

SAÚDE MENTAL NUMA PERSPECTIVA HUMANISTA: CONGRUÊNCIAS ENTRE JUNG E ROGERS

Albérico Cony Cavalcanti¹

¹ Mestre em Educação pelo IE-UFMT; Cuiabá- MT. Faculdade do Vale do Juruena (AJES) Pedagogo e Psicólogo. Email: cony1@terra.com.br

RESUMO

Compreendendo o significado do desenvolvimento humano e criando condições para o aprimoramento da própria identidade humana na sua totalidade (bio-psíquica-social-espiritual), este artigo, que se baseia, em parte, na monografia do autor, sendo uma releitura da mesma, foi desenvolvido com base na metodologia qualitativa, dentro de uma abordagem fenomenológica, do conhecimento interdisciplinar e estrutura-se em algumas disciplinas, principalmente a Física Moderna, a Psicologia Humanista e Analítica, a Antropologia e a Filosofia. Embora não sendo fácil avaliar, descrever completamente, o que refletem os pensadores alinhados com estas disciplinas convergentes, ousa-se destacar a importância da saúde mental, quando, conscientemente, desenvolve-se uma boa autoimagem, num “retrato” ou “perfil psicológico de si mesmo” que, então, adequadamente organiza-se e reorganiza-se constantemente, conservando em sua memória, o resultado feliz das interações vividas. A espiritualidade é uma das singularidades no trabalho desses dois autores. Tanto no *Tornar-se Pessoa*, de Rogers, quanto no *Memória, Sonhos e Reflexões*, de Jung, é fato a reflexão, através da qual eles trabalham o desenvolvimento da religiosidade, pois na medida em que ocorre o encontro consigo mesmo, o ser humano sente a necessidade de se religar a uma Causa Criadora do Cosmos, num trabalho ético, estruturando seu “retrato” de forma adequada, “retocando-o” constantemente, quando necessário, ampliando, assim, cada vez mais, sua autoestima.

Palavras-chave: Ciência – Psicologia Humanista– Psicologia Analítica – Autoestima.

ABSTRACT

MENTAL HEALTH IN A HUMANIST PERSPECTIVE: CONGRUENCES BETWEEN JUNG AND ROGERS

In a comprehensive approach to human development and the full development of their identity (bio-psychological-social-spiritual), the present work is part of the honor's thesis of the first author, which was carried out using the qualitative research approach, within the Phenomenology field. The present paper consists of an interdisciplinary work based mainly on Modern Physics, Analytic and Humanistic Psychology, Anthropology and Philosophy. Although it is not a simple task to evaluate and fully describe the contributions of each of the philosophers, this paper attempt to highlight the importance of mental health to the development of an adequate self-image or a conscious photograph of one's own psychological self, which enables an individual to reorganize and create a happy memory of their social interactions. Spirituality is one of the particularities of the philosophers addressed in the present word. Both in the work by Rogers, *Becoming a Person*, and in the work by Jung, *Memories, Dreams, and Reflections*, the development of spirituality is brought about as a way to connect human beings with a superior entity that is said to rule the Cosmos, through an ethical work, and the adoption of an adequate shape and constant touches on it, which in turn results in an increase of the individual's self-image.

Keywords: Science, Humanistic Psychology, Analytic Psychology, Self-Steem

INTRODUÇÃO

Passado um pouco mais da metade deste primeiro quartel do século XXI, continuamos assistindo uma “luta” pela posse da verdade, travada entre duas ontologias contrárias. Numa delas, o universo material tem a palavra de ordem, como sendo a única realidade, onde o comportamento e a experiência dos organismos vivos são compreendidos através de mecanismos quantificáveis. Daí, a consciência é compreendida como sendo uma função do cérebro. Conforme essa visão, a vida é um jogo finito. Na outra, o universo físico representa apenas uma realidade, dentro de muitas realidades possíveis. Daí, a consciência permear todas as realidades e ser a fonte primária da existência.

Até pouco tempo atrás, a ciência e a filosofia ocidentais, incluindo a psicologia, estavam dominadas pela primeira ontologia. Entretanto, a visão holística – com epistemologia baseada, sobretudo, na física moderna, demonstra a validade da segunda ontologia; daí, a vida ser um jogo infinito. (CAVALCANTI, 2006).

A psicologia nasceu de duas fontes distintas: de um lado, a ciência experimental e laboratorial, e, do outro, de interesses clínicos e hospitalares. Em sua legitimação enquanto ciência, seus praticantes tomaram como modelo a física clássica, concentrando-se no observável e esquivando-se do inobservável: o mundo da experiência interior. Assim, a psicologia experimental foi dominada pelo behaviorismo. (CAVALCANTI, 2015)

A psicologia e a psiquiatria clínicas nasceram de uma preocupação pelo tratamento das patologias. Muito do sofrimento do ser humano decorre de forças inconscientes; o trabalho clínico, então, se concentrou no subjetivo. A psiquiatria e a psicologia clínicas foram dominadas pela psicanálise. Assim, a psicanálise e o behaviorismo lançaram as bases da psicologia clínica e experimental, ao longo da maior parte do século XX, tornando-se as principais forças dentro da psicologia.

Em torno da década de 50 compreendeu-se que, ao lado das inúmeras contribuições trazidas por essas duas linhas de pensamento, surgiu uma nova forma de compreender a “realidade”. Surgiu então a psicologia humanista, a qual Rogers, um de seus fundadores, baseou seu trabalho no indivíduo, no ser humano. Seu trabalho surgiu através do tratamento de pessoas emocionalmente perturbadas. Ele trabalhou com um conceito semelhante ao de Maslow, outro fundador da Psicologia Humanista, a que deu o nome de tendência atualizante, que é inata em cada pessoa, possibilitando a atualização das capacidades e potenciais próprios.

Antes de Rogers, Jung, que primeiramente foi discípulo de Freud, com bastante similaridade a Rogers, asseverava que todo indivíduo possui uma tendência para a individuação ou autodesenvolvimento, significando que a pessoa deverá tornar-se um ser único, homogêneo, com sua singularidade mais íntima, última e incomparável, significando também que nos tornamos o nosso próprio si mesmo. Pode-se traduzir individuação como tornar-se si mesmo, ou realização do si mesmo. Daí, uma congruência no entendimento da compreensão de ser humano, pela consideração de um processo de desenvolvimento da totalidade e, portanto, de movimento em direção a uma maior liberdade, de uma consciência do existir no mundo.

Então, o processo de saúde mental numa visão de congruência entre Jung e Rogers está na compreensão das realidades possíveis, aludidas acima, dentro da visão holística, estruturando uma nova possibilidade no tratamento das doenças mentais. É sobre isto que propomos refletir, lembrando que no introito do Tornar-se Pessoa, Rogers fala ao leitor:

(...) ao longo de um terço de século, tentei ajudar uma ampla amostra da nossa população: crianças, adolescentes e adultos; pessoas com problemas pedagógicos, vocacionais, pessoais e conjugais; indivíduos “normais”, “neuróticos” e “psicóticos” **(as aspas indicam que para mim se trata de rótulos enganos)**; (...) Considero um grande

privilégio ter tido a oportunidade de conhecer de uma maneira tão pessoal e tão íntima tal quantidade e diversidade das pessoas. (ROGERS, 1997). (os grifos são meus)

Este trabalho é originado por um levantamento bibliográfico, e tem como objetivo apresentar as contribuições de Jung, através do livro *Memórias, Sonhos e Reflexões* e de Roger, através do livro *Tornar-se Pessoa*, no contexto da saúde mental.

MATERIAL E MÉTODO

O resultado do trabalho é qualitativo, pois busca explicar o porquê da saúde mental, nesta perspectiva humanista, com análises dos pensamentos de Jung e Rogers, trabalhando com o universo de significados, crenças e valores, correspondendo ao espaço mais profundo das relações, dos processos e dos fenômenos que não podem ser reduzidos à operacionalização de variáveis.

Neste sentido, refletimos primeiramente, na fundamentação teórica, sobre a crise epistemológica que surgiu no mundo acadêmico, quando do conhecimento da Física Moderna com seus novos paradigmas, para pensar, em seguida, sobre o surgimento da Psicologia Humanista e a nova visão de homem e do modelo de ciência que ela nos trouxe. Finalmente refletiu-se sobre JUNG e ROGERS.

Não é fácil descrever completamente, o que refletem os pensadores, mas ousa-se destacar a importância da saúde mental, quando, conscientemente, se percebe uma boa autoimagem, num “autorretrato” ou “perfil psicológico de si mesmo” que, então, adequadamente organiza-se e reorganiza-se constantemente, conservando em sua memória, o resultado feliz das interações vividas.

Tanto no *Tornar-se Pessoa*, de Rogers, quanto no *Memória, Sonhos e Reflexões*, de Jung, é fato a reflexão, através da qual eles trabalham o desenvolvimento da religiosidade/espiritualidade, pois na medida em que ocorre o encontro consigo mesmo, o ser humano sente a necessidade de se religar a uma Causa Criadora do Cosmos, num trabalho ético, estruturando seu “autorretrato” de forma adequada, “retocando-o” constantemente, quando necessário, ampliando, assim, cada vez mais, sua autoestima.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Da Dúvida À Certeza?

Reflete-se, diante dos avanços científicos, sobre à *crise epistemológica* demarcada pelo conhecimento da Física Moderna, iniciado nas primeiras décadas do século XX, com as implicações da Teoria da Relatividade, da Física Quântica e da Física das micropartículas ou da alta-energia. (CAPRA, 1988)

A luz possui comportamento dual: ora se comporta como onda, ora se comporta como partícula. Dizem os físicos modernos que o elétron é uma onda, mas quando se olha para ela há um colapso da onda seguida de uma transformação em micropartícula.

Ainda persiste o debate em relação à impossibilidade de simultaneidade de medidas com precisão absoluta para determinadas grandezas na mecânica quântica. Segundo Werner Heisenberg, existe uma incerteza na determinação da posição de uma partícula subatômica. O produto da incerteza da posição pela incerteza de seu momento nunca será menor do que uma certa constante numérica. Não se pode, por exemplo, medir a posição e o momento de um elétron ao mesmo tempo; ao se medir a sua posição, comprometemos seu momento, e vice-versa. As relações de incerteza, à primeira vista, parecem derivar da impossibilidade inerente à natureza humana em obter tais grandezas físicas. Entretanto, Heisenberg afirmou que a incerteza é uma propriedade intrínseca à partícula; se não há meios de se definir com precisão

uma grandeza física, então tal grandeza não está precisamente definida pela natureza. (PRIGOGINE, 1996).

Isto compromete profundamente o paradigma cartesiano, a mentalidade reducionista e mecanicista do Universo, que levou o ser humano a uma visão fragmentada e demasiadamente simplória da verdade. Segundo o determinismo científico, tudo que existe não passa de partículas pontuais e seus movimentos são, para sempre, estritamente determinados quando se mensuram as posições e as velocidades de todas as partículas, no momento atual. Não considerando a incerteza, é possível conhecer as posições de todas as partículas do Universo e as suas respectivas velocidades em um dado instante e poder-se-ia conhecer com exatidão todo o passado e o futuro, fosse qual fosse o instante desejado. Admitindo-se a incerteza como algo intrínseco às partículas subatômicas, seria impossível saber o passado e o futuro de forma absoluta, quebrando, assim, os pilares de sustentação do reducionismo e do determinismo. A complexidade e a probabilidade deixariam de ser vistos como algo inerente à incapacidade do ser humano em estabelecer grandezas físicas estritamente precisas, mas passariam a ser conceitos válidos e incontestáveis dentro da física moderna, conforme refletiu Capra (2001) em seu segundo livro, O Ponto de Mutação, com uma aguda crítica ao pensamento cartesiano.

Visão de homem

A psicologia humanista assume e propõe a adoção de um modelo de homem, uma concepção filosófica da natureza humana, como ponto de partida e princípio norteador de qualquer projeto de construção da psicologia. Faz críticas e discordâncias, portanto, aos modelos de homem que identifica nas formulações psicanalíticas e behavioristas, ou seja, opõe-se à concepção do homem como um ser movido por necessidades instintivas de prazer e agressão, ao qual, só à custa de muitas sublimações, se pode trazer algum verniz de racional sociabilidade, mas não sem um ônus de frustração, infelicidade e o conseqüente tratamento psicanalítico. Também a conceber o ser humano como uma espécie de máquina, robô ou marionete, cuja natureza é moldada e controlada por estimulações e condicionamentos ambientais, a quem se poderá oferecer a escolha (ela própria condicionada) entre um condicionamento fortuito e um planejado, quer este planejamento se dê por *iniciativa* (?) do próprio sujeito condicionado, quer por interferência da ideologia ou do poder político dominante.

Compromissada com uma visão otimista e engrandecedora, enxerga o homem como um todo complexo e organicamente integrado, cujas qualidades únicas vêm de sua configuração total, os humanistas rejeitam as concepções fragmentadoras da psique.

Há no homem uma natureza tal que a totalidade da pessoa humana é sempre maior que a soma de suas partes tomadas isoladamente. Todo organismo vivo atualiza seu potencial, tornando-se uma totalidade mais complexa e autônoma de que for capaz. Essa hipótese da necessidade de autorrealização fornece, em diversas versões a teoria básica de motivação da maioria das psicologias humanistas. (BOAINAIN, 1998)

Com base existencialista, afirma a liberdade e a compreensão do ser humano como criatura "cuja natureza consiste em criar sua própria natureza" (Sartre), contudo, rejeitando a ideia sobre as tendências biológicas determinantes.

Modelo de Ciência

Iniciamos nossa reflexão considerando a controvérsia sobre a adequação do modelo bem-sucedido de ciência, nas modernas ciências naturais, estender-se às ciências humanas, pelas singularidades de seu objeto de estudo, havendo necessidades de desenvolvimento de um modelo próprio e diferenciado.

Na Europa o debate prosseguiu e frutificou, principalmente no desenvolvimento de escolas de psicopatologia e psicoterapia inspiradas na fenomenologia e no existencialismo, contudo, nos Estados Unidos o debate parecia ter estagnado, com a aparente vitória dos modelos naturalistas, o modelo positivista de determinismo ambiental adotado pelo behaviorismo, com sua ênfase na experimentação animal e na observação objetiva; fosse o modelo médico, mecanicista em sua ênfase no determinismo psíquico, de inspiração darwiniana, e igualmente naturalista, da psicanálise.

Encontramos na psicologia compreensiva de Dilthey, da perspectiva holista da Psicologia da Gestalt, da primeira fenomenologia de Husserl e dos questionamentos existencialistas sobre a singularidade da existência concreta, uma base para o modelo de ciência do homem, respeitando e se adaptando às especificidades de seu objeto de estudo adotadas pela Psicologia Humanista. Embora a esse respeito não se possam encontrar unanimidades entre as diversas propostas que se articulam no movimento humanista, algumas tendências parecem se destacar, sobretudo em decorrência da visão de homem que, como vimos, esse movimento defende. (AMATUZZI, 2001)

A psicologia humanista não se opõe aos parâmetros de racionalidade e objetividade empírica, utilizados na explicação, controle e previsão dos fenômenos do mundo das coisas. Mas, quando se trata do homem, distinto do restante da criação, em maior ou menor grau, opõe-se a diversos princípios e procedimentos consagrados em modelos de ciência natural e nas propostas do Behaviorismo e da Psicanálise.

Portanto, os humanistas recusam-se a entender o ser humano como mero jogo de forças instintivas e culturais, ou intermináveis cadeias de estímulo-resposta, sujeito aos mesmos processos comportamentais que os animais de laboratório. Reconhecem na pessoa humana uma complexidade tal que implica mudança qualitativa e não apenas quantitativa em relação às outras espécies, de tal ordem que o princípio metodológico de se compreender pelo mais simples o mais complexo deva, no caso do homem, ser invertido, pois até os processos psíquicos mais simples e primitivos adquirem novos sentidos na configuração total da personalidade humana.

A questão da objetividade científica, em nome da qual o behaviorismo mais radical tentou esterilizar de toda vida psíquica a ciência da psicologia, é talvez a posição que recebe maiores ataques, pois é justamente a dimensão subjetiva dos sentimentos, das emoções, dos valores, das inter-relações, dos significados, da vontade, dos anseios, da criatividade, da experiência e da vida consciente, o objeto de estudos que, prioritariamente, a psicologia humanista aborda.

Não podemos deixar de dizer que os questionamentos e as respostas que a psicologia humanista levanta sobre a natureza da psicologia como ciência e sua possibilidade de contribuir para a felicidade, saúde e autorrealização humanas encontram-se no cerne de todo um processo mais amplo, que marca a crise da moderna civilização ocidental.

A ciência colaborou para esvaziar e isolar o homem, reduzindo-o à sua mera dimensão material e aos frios mecanismos lógico-rationais a serviço de ideologias, a justa revolta cultural contra esse estado de coisas que nos tem retirado o sentido, a maravilha e a profundidade da experiência de ser humano entre humanos, mobilizou também os psicólogos. Assim, compromete-se, em seu projeto de ciência, a estar sempre voltada a favorecer o movimento da aprisionada alma humana, em sua busca de um mundo que se possa chamar humano, e em que, entre os da nossa espécie, seja realmente um prazer viver. (BOAINAIN, 1998)

Entretanto, é no campo das psicoterapias e técnicas de crescimento pessoal, mais do que em qualquer outro, que a contribuição da psicologia humanista é especialmente exuberante e espetacular, resultando numa verdadeira revolução nos conceitos e formas de ajuda psicológica.

O reconhecimento do potencial positivo e saudável da natureza humana tende a congregá-la em um objetivo de trabalho humanizador, distinto do apresentado pelas Forças anteriores. O objetivo humanista pode ser formulado numa frase quase redundante: levar a pessoa a ser ela mesma. Propiciar ao cliente a conquista de uma existência autêntica, autoconsciente, transparente, espontânea, verdadeira, congruente e natural, sem máscaras, jogos ou divisões internas.

A ênfase na saúde em vez de na doença, assim como a proposta de desenvolvimento do potencial humano, levam os humanistas a entenderem suas técnicas de ajuda muito mais como formas de estimular o desenvolvimento e a aprendizagem do que como tratamento de enfermidades, disfunções ou anomalias psíquicas. A troca do modelo médico pelo de autorrealização tem levado muitas abordagens a se apresentarem – não obstante a tradicional designação psicoterapia mantenha sua força – como métodos e técnicas de desenvolvimento ou de crescimento pessoal. (WEIL, 1978)

É bastante generalizada a ideia de que toda psicoterapia bem-sucedida é um processo de aprendizagem profundo e amplo, assim como toda aprendizagem verdadeiramente significativa é profundamente liberadora e curativa.

Noções existencialistas do homem como um ser de natureza dialógica, que só se mostra - e verdadeiramente é - no encontro pessoal, têm favorecido as terapias relacionais, em que o terapeuta abdica das posturas e defesas profissionais para entrar em relação como pessoa real, pois é no encontro de pessoa para pessoa, na relação Eu-Tu, que, acreditam os humanistas, a mudança se dá.

A aceitação da tendência inata e intrínseca para o crescimento e autorrealização favorece a compreensão do terapeuta antes como um facilitador do que alguém que atua sobre o outro. A ênfase no fluir constante, na liberdade e na singularidade de cada ser, tende a abolir os planejamentos, os objetivos e as estratégias, e a desenvolver uma atitude de abertura ingênua e incondicional ao que vem do outro em seu processo de desenvolvimento e de autocriação.

Recorto um pequeno texto do livro de SANTOS (1996):

A configuração do paradigma que se anuncia no horizonte só pode obter-se por via especulativa. Uma especulação fundada nos sinais que a crise do paradigma atual emite, mas nunca por eles determinada. Aliás, como diz RENÊ POIRIER e antes dele disseram HEGEL e HEIDEGGER, “a coerência global das nossas verdades físicas e metafísicas só se conhece retrospectivamente”. Por isso, ao falarmos do futuro, mesmo que seja de um futuro que já nos sentimos a percorrer, o que dele dissermos é sempre o produto de uma síntese pessoal embebida na imaginação, no meu caso na imaginação sociológica. Não espanta, pois, que ainda que com alguns pontos de convergência, sejam diferentes as sínteses até agora apresentadas. ILYA PRIGOGINE, por exemplo, fala da “nova aliança” e da metamorfose da ciência. FRITJOF CAPRA fala da “nova física” e do Taoísmo da física, EUGENE WIGNER de “mudanças do segundo tipo”, ERICH JANTSCH do paradigma da auto-organização, DANIEL BELL da sociedade pós-industrial, HABERMAS da sociedade comunicativa. Eu falarei, por agora, do paradigma de um conhecimento prudente para uma vida decente. Com esta designação quero significar que a natureza da revolução científica que atravessamos é estruturalmente diferente da que ocorreu no século XVI. Sendo uma revolução científica que ocorre numa sociedade ela própria revolucionada pela ciência, o paradigma a emergir dela não

pode ser apenas um paradigma científico (o paradigma de um conhecimento prudente), tem de ser também um paradigma social (o paradigma de uma vida decente). Apresentarei o paradigma emergente através de um conjunto de teses seguidas de justificação.

Finalizando, consideramos saúde mental como sendo o manejo adequado da vida, a chamada “vida boa” que Rogers (1997) descreve muito bem no capítulo 9, quando enfatiza a pessoa em pleno funcionamento.

Carl Gustav Jung

Não poderia iniciar este capítulo sem trazer o primeiro parágrafo de seu prólogo, em Memória, Sonhos e Reflexões:

Minha vida é a história de um inconsciente que se realizou. Tudo o que nele repousa aspira a tornar-se acontecimento, e a personalidade, por seu lado, quer evoluir a partir de suas condições inconscientes e experimentar-se como totalidade. A fim de descrever esse desenvolvimento, tal como se processou em mim, não posso servir-me da linguagem científica; não posso me experimentar como um problema científico. (JUNG, 1961)

Vasconcelos (2007) sugere que o paradigma da complexidade de Edgard Morin pode favorecer as construções científicas do mundo atual, à medida que contempla uma **visão de mundo e de homem** compatível com os fenômenos contemporâneos. Ora, o primeiro capítulo – que parece não ter uma relação direta com a temática do artigo – colima estes aspectos dessa nova visão de homem e de ciência.

Considera-se que **individuação** é um conceito chave da teoria de Jung que trata do desenvolvimento da personalidade. **A individuação é um processo de diferenciação psicológica que tem como finalidade o desenvolvimento da personalidade individual.** Esse objetivo, todavia, é alcançado por meio de informações relacionais existente entre ego e inconsciente. A individuação é um processo em que a pessoa torna-se si mesma, inteira, indivisível e distinta de outras pessoas ou da psique coletiva.

Poderíamos citar muitos textos de Cartas de Jung, pois elas têm a particularidade, por ser parte de um processo de comunicação, que integram um extraordinário compêndio sobre a vida do pensador, numa linguagem que é mais direta que a das Obras completas, e, por isso, de mais fácil compreensão.

Segundo Vergueiro (2008), das 43 cartas que tratam do tema individuação ou processo de individuação, uma grande parte é endereçada a pastores e padres de diferentes países, tratando diretamente do tema da religiosidade. Esse fato é, por si só, um indicador da forte relação entre os dois temas. Para Jung, **a religiosidade é o caminho para a realização da personalidade total ou do si mesmo.** Uma vez que a realização é também a meta da individuação, a compreensão da relação entre os dois conceitos reveste-se de especial importância.

Havia amizades de Jung com físicos, teóricos da relatividade, da física quântica, remetendo-nos ao mesmo ponto: similaridade entre a ciência e a religião e, agora, a psicologia. Jung sugere como ponto de partida de suas reflexões sobre o conceito de sincronicidade em suas conversas com Albert Einstein, quando este estava em Zurique no período de 1909/1910 e 1912/1913. Em uma carta endereçada ao jornalista e crítico teatral suíço Carl Seeling em 25/02/1953 escreve Jung:

O professor Einstein foi meu convidado em várias ocasiões para jantar... Aquele era um período inicial onde Einstein estava desenvolvendo sua primeira teoria da relatividade, [e] foi ele quem me

fez começar a pensar sobre uma possível relatividade do tempo assim como do espaço e sua condicionalidade psíquica. Mais de trinta anos depois este estímulo levou-me ao relacionamento com o físico Prof. Wolff Pauli e à minha tese da sincronicidade da psique. (VERGUEIRO, 2008).

Para Jung o **Self**, um dos conceitos centrais, possibilita, na integração/relação consciente e inconsciente, ordem e totalidade da personalidade, pois consciente e inconsciente não estão necessariamente em oposição um ao outro, mas complementam-se para formar uma totalidade. O Self simboliza totalidade, unificação, reconciliação de polaridades, ou equilíbrio dinâmico, os objetivos do processo de Individuação, quando se experimenta o "si-mesmo" na apropriação de valores, ou seja, individuação é, em última análise, um processo religioso que exige uma atitude religiosa correspondente – no desenvolvimento de valores como o amor a si mesmo, com exercícios de empatia, de compreensão das facilidades e dificuldades no dia a dia.

Jung concluiu que a psicologia analítica ajuda-nos a conhecer as potencialidades religiosas. Ele afirmava que a individuação é o processo que ocorre a partir da aceitação, por parte do ego, das orientações de uma dimensão da personalidade que denomina "si-mesmo", que, por sua vez, traz informações simbólicas acerca do caminho da realização plena da personalidade.

A individuação é um processo psicológico da máxima importância. Ela consiste no desenvolvimento pessoal e na realização o mais plena possível da personalidade, representada pelo "si-mesmo". Para Jung a individuação é uma tarefa **impiedosamente importante**, em vista da qual tudo o mais vai para segundo plano.

Em Cartas, no ano de 1947, Jung indica a imaginação ativa para o diálogo entre o consciente e o inconsciente e descreve como pode ser realizada. Em seguida, comenta a importância desse diálogo para o processo de individuação, salientando que não apenas pode-se analisar o inconsciente, mas também dar uma chance para que ele analise a consciência. Assim, criar-se-á, aos poucos, a unidade do consciente e do inconsciente, sem a qual não haverá individuação alguma.

Disto, refletimos que a individuação aparece como um processo que só ocorrerá se houver unidade entre a consciência e o inconsciente. Este processo para Jung está como sendo para todos, permitindo um diferencial àqueles que usam a consciência em seu benefício.

Jung afirmará em uma de suas Cartas que o mundo todo, com seu tumulto e miséria, está num processo de individuação. Mas as pessoas não se dão conta disso, e esta é a única diferença. Se soubessem disso, não estariam em guerra uns com os outros, pois **quem tem a guerra dentro de si**, não tem tempo nem prazer de lutar com os outros. A individuação não é uma coisa rara ou luxo de poucos; mas aqueles que sabem que estão nesse processo são os mais congruentes consigo mesmos. Eles ganham em qualidade de vida, caso sejam conscientes o bastante. A individuação é a vida comum e aquilo de que temos consciência. Ou seja, a vinculação do processo à consciência dá a chance da cura pela individuação. Ou seja, quando se toma consciência do sentido de uma doença, ela passa a ter um sentido mais amplo.

Logo, para Jung, não se pode dizer que todo sintoma seja um desafio e que toda cura ocorra no espaço intermediário entre o psíquico e o físico. Pode-se dizer, apenas, que é aconselhável abordar toda doença também do ponto de vista psicológico, porque isto pode ser de suma importância também para o processo de cura. Quando esses dois aspectos atuam juntos, pode facilmente acontecer que a cura se dê no espaço intermediário, ou, em outras palavras, que ela consista numa complexidade entre opostos. Neste caso a doença é um estágio do processo de individuação no sentido mais pleno.

Carl Ranson Rogers

Aceitar-se a si mesmo é um pré-requisito para uma aceitação mais fácil e genuína dos outros, afirmava Rogers.

Uma premissa fundamental da teoria de Carl Rogers é o pressuposto de que as pessoas usam sua **experiência** para se definir. Em seu trabalho/livro Tornar-se Pessoa, Rogers define uma série de conceitos a partir dos quais delineia teorias da personalidade e modelos de terapia, mudança da personalidade e relações interpessoais. Os construtos básicos estabelecem uma estrutura através da qual as pessoas podem construir e modificar suas opiniões a respeito de si mesmas.

Rogers reflete sobre a **importância da liberdade** humana - a possibilidade de tomar decisões e ser responsável por elas, não negando a existência de toda a sorte de forças exteriores que constringem o homem, mas vê que, em todas as situações nas quais ele se encontra, sempre há, por menor que seja, um âmbito de decisão. Na decisão, é dada a oportunidade ao homem, desde si mesmo, a partir de uma força interior inerente a cada um de nós, de tornar-se, para além dessa liberdade de decidir, o que se é. Desse modo, é tomada como pressuposto fundamental a liberdade de escolher, enraizada nessa força interior que nos permite tomar decisões para crescermos e termos uma vida realizada. À proporção que nos realizamos, tornamo-nos mais aptos a escolher, tomando decisões livres de coerções exteriores.

No capítulo anterior iniciei com uma frase do prólogo. Aqui, depois de colocar um texto do prefácio, recorro ao capítulo 10 na íntegra, contudo, não devo transcrevê-lo aqui. Só posso concitar aos que me leem a lê-lo, pois nele Rogers fala, em suas 29 páginas, seu modo de compreender ciência e as implicações filosóficas sobre esta compreensão.

O conflito gerado entre o conhecimento do positivismo lógico – orientado para a objetividade e todo o processo científico – e o pensamento existencial – orientado subjetivamente e todo o processo na experiência terapêutica.

Interessante lembrar que Rogers – neste capítulo – irá enfatizar:

(...) A consciência em vez de ser a sentinela de um amontoado de impulsos perigosos e imprevisíveis dos quais só poucos poderão ver a luz do dia, torna-se o habitante bem instalado de uma rica e variada sociedade de impulsos, sentimento e concepções, que se manifestam autogovernando-se satisfatoriamente quando não estão guardados com medo ou de um modo autoritário.

Rogers salienta, em minha reflexão, que o importante é, como dizia Kierkegaard, “**ser o que realmente se é**”. Talvez ele tenha resolvido o conflito epistemológico por optar por ser realmente o que ele era, não se importando, deveras, com o que pensavam seus amigos pesquisadores. Ele fez o seu caminho, orientando-se por suas convicções, pela epistemologia que possivelmente tenha apreendido através do contato com Fritjof Capra, com Ilya Prigogine e outros físicos da física moderna.

Quando enfatiza a riqueza na variedade de impulsos, sentimentos e concepções, possivelmente esteja relacionando-a com o conhecimento interpessoal ou conhecimento fenomenológico, que é a essência da terapia centrada no cliente. É a prática da compreensão empática. Penetrar no mundo subjetivo particular do outro para ver se nossa compreensão da opinião dele é correta, não apenas para ver se é objetivamente correta ou se concorda com o nosso próprio ponto de vista, mas se é correta no sentido de compreender a experiência do outro como ele a experiência. Esta compreensão empática é testada pela resposta àquilo que se entendeu, perguntando-se ao outro se foi ouvido corretamente: “Você está se sentindo deprimido esta manhã?”; “Parece-me que você está contando que seu choro é um pedido de ajuda?”

Neste sentido, parece que Rogers adquiriu concepções quando de suas reuniões sobre religião que eram muito apaixonadas. Diz ele que desistiu da agricultura científica a favor do sacerdócio. No primeiro ano da faculdade foi escolhido para uma viagem à China, a fim de participar de um Congresso Internacional da Federação Mundial dos Estudantes Cristãos. Isto representou para ele uma experiência muito significativa.

Por certo, não obstante, como ele próprio enfatiza no Tornar-se Pessoa, ele sentia que:
(...) provavelmente sempre me interessaria por questões tais como o sentido da vida e a possibilidade de uma melhoria construtiva da vida do indivíduo, mas não poderia trabalhar no campo determinado por uma doutrina religiosa específica em que devia acreditar.

Deduzimos, das palavras acima, e do que ele implícita e explicitamente “demonstra” no Tornar-se Pessoa, que Rogers se decepcionou com a religião, mas não abandonou a religiosidade. Neste sentido, parece haver consistência nesta ideia, sobretudo na confluência de sua produção acadêmica quando defende os valores humanos, no processo que ele chama, junto com outros humanistas, sobretudo, Maslow, de atualização ou autorrealização, esse aspecto básico da natureza humana que leva uma pessoa em direção a uma maior congruência e a um funcionamento realista. Além disso, este impulso não é limitado aos seres humanos; é parte do processo de todas as coisas vivas.

Essa congruência é o grau de exatidão entre a experiência da comunicação e a tomada de consciência. É experienciar e tomar consciência. Então, não há mais medo de se expressar, de se assumir e se responsabilizar pelo que pensa, fala e age. Esta relação direta entre o que se está expressando e o que está ocorrendo em nosso campo e o que se está percebendo. Eis aí o que Rogers poderia chamar implicitamente, sobretudo nos seus dez últimos anos de religiosidade.

Rogers usa a palavra "cliente" ao invés do termo tradicional "paciente". Um paciente é em geral alguém que está doente, precisa de ajuda e vai ser ajudado por profissionais formados. Um cliente é alguém que deseja um serviço e que pensa não poder realizá-lo sozinho. O cliente, portanto, embora possa ter muitos problemas, é ainda visto como uma pessoa inerentemente capaz de entender sua própria situação. Há uma igualdade implícita quando nomeamos cliente, que não está presente no relacionamento médico-paciente.

Para finalizar este capítulo à primeira página que Rogers dedica no Tornar-se Pessoa ao leitor. Escreve:

Embora me desagrade um pouco dizê-lo, fui psicoterapeuta (ou “personal counselor”) durante mais de trinta e três anos. Isso significa que, ao longo de um terço de século, tentei ajudar uma ampla amostra da nossa população: crianças, adolescentes e adultos; indivíduos “normais”, “neuróticos” e “psicóticos” (as aspas indicam que para mim se trata de rótulos enganosos); procurei ajudar as pessoas que vinham me pedir auxílio e as que me eram enviadas; aquelas cujos problemas não tinham importância e aquelas cuja vida se tornara completamente desesperadora e sem futuro. Considero um grande privilégio ter tido a oportunidade de conhecer de uma maneira tão pessoal e tão íntima tal quantidade e diversidade de pessoas.

Congruências entre Jung e Rogers

Penso e reflito que tanto **Jung** quanto **Rogers** apontavam para um pensamento “humanista” que direciona um saber de orientação positiva do homem em sua tendência atualizadora. Então, há necessidade de priorizar as condições facilitadoras que fazem emergir e impulsionam essa tendência. Ambos, de certa forma, disseram que todo indivíduo é dotado

de potencialidades voltadas para o desenvolvimento pessoal no empenho pela criação de uma "vida boa" (embora esta expressão seja de Rogers).

Jung, primeiramente, e Rogers, posteriormente, referiram-se às habilidades interpessoais a serem desenvolvidas pelos profissionais da saúde e como desenvolvê-las? Ao explorar esta questão, é possível aproximar-se da convergência entre a Psicologia Analítica de Jung e a proposta da Abordagem Centrada na Pessoa (ACP). É a partir dessas reflexões que se pode demonstrar que as duas abordagens são de grande relevo para a saúde mental.

A compreensão na construção de um caminho seguro para humanização, expressando solidariedade, fraternidade, acolhimento, em um conjunto de direitos que dê às pessoas a busca de sentido para qualidade de vida, realizando um enfrentamento das situações consideradas difíceis, com serenidade, atualizando-se progressivamente no mundo é fator basilar em ambas as propostas, principalmente na atual sociedade moderna onde as pessoas estão mal condicionadas a enxergar a felicidade como meta e a infelicidade como sintoma de desajuste. Logo, a infelicidade, inevitável em alguns momentos da vida, poderá estar acrescida pelo fato de a pessoa infeliz ter vergonha de ser infeliz.

Por estarmos imersos em uma sociedade de idolatria aos valores jovens e rebeldes, pode parecer que Jung e Rogers estariam pessimista. Falso. A grandiosidade da descrição das duas propostas está justamente em sua profundidade.

É, neste sentido, que de um lado Jung questionando radicalmente os fundamentos filosóficos da visão de mundo de Descartes e Newton, salientando, de modo convincente, aspectos não racionais e não lineares da psique, que inclui o misterioso, o criativo e o espiritual como meios válidos, ou formas holístico-intuitivas de conhecimento. Esta mudança de posição, mudança paradigmática, em que Rogers também estabelece:

(...) que as pessoas compartilham e falam de sonhos sem interpretação ou comentário. Sonhos comuns muitas vezes ocorrem. Algumas pessoas reportam "experiências místicas" (...). As mesmas ideias e mitos [imagens arquetípicas] frequentemente emergem de várias pessoas ao mesmo tempo. (Rogers, 1997)

Vemos, não obstante toda a tecnologia existente neste início de segunda década do século XXI, o vazio existencial como um fenômeno muito difundido, como bem diz o psiquiatra Stanislav Groff (1994). Ora, o ser humano "perdeu", praticamente, todas as chamadas "boas soluções" que a modernidade lhe apontou, tendo como base a "liberdade, a igualdade e a fraternidade". Como antes, "perdeu o paraíso bíblico", precisa fazer opções. Acresce-se que sofreu mais outra perda mais recente. As tradições, que serviam de apoio para seu comportamento, atualmente vêm diminuindo com grande rapidez. Não há tradição que lhe diga o que ele deveria fazer; às vezes ele não sabe sequer o que deseja fazer. Em vez disso, ele deseja fazer o que os outros fazem (conformismo), ou ele faz o que outras pessoas querem que ele faça (totalitarismo).

O vácuo existencial se manifesta principalmente num estado de tédio e de angústia. É concreto que atualmente o tédio/angústia está causando e certamente trazendo aos psiquiatras e psicólogos mais problemas do que antes. Problemas que estão se tornando cada vez mais agudos, uma vez que o crescente processo de automação provavelmente conduzirá a um aumento enorme nas horas de lazer do trabalhador médio. Lastimável é que muitos deles não saberão o que fazer com seu tempo livre.

Existem ainda diversas máscaras e disfarces sob os quais transparece o vazio existencial, levando à doença/transtorno mental. Às vezes, à vontade de sentido frustrada é falsamente compensada por uma vontade de poder, incluindo a sua mais primitiva forma, que é a vontade de dinheiro. Em outros casos, o lugar da vontade de sentido frustrada é tomado pela vontade de prazer. É por isso que muitas vezes a frustração existencial acaba em compensação sexual. Podemos observar nestes casos que a libido sexual assume proporções

descabidas no vácuo existencial. Sem integridade ou sem compromisso com o que é verdadeiro não haverá saúde mental. Daí podermos dizer que toda terapia precisa, de algum modo, por mais restrito que seja contar com a busca de sentido, de qualidade de vida enfatizada por Jung e Rogers.

Sombra e Máscara não têm a mesma conotação, termos usados por Jung e Rogers, respectivamente. Contudo, reflito e aponto uma congruência nos conceitos, pois, de certa forma, levam o indivíduo a negar o que ele realmente é. Assim, “sombra” e “máscara” possibilitam ao ser humano, dentro de uma corrente ideológica que insiste no empreendimento do ser completamente material, uma comparação com um burro correndo atrás de uma cenoura que lhe está presa a frente.

A apropriação de si, para Jung e Rogers, tanto no processo de individuação, quanto no processo de tornar-se pessoa, assumindo a responsabilidade por seus atos, por suas palavras, por seus pensamentos, por mais que o ambiente externo possa ser modificado, a liberdade do homem permanece inquebrável internamente, ou seja, na “inspiração e nos anseios da alma”. Eis a saúde mental.

Considerando-se o livro Memória, Sonhos e Reflexões, e o livro Tornar-se Pessoa, compreende-se que tanto Jung quanto Rogers consideravam uma necessidade para o psicoterapeuta, uma apropriação técnica associada a uma apropriação cultural, pois não se sabe o fenômeno que se apresentará diante do profissional, e, em assim sendo, haverá melhores possibilidade de segurança no atendimento ao cliente, face a singularidade e multiplicidade de seu objeto de estudo.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A relação congruente entre JUNG e ROGERS é plausível. Um reforço muito interessante para esta assertiva está na chamada “*prática pedagógica*” que ambos estabelecem no setting terapêutico. As implicações filosóficas geradas pela congruência entre eles refletem a busca pelo autoconhecimento, pelo autocontrole e pela autotransformação que os dois inspiram aos seus clientes.

No desenvolvimento da procura pela espiritualidade/religiosidade, sem necessariamente algo formal, mas concernente à qualidade de vida, no desenvolvimento das potencialidades humanas, na formação continuada de suas atualizações, demonstram o quanto os dois pensadores estão comprometidos consigo mesmos. São educadores. São psicólogos. São seres humanos reais. Neste sentido, não se comprometem com a competitividade, com o individualismo, com a competência técnica simplesmente. Não se robotizam, robotizando seus clientes.

Avançando nas possibilidades pensadas neste artigo, pela pesquisa bibliográfica, concluímos que o relacionamento desenvolvido por Jung e Rogers com seus clientes, sempre foi saudável, pois resultou em sabedoria, visão mais ampliada da vida, onde todos os seres humanos são considerados iguais, possuidores dos mesmos direitos e deveres, com natureza idêntica, biológica, psicológica, social e espiritual, entendendo-se a diversidade pela singularidade dos nascimentos, dos berços, da educação, do meio-ambiente, onde o tratamento se dá a todos os seres humanos com o mesmo respeito, fraternidade, solidariedade, compreensão, compaixão.

O respeito vigará no ser como consequência de seu afeto, de sua capacidade de amar-se a si mesmo, amando ao outro e a própria natureza. Será como um retorno a Sócrates, como escreveu Jaeger (1995): “sou um homem livre porque sei pensar.” Liberdade não será confundida com espaço e sim com capacidade íntima de compreensão das mais amplas

finalidades da vida no tocante ao crescimento psicológico, emocional, social, espiritual e físico.

Esse amor, conforme Jung e Rogers, deve fortalecer diuturnamente o psicólogo na sua tarefa junto ao cliente, o que significa dizer, em outras palavras, o amor pelo cliente, empenhando-se inteiramente pelo seu progresso.

Assim procedendo, o psicólogo não colocará outros interesses acima dos interesses de suas atividades psicológicas. Somente demonstrando consigo, na exemplificação, ele demonstrará sua empatia natural, seu jeito humano de ser real, de ser interessado e espontâneo com o cliente, construindo, assim, uma fraternidade legítima.

A ideia destes valores humanos e o entendimento da moral, como princípios imanentes e universais, fortalecem o otimismo do cliente, demonstrando-lhe, sobejamente, a alegria de participar de um processo de educação de si mesma e da própria humanidade. Processo que certamente constrói saúde mental, saúde emocional, saúde psicológica.

REFERÊNCIAS

- AMATUZZI, M. M. Por uma psicologia humana.** Campinas, SP: Editora Alínea, 2001
- BOAINAIN JR, E. Tornar-se Transpessoal: Transcendência e Espiritualidade na Obra de Carl Rogers.** São Paulo: Summus, 1998.
- CAPRA, Fritjof. O Ponto de Mutação.** 22ª Ed. São Paulo: Cultrix, 2001.
- _____. **O Tao da Física.** 10ª Ed. São Paulo: Cultrix, 1988.
- CAVALCANTI, Albérico Cony. Ciência e espiritualidade: O que pensam professores de Física da UFMT sobre a relação ciência e espiritualidade.** 2006. 157 f. Dissertação (Mestrado em Educação em Ciências) - Coordenação dos Programas de Pós-Graduação de Educação, Universidade Federal de Mato Grosso, Mato Grosso.
- _____. **Alta-Floresta, 2015.** Apostila do curso de pós-graduação em Psicopedagogia com ênfase infantil. Disciplina: Bases neurais da memória e aprendizagem; da Faculdade AJES – Associação Juinense de Ensino superior.
- GROFF, Stanislav. BENNETT, Hal Z. A mente holotrópica. Novos conhecimentos sobre psicologia e pesquisa da consciência.** 2ª Ed. Rio de Janeiro: Editora Rocco, 1994.
- HARVEY, David. Condição o pós-moderna.** 11. Ed. São Paulo: Loyola, 2002.
- JAEGER, W. Paidéia: A Formação do Homem Grego.** 2ª Ed. Martins Fontes, São Paulo. 1995.
- JUNG, C. G. Memórias, Sonhos e Reflexões.** 16ª Ed. Rio de Janeiro: Nova Fronteira, 1963.
- PRIGOGINE, Ilya. O fim das certezas.** Ed. Unesp, São Paulo, 1996.
- ROGERS, Carl R. Tornar-se Pessoa.** 5ª Ed. São Paulo: Martins Fontes, 1997.
- SANTOS, Boaventura de Sousa. Um discurso sobre as ciências.** 8ª Ed. Porto, Afrontamento, 1996.
- VASCONCELOS, E. M. Complexidade e pesquisa interdisciplinar.** Epistemologia e metodologia operativa. Petrópolis: Vozes, 2007.
- VERGUEIRO, P. V. Jung, entrelinhas: reflexões sobre os fundamentos da teoria junguiana com base no estudo do tema individuação em cartas.** PEPSIC: Periódicos Eletrônicos em Psicologia. Psicologia teoria e prática, v.10 n.1 São Paulo jun. 2008. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?pid=S1516-6872008000100010&script=sci_arttext, acessado em 16.11.2016.
- WEIL, P. A Consciência Cósmica: Uma Introdução à Psicologia Transpessoal.** (2 ed.) Petrópolis: Vozes, 1978.

Submetido em: 14/07/2018

Aceito em: 07/08/2018

Publicado em: 30/08/2018