não o fizer, Jung afirma que a mulher “exagerará em todos os aspectos dos problemas e sentimentos adquiridos”, absorvendo o protagonismo da relação e impossibilitando que haja a divisão, p. 56 (Sanford, 1987).

Para Sanford (1987), isso ocorre porque a *anima* possui função interna, no tocante ao homem e seu inconsciente e não deve interferir no externo, nas relações dele com o mundo. Inclusive, a interferência pode ser tão grave a ponto de modificar seus pensamentos. A intervenção cessa quando a *anima* se torna consciente. “A *anima* negativa é muito mais parecida com uma feiticeira que pode seduzir o homem mergulhando-o na inconsciência, e pode transformá-lo numa pedra paralisando seus esforços criativos”, p. 60.

Enquanto a *anima* pode causar distorções na psique do homem, o *animus* pode gerar críticas, opiniões negativas, julgamentos e afirmações desvirtuadas apreendidas de instituições diversas, como a família, Igreja, organizações coletivas, livros e artigos. O *animus* na mulher simboliza um lado masculino inferior. Já a anima no homem seria um aspecto feminino inferior (Sanford, 1987).

Sanford (1987) classifica a ausência de criatividade como um fator que demonstra distorções na *anima* do homem ou *animus* da mulher, constituindo forças destrutivas. O autor ainda os designa como “feiticeiros e bruxas internos”, p. 62.

De acordo com o mesmo autor, o *animus* da mulher geralmente requer diversas condutas e faz diversas exigências, menosprezando a mulher e tornando sua imagem interior mais fragilizada. Inclusive, pode afastar a mulher de seus sonhos e trabalho ideal para que ela “não perca o amor de sua vida”. Nesse aspecto, o *animus* precisa estar consciente para que não haja uma supervalorização dos aspectos masculinos e a depreciação do feminino, que poderia degradar a mulher.

### Considerações Finais

Em síntese, os arquétipos são imagens primordiais do inconsciente coletivo. Dentre eles, *anima*, *animus* e sombra. De início, a sombra contém aspectos reprimidos, de reprovação social e inconscientes, além de potencialidades desconhecidas do indivíduo. Por outro lado, a *anima* se manifesta como os aspectos femininos na psique masculina. Já o *animus* corresponde aos aspectos masculinos na psique feminina. Em uma leitura contemporânea, os aspectos masculinos e femininos povoam as psiques de homens e mulheres, não havendo mais separação em consciência predominante de um arquétipo em um determinado sexo. Nesse contexto, entender a dinâmica psicológica que ocorre entre casais é fundamental no processo de individuação, como ferramenta a possibilitar o desenvolvimento contínuo e conjunto das pessoas envolvidas. É sabido que a projeção das fantasias no parceiro é inevitável. Desse modo, após o período da paixão inicial, é imprescindível manter as suas características, desejos e desenvolvimento próprios, para que o processo de individuação não se torne prejudicado devido a dificuldade de separação de conteúdos individuais e do parceiro.

Nesse sentido, uma das formas de atuação dos arquétipos seria o amor à primeira vista. Por outro lado, os sonhos de casamento e relações amorosas poderiam ser interpretados como o desejo de união interna da psique, o inconsciente que deseja unir-se ao consciente, a *coniunction*.

Ademais, a mistura de elementos psíquicos com o outro não é a melhor solução, visto que somos seres independentes. Portanto, mostra-se relevante a adequada utilização das imagens arquetípicas para auxiliar no processo de individuação, evitando o seu comprometimento e criação de obstáculos a ele.

De mesmo modo, a imagem fantasiosa do parceiro corresponde a um elemento vazio, a ser preenchido pela figura idealizada projetada no parceiro. Essa fantasia, para Jung, se concentra principalmente em camadas inconscientes (tanto do inconsciente coletivo, como as projeções em deuses e deusas, mitologia e símbolos; quanto do inconsciente pessoal, como as representações inconscientes

dos complexos e símbolos internos). Porém, pode estar em nível consciente, compreendendo as experiências coletivas e pessoais que possibilitam o acesso ao *Ego* e a estruturação desse arquétipo. Seriam os desejos conscientes, os anseios de ter um parceiro com certas características físicas e psicológicas, por exemplo. O *Ego* entende que a realização desses desejos levará à plenitude e felicidade.

Nesse processo, a primeira fase da dinâmica do casal envolve o apaixonamento, que possui como princípios basilares a idealização e a projeção no outro de todas as fantasias e dos arquétipos *anima* e *animus*. Os planos conjuntos para o futuro são marcas dessa etapa, assim como o fato de que os defeitos do outro não afetam a relação conjugal, já que a troca afetiva é mais importante e há grande influência do inconsciente.

Essa imagem criada para o parceiro não possibilita alterações, visto que ao se demonstrar diferente da projeção, inicia-se o processo de extinção da paixão. Ela pode se transformar na compreensão do outro como ele é, sem idealização, mas também pode significar o fim do próprio relacionamento, que não se sustenta sem a figura idealizada do outro. Se ele não corresponde às expectativas, cessa o interesse amoroso.

Assim, Jung trata dos elementos do inconsciente pessoal a partir das experiências individuais, construções de vivências e os arquétipos, que são elementos do inconsciente coletivo. Ambos afetam o relacionamento conjugal. Dentre eles: *anima*, *animus* e sombra.

As concepções elaboradas a partir das experiências individuais possuem como elemento primordial o arquétipo, condições biológicas e experiências do indivíduo ao longo da vida. Isso abarca a origem e estrutura familiar, a infância, adolescência e expectativas de futuro e no campo amoroso. Logo, somente poderiam ser diferenciadas em uma perspectiva subjetiva, observando em quem está o referido arquétipo ou o seu objeto de desejo e projeção.

No inconsciente coletivo, esses arquétipos auxiliam no processo de individuação na medida em que permitem a integração à consciência de conteúdos

inconscientes. Contudo, a integração será sempre dos conteúdos, porque o arquétipo em si é uma força primordial e não pode ser integrado.

Por outro lado, a sombra é mais visível: está próxima do inconsciente pessoal, já que carrega os conteúdos reprimidos e obscuros, aquilo que a sociedade e o próprio indivíduo rejeitam por algum motivo. Todos esses arquétipos influenciam diretamente o indivíduo.

Na escolha do parceiro, a motivação depende de vários fatores: experiências, fantasias, expectativas, dentre outros. Mas, quanto mais inconscientes forem os fatores, principalmente as expectativas, maior a chance de se estabelecer um relacionamento idealizado e impregnado de elementos do inconsciente, como uma fantasia de ter achado “a metade da laranja”. O perigo reside na projeção tão forte que seria capaz de fazer o indivíduo enxergar o parceiro como sua própria extensão, sendo a ele impossível tomar suas próprias decisões. Seria um mero objeto de desejo do outro, vivendo para atender às suas expectativas. Desse modo, estaria conectado aos conteúdos psíquicos do outro, que não são seus de verdade.

Outrossim, a fantasia do parceiro ideal está intimamente ligada aos arquétipos *anima* e *animus*. Se bem desenvolvido, após o período das projeções e da paixão, o relacionamento pode servir para promover o desenvolvimento dos integrantes da relação, na medida em que a projeção é inevitável, mas não pode ser tão intensa durante toda a relação. Se a base do relacionamento for a projeção, a paixão e a própria relação terminam juntas: a idealização do arquétipo que a sustentava não é eterna.

Mas, se o parceiro for capaz de auxiliar na integração desses conteúdos à consciência, atuando a partir de uma perspectiva de crescimento mútuo e compartilhamento de ideias pessoais e divergências com respeito entre eles, a relação será duradoura. Isso porque a projeção arquetípica inicial se transforma em um carinho, uma vontade de estar junto daquele que auxilia em suas questões, mas possui o seu próprio espaço de pensar e existir.

Especificamente sobre a projeção, Jung define que pode ser redutivista e prospectiva. A redutivista seria uma proteção à psique. Já a prospectiva corresponde

ao amadurecimento psíquico. A sombra é projetada no outro, uma vez que o indivíduo não percebe que possui essas características reprimidas. Assim, o *Ego* reflete esses conteúdos em outra pessoa. Para conseguir evoluir e realizar o processo de individuação, a projeção tem que ser reduzida, visto que esses conteúdos precisam ser integrados e trazidos à consciência. Quando a pessoa percebe que ela mesma possui aquela característica, o problema deixa de ser o outro.

Considerando que a dinâmica conjugal se dá a partir das projeções de anima e animus no parceiro, é possível depreender que a fase da paixão carrega conteúdos mais intensos e projeções quase totais no parceiro, o que não se sustenta a longo prazo.

Dessa forma, o relacionamento que sobrevive ao término da paixão é aquele que agrega conteúdos positivos a ambos os parceiros. Isso somente é possível ao encerrar a idealização inicial, cega e fruto de projeções. O alicerce mais real é construído com o tempo, à medida que se percebe a impossibilidade de o parceiro corresponder às idealizações do outro. Com isso, a relação se solidifica.

É possível se pensar que uma das formas de resolver o conflito com a *anima* negativa é trazê-la à luz da consciência. Desse modo, o relacionamento pode se concretizar de maneira positiva. Se o complexo não é ignorado, ele pode ser transformado em algo benéfico, em uma potencialidade. Por outro lado, no conflito da mulher (*animus*), quando o *animus* se mostra devorador, a solução mais adequada seria a de fortalecer o espírito da mulher, tornando-a apta a se relacionar. Apenas quando os aspectos negativos dos parceiros são superados, o casamento alquímico é possível.

Sob o polo negativo, o homem ignora seus conteúdos femininos e quando a mulher não toma posse de seus aspectos masculinos. Assim, o homem tende a não respeitar o feminino interno, externo e as próprias mulheres. Para evitar que ocorra a possessão pela sombra, esses conteúdos precisam estar conscientes.

Após a cerimônia do casamento e o início da coabitação, em geral o processo de desconstrução da idealização do parceiro já está em curso. Contudo, deixar de

lado sonhos e fantasias não é um processo simples. Mas sua aplicação prática pode fortalecer a relação a partir do amadurecimento psíquico dos cônjuges.

Em síntese, inexistente parceiro ideal. Os relacionamentos reais se manifestam a partir de pessoas que possuem suas próprias questões sombrias e com aspectos positivos e negativos. Cabe ao indivíduo entender os limites do parceiro, que também deverá compreender os seus. Caso contrário, a relação terminará quando a figura do príncipe encantado ou da princesa se desfizer junto com a fase do apaixonamento.

A hipótese inicial foi confirmada, tendo em vista que foi demonstrada a influência dos três arquétipos de *anima*, *animus* e *sombra* nas relações conjugais e a sua repercussão no tempo de duração das relações estabelecidas.

Por fim, como proposta de futura pesquisa, é possível se pensar no aprofundamento dos arquétipos nas relações familiares e a abordagem da família como um sistema.

### Referências

1. ALBERT, Susan Carol. **Infertilidade na relação conjugal: uma pesquisa na abordagem junguiana utilizando a terapia breve com Sandplay**. 2008. Disponível em: <https://sapiencia.pucsp.br/bitstream/handle/15729/1/Susan%20Carol%20Albert.pdf>. Acesso em: 16/07/2021 às 19:53.
2. BENAZZI, Mariana Coneglian; BONFATTI, Paulo Ferreira. **CONSIDERAÇÕES ACERCA DO USO DA TIPOLOGIA JUNGUIANA NAS ORGANIZAÇÕES E O PROCESSO DE INDIVIDUAÇÃO**. 2014. Disponível em: [https://s3.amazonaws.com/academia.edu.documents/48071055/3\\_TIPOLOGIA\\_Y\\_JUNGUINA\\_NA.pdf?response-content-](https://s3.amazonaws.com/academia.edu.documents/48071055/3_TIPOLOGIA_Y_JUNGUINA_NA.pdf?response-content-)

3. [disposition=inline%3B%20filename%3DCONSIDERACOES\\_ACERCA\\_DO\\_USO\\_D\\_A\\_TIPOLOGIA.pdf&X-Amz-Algorithm=AWS4-HMAC-SHA256&X-Amz-Credential=AKIAIWOWYYGZ2Y53UL3A%2F20191208%2Fus-east-1%2Fs3%2Faws4\\_request&X-Amz-Date=20191208T071835Z&X-Amz-Expires=3600&X-Amz-SignedHeaders=host&X-Amz-Signature=b1d5fce105068a3dd2dea88178c613015611e4c100cce6811de7ca9b2495a441](#)>. Acesso em: 06/12/2019 às 20:00.
4. BENEDITO, Vanda Lucia Di Yorio. Amor Conjugal e Terapia de Casal: uma abordagem arquetípica. 2ª ed. São Paulo: Summus Editorial, 1995.
5. BENEDITO, Vanda Lucia Di Yorio. Terapia de Casal e de Família na clínica junguiana: teoria e prática. 1ª ed. São Paulo: Summus Editorial, 2015.
6. CRUZ, Carlos Henrique Souza da. **Os arquétipos junguianos Anima e Animus e seu balanceamento através da Arte**. 2013. Disponível em: <<http://artpsi.com.br/wp-content/uploads/2016/09/Os-arque%CC%81tipos-junguianos-a%CC%82nima-e-a%CC%82nimus-e-seu-balanceamento-atrave%CC%81s-da-arte-comentado.pdf>>. Acesso em: 09/03/2021 às 16:07.
7. DOUTORA REVELA QUE PAIXÃO PODE DURAR ATÉ TRÊS ANOS: “DEPOIS DISSO VEM O AMOR”. **Jovem Pan**. 2016. Disponível em: <<https://jovempan.com.br/programas/jovem-pan-morning-show/doutora-revela-que-paixao-pode-durar-ate-tres-anos-depois-disso-vem-o-amor.html>>. Acesso em: 04/08/2021 às 13:14.
8. MIGUEL, Raquel de Aguiar; TOBIAS, Thaísa; ROCHA, Mauro Sérgio da. **A vida compartilhada: um estudo sobre a terapia de casal e a descoberta em si**. 2020. Disponível em: <<https://self.ijusp.org.br/self/article/view/104/335>>. Acesso em: 16/07/2021 às 20:52.
9. PESSOA, Maria Silvia Costa. **Elaboração de um método de análise dos sonhos na terapia de casal – um enfoque junguiano**. 2011. Disponível em: <<https://tede.pucsp.br/bitstream/handle/15011/1/Maria%20Silvia%20Costa%20Pessoa.pdf>>. Acesso em: 16/07/2021 às 19:34.

10. OCHA, Cleber Almeida da. **Processo de individuação de Jung – a projeção como barreira ao autodesenvolvimento.** 2017. Disponível em: <<http://repositorio.faema.edu.br/bitstream/123456789/1202/1/ROCHA%2c%20C.%20A.%20-%20PROCESSO%20DE%20INDIVIDUA%c3%87%c3%83O%20DE%20JUNG%20-%20A%20PROJE%c3%87%c3%83O%20COMO%20BARREIRA%20AO%20AUTO%20DESENVOLVIMENTO.pdf>>. Acesso em: 14/04/2021 às 19:15.
11. SANFORD, John A. Os Parceiros Invisíveis: o masculino e o feminino dentro de cada um de nós. Tradução: I. F. Leal Ferreira. 1ª ed. São Paulo: Paulus, 1987.
12. THEOBALD, Pedro; MALLMANN, Guilherme Scherer. **Beatrice, um arquétipo junguiano: o processo de individuação em Demian, de Hermann Hesse.** 2019. Disponível em: <<http://www.seer.ufu.br/index.php/tessera/article/view/47604>>. Acesso em: 05/03/2021 às 22:13.
13. VON FRANZ, Marie Louise. A sombra e o mal nos contos de fada. 3ª ed. São Paulo: Paulus, 1985.