UNIVERSIDADE DE SÃO PAULO
INSTITUTO DE PSICOLOGIA

ANA LÚCIA RAMOS PANDINI

**Metanoia: caminho para o
desenvolvimento no meio da vida**

São Paulo
2014

ANA LÚCIA RAMOS PANDINI

Metanoia: caminho para o
desenvolvimento no meio da vida

Tese apresentada ao Instituto de Psicologia
da Universidade de São Paulo, como
exigência para a obtenção do título de
Doutor em Psicologia, sob a orientação da
Prof.^a Dr.^a Laura Villares de Freitas.

São Paulo
2014

AUTORIZO A REPRODUÇÃO E DIVULGAÇÃO TOTAL OU PARCIAL DESTE TRABALHO, POR QUALQUER MEIO CONVENCIONAL OU ELETRÔNICO, PARA FINS DE ESTUDO E PESQUISA, DESDE QUE CITADA A FONTE.

Catálogo na publicação
Biblioteca Dante Moreira Leite
Instituto de Psicologia da Universidade de São Paulo

Pandini, Ana Lucia Ramos.

Metanoia: caminho para o desenvolvimento no meio da vida / Ana Lucia Ramos Pandini; orientadora Laura Villares de Freitas. -- São Paulo, 2014.

314 f.

Tese (Doutorado – Programa de Pós-Graduação em Psicologia. Área de Concentração: Psicologia Escolar e do Desenvolvimento Humano) – Instituto de Psicologia da Universidade de São Paulo.

1. Metanoia 2. Meia-idade 3. Desenvolvimento I. Título.

BF724.6

BANCA EXAMINADORA

AGRADECIMENTOS

Esse doutorado foi realizado em um período difícil da minha vida, em que enfrentei longos períodos de doença, mas que também foi um período muito feliz, pois encontrei nessa trajetória verdadeiras amizades, que ficarão para sempre em minha vida, assim como tive nesta fase o carinho constante das amizades antigas, que estão sempre comigo.

Não poderia deixar de agradecer a estas pessoas que foram fundamentais para a realização desta tese:

Laura Villares de Freitas, por seu acolhimento, inclusive em meus longos períodos de licença médica, quando tive que me ausentar do trabalho, permitindo que eu pudesse ampliar o prazo de confecção desta pesquisa. Por suas valiosas orientações teóricas e técnicas que permitiram o delineamento e desenvolvimento desta pesquisa. Por ter me apresentado o trabalho de grupo na abordagem da psicologia analítica e pelo incentivo constante na fase final deste trabalho.

Durval Luiz de Faria, pelas valiosas contribuições no exame de qualificação, que ajudaram muito na realização da tese, pela valorização de meu trabalho e também por ter me incentivado em várias fases desta pesquisa, inclusive até mesmo antes do início dela.

Maria Julia Kovacks, pelas valiosas contribuições no exame de qualificação que ajudaram muito na realização deste trabalho.

Aline Lins Gianini, grande amiga que me acolheu e cuidou de mim quando eu ainda tinha tantos sintomas nos longos períodos da doença desconhecida que enfrentei e que sempre me dá a maior força em tudo em minha vida, aquela amiga “mãezona” mesmo, num formato *rock and roll*. Além de tudo isso, agradeço pela cuidadosa digitação do longo material das entrevistas e dos encontros grupais, todas as ajudas com informática, computador, gravador, HD externo etc. E agradeço também à sua família, à Julia, sua filha, e ao Othon, seu marido, que acabaram muitas vezes participando deste imenso apoio que a Aline me dá.

Sr. Paulo Chibly de Robert, por toda a sua atenção, as suas constantes orações e imensa energia positiva a mim dedicadas, que foram fundamentais para a descoberta do problema de saúde que eu realmente tinha e que, graças a isso, permitiu eu conseguir ficar saudável novamente. E também pela sua enorme força e torcida para que eu concluísse este trabalho.

A todo o pessoal do TUCA pela força.

Lucia Azevedo, minha analista, pelo seu cuidadoso trabalho, que amplia minha força e meu autoconhecimento, por seu acolhimento carinhoso e torcida constante.

Rosemeire Nascimento, Claudia Suannes, minhas amigas-irmãs há 25 anos, e a outras grandes amigas: Lilian Graham, Liz Mirim e Gisele Petri. Por todo o apoio que sempre me deram, não só em diversos momentos deste trabalho, mas nos incentivos constantes em todos os momentos de minha vida.

Gustavo Pessoa, meu colega de doutorado na USP, que se tornou grande amigo, pelo apoio com a leitura dos originais, pelas trocas teóricas criativas e pelo carinho e torcida constantes.

Elizabete Magalhães, minha colega de doutorado na USP, que se tornou grande amiga, pela atenção, carinho e incentivo que sempre me dedicou.

Glaucya Hannah Covelo, colega de doutorado, que se tornou tão amiga, por seu carinho e incentivos constantes.

Marisa Catta Pretta, por seu estímulo e valorização, convites para ir a Santos, que eu não tive tempo ainda de aceitar, e pelos presentes lindos e fofos para me alegrar nesta fase tão trabalhosa da vida.

Aos colaboradores que participaram dos encontros grupais, pela generosidade em compartilhar suas vivências em relação ao tema estudado com tanta profundidade. A riqueza de conteúdos trazidos por vocês foi muito preciosa para a realização desta tese.

Iana Ferreira, por seu excelente trabalho na revisão e editoração da tese, realizado com extrema dedicação e em tempo recorde. E pelo incentivo e carinho.

Marcia Cerdeira, por sua participação atenta e dedicada como observadora nos encontros grupais e pelo carinho.

Tatiane Sasaki, amiga e professora de pilates, pela divulgação da carta-convite e pela amizade tão carinhosa.

Meu colega professor do Mackenzie Aurélio Mello, pela pronta divulgação da carta-convite.

Minha colega professora do Mackenzie Cristine Lacet, pelas dicas de gráfica e ficha catalográfica.

Gabriel Pandini, meu amado sobrinho, pela paciência em tantas vezes ter tentado me ver e quase nunca conseguir a minha companhia, a ponto de um dia falar: "O 'torturado' não vai acabar nunca? Quero me encontrar com você e ele não deixa!". E por todo o carinho que me dedica.

EPÍGRAFE

De tudo ficam três coisas:
A certeza de que estamos sempre começando,
A certeza de que é preciso continuar
A certeza de podemos ser interrompidos antes de terminar,
Portanto devemos:
Fazer da interrupção um caminho novo
Da queda um passo de dança,
Do medo uma escada,
Do sonho uma ponte,
Da procura um encontro.

Fernando Sabino
In: O encontro marcado

RESUMO

PANDINI, A. L. R., *Metanoia: caminho para o desenvolvimento no meio da vida*. 2014, 175 f., Tese (Doutorado), Universidade de São Paulo, São Paulo, 2014.

Esta tese investiga como ocorrem as vivências da metanoia em pessoas de meia-idade, período compreendido entre os quarenta e sessenta anos, na contemporaneidade. A metanoia caracteriza-se por um processo psicológico que pode ocorrer a partir do meio da vida, em que intensos fluxos de energia do inconsciente fluem em direção à consciência, trazendo novos conteúdos para a psique consciente e também reaproximando conteúdos reprimidos ou negligenciados no passado para que possam ser elaborados e integrados pelo ego. Esse processo mobiliza tanto crises como também desenvolvimentos emocionais. Por meio dos dados coletados em quatro encontros grupais, com seis participantes, sendo quatro mulheres e dois homens, com idade compreendida entre 46 e 59 anos, analisaram-se, a partir do referencial da psicologia analítica, as transformações psicológicas relatadas pelos colaboradores, relativas aos processos oriundos do envelhecimento, bem como dos processos de metanoia propriamente ditos. Os dados obtidos apontaram para transformações significativas nas seguintes categorias: relação com o corpo, saúde e energia; tempo, envelhecimento e finitude, sexualidade e relacionamento afetivo, relacionamento com amigos, relacionamento com pais e filhos, trabalho e aposentadoria, relação com a sociedade e a cultura, desenvolvimentos da maturidade. Foi observada no material estudado a intensificação do diálogo ego-self, já bem descrito pela literatura, bem como a intensificação do diálogo ego-persona e ego-*puer-senex*, sendo esses dois últimos tão importantes nos processos de adaptação, transformação e ampliação da personalidade consciente quanto o primeiro. Também se observou no material do grupo o funcionamento do eixo ego-arquétipo do herói, através de um pensamento e capacidade de ação reflexivos, o que ampliou a autonomia egoica para dialogar com ambos os polos das diversas instâncias psíquicas do inconsciente, sem se identificar com nenhum deles. A pesquisa comprovou que a idade adulta é, no mínimo, tão importante no desenvolvimento da personalidade quanto qualquer outra fase da vida. O trabalho também destacou a importância do papel do grupo, tanto como método de coleta de dados quanto em seu funcionamento como um ritual de iniciação para a maturidade. O grupo se mostrou como possibilitador de trocas significativas com pessoas da mesma faixa etária, proporcionando profundas reflexões sobre o desenvolvimento psicológico, por meio do reconhecimento e compartilhamento das necessidades de construção de novos papéis e de resignificação de antigos papéis já consolidados na personalidade, em um mundo de rápidas e constantes transformações.

PALAVRAS-CHAVE: Metanoia, meia-idade, desenvolvimento adulto, grupos, psicologia analítica.

ABSTRACT

PANDINI, A. L. R., *Metanoia: development path in the middle of life*. 2014, 175 f., Tese (Doutorado), Universidade de São Paulo, São Paulo, 2014.

This thesis investigates how the experiences of Metanoia occur in middle age, the period between forty and sixty years in contemporaneity. The Metanoia is characterized by a psychological process that can occur from the middle of life where intense fluxes of energy flow from unconscious toward consciousness bringing new content to the conscious psyche and also approaching repressed or neglected contents in the past so that they can be developed and integrated by the ego. This process mobilizes both crisis as well as emotional development. Through data collected in four group meetings with six participants, four women and two men, aged between 46 and 59 years, were analyzed, from the reference of analytical psychology, the psychological transformation reported by cooperators concerning proceedings from aging as well as the process of Metanoia themselves. The data point to significant changes in the following categories: relationship to the body, health and energy, time, aging and finitude, sexuality and emotional relationship, relationship with friendships and relationship with parents and children, work and retirement, society and culture, development of maturity. It was observed in the studied material increased dialogue ego-self, already well described in the literature as well as the intensification of the dialogue ego-persona and ego-*puer-senex*, being the latter two as important in the processes of adaptation, transformation and expansion of the conscious personality as the first. Also it was observed in the group's material the functioning of the axis ego-hero archetype through a thought and capacity of reflexive action which increased the egoism autonomy to engage with both poles of the various instances of the psychic unconscious without identifying with any of them. The research showed that adulthood is as important in the development personality as any other phase of life. The work also highlights the importance of the group both as a method of data collection as for its functioning a rite of passage into adulthood. The group showed up as an enabler for meaningful exchanges with people of the same age providing deeper insights into the psychological development by recognizing and sharing the needs of building old papers already consolidated in personality in a world of rapid and constant transformation.

KEY WORDS: Metanoia, middle-aged, adult development, groups, analytical psychology

SUMÁRIO

INTRODUÇÃO	11
OBJETIVOS E MÉTODO	17
1. VISLUMBRANDO O MEIO DA JORNADA DA VIDA	24
2. METANOIA: NEUROSE E DESENVOLVIMENTO DA PERSONALIDADE	42
3. O PAPEL DA RELAÇÃO EGO-SELF NA METANOIA	50
4. O FUNCIONAMENTO DO EIXO PUER-SENEX NA METANOIA	58
5. OS ARQUÉTIPOS DA VIDA E DA MORTE E A RELAÇÃO ENTRE O CORPO E A PSIQUE NA METANOIA	64
6. A QUESTÃO DA ADAPTAÇÃO E DA TRANSFORMAÇÃO NOS DINAMISMOS DE ALTERIDADE	75
7. RESULTADOS E ANÁLISE DOS DADOS OBTIDOS	80
CONSIDERAÇÕES FINAIS	150
REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS	156
ANEXOS	161

INTRODUÇÃO

INTRODUÇÃO

*A porta da verdade estava aberta,
Mas só deixava passar
Meia pessoa de cada vez.*

*Assim, não era possível atingir toda a verdade,
Porque a meia pessoa que entrava
Só trazia o perfil de meia verdade.
E sua segunda metade
Voltava igualmente com meio perfil.
E os meios perfis não coincidiam.*

*Arrebentaram a porta. Derrubaram a porta.
Chegaram ao lugar luminoso
Onde a verdade esplendia seus fogos.
Era dividida em metades
Diferentes uma da outra
Chegou-se a discutir qual a metade mais bela.
Nenhuma das duas era totalmente bela.
E carecia optar. Cada um optou conforme
Seu capricho, sua ilusão, sua miopia.*

Verdade, Carlos Drummond de Andrade.

De acordo com dados divulgados pelo IBGE em 19 de setembro de 2008, a população brasileira vem envelhecendo a cada ano, devido à queda da taxa de fecundidade, que baixou para 1,64 filhos por mulher em 2013, o que provoca a diminuição da população jovem. A população brasileira apresenta um aumento contínuo dos residentes com mais de quarenta anos. A faixa da população que mais cresce no país é a de 40 a 59 anos e que representa 33,2% da população. A faixa de 60 anos ou mais representa 10,5%, enquanto que a de 0 a 14 anos representa 25,4% da população.

A faixa etária localizada na segunda metade da vida – que de maneira estendida pode ser relacionada dos 35 até os 65 anos – encontra-se concentrada na maioria da população brasileira, principalmente no seguimento 40-60 anos, a parte mais central do meio da vida.

Essa etapa da existência humana, ao contrário da infância, adolescência e velhice é a que menos apresenta pesquisas e trabalhos em psicologia, que descrevam sua importância para o desenvolvimento da personalidade ou que

investiguem as necessidades e dificuldades emocionais enfrentadas pelas pessoas nessa fase da vida.

De acordo com Staude (1990), até meados dos anos 80 a psicologia e a sociologia acreditavam que “o campo do desenvolvimento termina com a conquista da maturidade psicológica” (p. 8). Esse autor afirma ainda que “a expressão fase adulta permanece como um sentido vago, como uma categoria abrangente para tudo o que acontece ao indivíduo depois dos 21 anos” (p. 8).

Contudo, na visão da psicologia analítica, o desenvolvimento psicológico não termina na infância ou na adolescência, mas acontece durante toda a vida até a morte. A idade adulta é, no mínimo, tão significativa no desenvolvimento da personalidade quanto a infância e a adolescência.

Stein (2007) afirma que o crescimento psicológico apresenta mudanças e fluxos internos durante toda a vida e que na meia-idade ocorre uma importante mudança de identidade psicológica.

As dinâmicas intrapsíquicas que promovem mudanças na personalidade nessa fase são consideradas típicas do processo da metanoia, palavra que se origina do grego *metanoien*.

Jung (1988) cita um trecho bíblico em que Deus reprovando a ignorância (agnóia) dos homens, ou seja, a inconsciência, envia uma mensagem para a redenção da humanidade. A mensagem é “*pantas pantachōn metanoein*”. Jung explica que a palavra *metanoien* significa “mudar de mente” ou “mudar a maneira de pensar” e que a frase em sua tradução correta é “que em toda parte todos mudassem de pensar”. A forma de o ser humano ser resgatado da inconsciência é pela mudança da maneira de pensar. Jung utiliza o termo “metanoia” para designar o processo ocorrido a partir da segunda metade da vida, que implica na mudança de direção da libido e conseqüentemente do foco do ego, que na meia-idade não estará mais dirigido para o mundo externo, mas para o mundo interno do sujeito. Nesse momento, a maneira de pensar, de ver o mundo, a autoimagem e o autoconceito não se apoiarão mais na relação do ego com o outro – a família, a sociedade –, mas sim no diálogo do ego com o inconsciente.

Cavalheiro (2008) afirma que “metanoia significa mudança radical vinda de uma força inconsciente, que entra em conflito com a consciência sintônica, com o

status quo adquirido com tanto esforço” (p. 89). É por esse movimento dos impulsos do inconsciente que as identificações do sujeito, construídas ao longo de toda a vida na sua relação com a família e sociedade, sofrem um declínio.

A metanoia, diz Cavalheiro (2008), é um corte. É neste corte que é possível o nascimento de uma nova identidade. O autor afirma ainda: “Ela produz angústia, depressão, pensamentos de morte, assim como perspectiva de liberdade, de planos de um novo renovador que muda o rumo de uma vida” (p. 88).

Samuels (1985), contudo, discute as ideias de Jung sobre os estágios psicológicos da vida – infância, juventude (da puberdade até 33-40 anos) e velhice. Seria um relativismo cultural? E também se pergunta: as transições são realmente difíceis e traumáticas?

A visão da psicologia analítica clássica, como destaca Samuels (1985), credita como as realizações psicológicas durante a primeira metade da vida: a separação da mãe, a obtenção de um ego forte, o abandono do status da infância, a aquisição de uma identidade adulta e a conquista de uma sólida posição social, casamento e uma carreira. Samuels (1985) afirma que nessa visão estas seriam aquisições necessárias para que se possa desfrutar da riqueza da segunda metade da vida. Isso nos traz uma reflexão: quais dessas realizações são realmente necessárias para que o indivíduo se beneficie das riquezas da segunda metade da vida? Quais seriam tais riquezas? E, ainda, como seriam essas realizações de carreira e vida afetiva na atualidade, em um mundo com constantes mudanças de papéis e status profissional, mercado de trabalho instável e com vínculos afetivos, incluindo casamentos, que podem se desfazer a qualquer momento e gerar uma abertura para novos vínculos por diversas vezes?

A visão de Jung, como vimos, é de que na segunda metade da vida há uma mudança da dimensão interpessoal, que tem foco nas conquistas na realidade externa, para um relacionamento consciente com o intrapsíquico, que leva a processos de profundidade interna. Samuels (1985) comenta que para Jung há uma necessidade de que o investimento no ego seja substituído pelas diretrizes mais profundas do self e a dedicação ao sucesso externo terá de mudar para uma preocupação com o sentido e com os valores espirituais. “Por acaso a cultura

poderia ser o significado e o propósito da segunda metade da vida?” (JUNG, 1991, par. 787).

A partir dessa colocação, Samuels pergunta: por que traria sofrimento essa mudança na direção da libido se ela é compreendida como um processo natural? Ele questiona ainda a visão de que o desenvolvimento no âmbito social ocorre devido há uma unilateralidade do ego, necessária ao desenvolvimento na primeira metade da vida. Seria a realização social nos primeiros quarenta anos de vida sempre um produto da unilateralidade? – pergunta ele.

Para esse autor, há uma indiscutível questão a partir da meia-idade, que é muito bem observada por Jung:

Na segunda metade da vida, a morte se torna mais uma realidade a ser aceita ou negada. E o reconhecimento daquelas forças e fraquezas que foram reveladas em anos anteriores também é um processo que pode ser proveitoso na velhice, conduzindo há uma aceitação de si mesmo. Isso incluiria a chegada da função inferior e do animus ou anima à consciência, um completar-se da personalidade, no processo de individuação. Podemos falar de uma plenitude ou de um florescimento natural e de um sentido de uma vida satisfatoriamente vivida.

Samuels aponta ainda para uma importante contribuição do pensamento de Jung, referente à dicotomia entre primeira e segunda metade da vida: uma leitura para a cultura atual. O autor entende que são muito fortes as características descritas mais acima como típicas da primeira metade da vida na consciência coletiva. Ele afirma que: “Valorizamos a independência e o sucesso; parece que não conseguimos controlar nossa destrutividade e só temos uma ideia remota do sentido e do objetivo da vida” (SAMUELS, 1985, p. 205). Frente a essas ideias, ele conclui que as necessidades de desenvolvimento da segunda metade da vida, tal como foram definidas por Jung, “representam aquilo que nossa cultura precisa desesperadamente crescer” (SAMUELS, 1985, loc. cit.).

Observando as colocações dos autores citados acima, podemos compreender que a metanoia, como todas as fases de desenvolvimento, pode trazer angústias e medos ao impor conflitos ao sujeito, que até então se julgava já distante das dores do crescimento. Agora, tais dores aliam-se às dores do confronto com a finitude da vida. A pessoa na meia-idade se depara com esta ambiguidade: a

percepção dos limites da existência e a morte, ao mesmo tempo em que se encontra frente a novas necessidades de integração com possibilidade de desenvolvimento da personalidade. Dependendo da maneira como irá lidar com isso, essa fase da vida poderá ser de amadurecimento. Por outro lado, no entanto, poderá ensejar dinâmicas psicopatológicas.

A metanoia abre um campo de investigação teórica e, ao mesmo tempo, de intervenção junto à população dessa faixa etária, que é tão numerosa no Brasil.

A carência de programas dedicados às necessidades emocionais das pessoas nessa fase aponta para a importância da ampliação de conhecimento que gere a construção de intervenções psicológicas que, por sua vez, facilitem os processos de elaboração das dinâmicas intrapsíquicas presentes no período. A investigação dos riscos, perigos e dificuldades e o reconhecimento das necessidades de integração de aspectos inconscientes que podem emergir na consciência é o foco deste trabalho.

OBJETIVOS E MÉTODOS

OBJETIVOS E MÉTODOS

OBJETIVO GERAL

Investigar na atualidade a ocorrência do processo denominado por Jung (1988) de metanoia em pessoas na meia-idade residentes na Grande São Paulo.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

Os seguintes objetivos específicos foram definidos:

- Explorar com os participantes da pesquisa quais vivências típicas da metanoia descritas pela literatura científica na abordagem da psicologia analítica puderam ser observadas nos encontros grupais;
- Avaliar se a participação no grupo, ao compartilhar experiências sobre estar na meia-idade, promove esclarecimento e aprofundamento dos temas elencados para os colaboradores.

MÉTODO

O método escolhido nesse trabalho adotou a abordagem qualitativa de pesquisa de campo. No primeiro momento, foi realizado um levantamento bibliográfico sobre o tema dentro da psicologia analítica. Em seguida, na fase de campo, optamos por formar um grupo de seis pessoas e conduzir dois encontros, para que a discussão entre os participantes pudesse ampliar e aprofundar o conhecimento e os *insights* sobre as experiências vividas na meia-idade.

Optamos pela construção de um grupo de compartilhamento de experiências embasado pelo arcabouço teórico já citado, considerando que o processo da

metanoia, inserido no processo mais amplo de desenvolvimento humano, ocorre de modo objetivo a partir dos relacionamentos com outras pessoas. Ao discorrer sobre o assunto, Johnson e Ruhl (2010) afirmam que:

Jung mostrou que a individuação tem dois aspectos. Em primeiro lugar, é um processo interior e subjetivo de integração e, em segundo lugar, é um processo igualmente indispensável de relacionamento objetivo. Nenhum deles consegue existir sem o outro. Nenhum indivíduo é um ser isolado, separado (p. 161).

Sobre o mesmo tema, Faria (2003) relata que a emergência do Si-mesmo e o ganho de consciência para o ego dependem da interação e da realidade objetiva de relacionamentos na qual esse ego está inserido. Desse modo, vemos que nessa abordagem a constituição de um grupo é um espaço privilegiado para a coleta de dados relevantes, a fim de aprofundar e atualizar os conhecimentos sobre a metanoia, uma vez que esta é um padrão comum ao desenvolvimento humano.

O grupo pode ter excelência em refletir e promover um espaço de continência para um dos pontos centrais do trabalho junguiano: a observação dos símbolos. O trabalho com o símbolo ajuda a representar esse material básico da experiência humana e transformá-lo em evolução e realização pessoal. Nesse sentido, o grupo demonstra o fluxo das dinâmicas coletivas, sem prejuízos das dinâmicas individuais.

Para formar o grupo de participantes, foi enviada por correio eletrônico uma carta convite, cujo modelo está no anexo A. Os participantes foram selecionados por meio da rede de contatos da pesquisadora, os quais replicaram o convite dentro de suas próprias redes. Os respondentes da carta passaram por uma entrevista de triagem com a pesquisadora, com o objetivo de verificar a aderência deles aos critérios de inclusão que serão mencionados adiante. O roteiro da entrevista se encontra no anexo D.

Após a realização dos dois encontros do grupo, dos quais participaram seis pessoas, mais a pesquisadora e uma observadora responsável por tomar notas do que era discutido, os participantes requisitaram encontros adicionais para aprofundamento das discussões. Porque tal demanda se coadunava com os objetivos estabelecidos de se desdobrar o conhecimento em relação ao tema, tal pedido foi atendido. Assim, dois outros encontros foram agendados. Cinco pessoas participaram do terceiro encontro e quatro puderam comparecer ao último. As faltas se deram devido a conflitos de agenda e por motivo de doença.

Os participantes assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido, referido a partir daqui como TCLE e encontrado no anexo C deste trabalho. Os encontros foram gravados em áudio, e a transcrição também está nos anexos. O conteúdo das entrevistas de triagem, também gravada em áudio, está em um CD anexado à tese.

O referencial da psicologia analítica de Carl Gustav Jung e seus sucessores foram utilizados como suporte teórico na análise dos dados da pesquisa e no manejo das intervenções realizadas pela coordenadora do grupo.

Nesse sentido, o trabalho foi também de manter uma atitude simbólica em relação aos conteúdos, imagens e sentimentos surgidos nos participantes durante o processo grupal. Como afirma Penna (2005): “A atitude simbólica busca integrar as polaridades surgidas e facilitar o processamento simbólico que permite a integração e elaboração dos conteúdos do inconsciente mobilizados pelo processo”. Dessa forma, a técnica usada para a interpretação dos dados foi o processamento simbólico arquetípico, que se inspira analogamente ao trabalho analítico. Segundo a mesma autora, “a atitude simbólica por parte do terapeuta permite a ampliação da consciência do paciente” (PENNA, 2007).

SUJEITOS

O grupo foi composto por seis colaboradores, quatro mulheres e dois homens, aqui chamados pelos nomes fictícios. Foram eles: Letícia, de 44 anos, divorciada, um casal de filhos, assistente social; Beatriz, de 46 anos, divorciada, sem filhos, assistente social e psicóloga; Paulo, de 49 anos, divorciado, três filhos, economista; Marcelo, de 50 anos, solteiro, sem filhos, publicitário; Marina, de 54 anos, divorciada, uma filha, editora; e Lara, de 59 anos, casada, uma filha, psicóloga.

Embora não tenha sido planejado na escolha dos sujeitos, verificou-se que todos os participantes já haviam passado por um processo de análise individual.

DESCRIÇÃO DOS INSTRUMENTOS

O primeiro momento do trabalho com os participantes consistiu numa entrevista individual, para a realização da triagem, contrato, leitura e assinatura do TCLE.

Além da verificação das exigências dos critérios de inclusão e exclusão, foram colhidas com os entrevistados as primeiras significações que a metanoia tinha para eles. Também foi realizada uma atividade de mobilização, para que depois elas fossem exploradas em grupo.

Após a coleta dos dados de identificação a seguinte pergunta foi colocada:

“Como se sente em relação a essa fase da vida (meia-idade) em que você se encontra?”

Critérios de exclusão:

Foi utilizado como critério de exclusão indícios de estrutura psicótica, de transtorno de personalidade *borderline* ou de dependência química, pois tais características poderiam se sobrepor aos aspectos mais relevantes e típicos da metanoia, impedindo o acesso ao objetivo final desta pesquisa.

Características do grupo:

O grupo funcionou como um grupo fechado, com seis participantes, quatro mulheres e dois homens.

Foram realizados quatro encontros no total, com duração entre uma hora e meia e duas horas cada um, com intervalo de uma semana entre eles. Os encontros foram realizados no consultório da pesquisadora, localizado a Rua Pará, 65, cj 12, Higienópolis, São Paulo – SP.

O modelo de funcionamento e manejo do grupo foi a combinação do grupo focal (BORGES e SANTOS, 2005), pois esse modelo consiste em uma técnica qualitativa com um tema claramente definido. Isso foi feito em conjunto com o

modelo de grupos vivenciais (FREITAS, 2005), pois como afirma a autora, “o grupo vivencial possibilita a dimensão psicológica em si, na medida em que é no próprio campo interacional em que ocorre a experiência” (p. 65). Ela diz ainda que este “é um método de grupo que possibilita que experiências psicológicas aconteçam e possam ser expressas e compartilhadas” (p. 66).

CAPÍTULO 1

VISLUMBRANDO O MEIO DA JORNADA DA VIDA

1. VISLUMBRANDO O MEIO DA JORNADA DA VIDA

O passar dos anos e o subsequente desenvolvimento da personalidade podem trazer vivências diversas na meia-idade. Se as pessoas nesse período da existência conseguirem, em maior ou menor grau, reconhecer e sustentar na consciência um movimento psíquico que se inicia nas profundezas do inconsciente, terão a experiência da metanoia.

Como salienta Von Franz (1988) a respeito do processo de individuação, “cada um de nós tem uma maneira particular de autorrealização. Apesar de muitos problemas humanos serem semelhantes, eles nunca são perfeitamente idênticos” (p. 164). Segundo essa autora, o aspecto mais rico e total da psique, proporcionado pelo diálogo ego-self, “pode emergir de maneira insuficiente ou então desenvolver-se de modo quase completo ao longo da nossa existência: o quanto vai evoluir depende do desejo do ego de ouvir ou não as suas mensagens” (VON FRANZ, 1990, p. 162). Para essa autora, o processo de individuação ocorre de maneira espontânea e inconsciente, mas “em seu sentido estrito o processo de individuação só é real se o indivíduo estiver consciente dele e, conseqüentemente, com ele mantendo viva ligação” (VON FRANZ, 1990, loc. cit.). Daí, apreendemos que, embora a individuação e, portanto, a metanoia, ocorram à despeito da consciência do ego, tais processos serão muito mais frutíferos por meio da participação ativa do ego.

Considerando as diferenças individuais indicadas por Von Franz, podemos pensar que a metanoia apontará uma multiplicidade de caminhos para que a vida continue a fluir, a seguir em frente ou a retroceder e mudar de direção ou até mesmo ficar paralisada, frente a uma forte resistência egoica, pois a principal característica da metanoia é emergir na consciência do sujeito de maneira a provocar intensas e diversas mobilizações emocionais.

Stein (2007) explica:

Por trás desse tumulto uma grande reestruturação está acontecendo na matriz intrapsíquica da personalidade dos indivíduos. Esta reestruturação surge nos sonhos e em outros fenômenos psicológicos, tais como visões, fantasias persistentes e uma grande dose de intuição – tudo isso um tanto obscuro, como um difuso e opaco grupo de mensagens do inconsciente (p. 39).

Sincronisticamente encontro-me nessa fase da vida e utilizo um sonho que tive aos 42 anos para ilustrar os símbolos surgidos na metanoia.

“Estou em um antiquário que ficava em uma casa antiga junto a um lugar muito arborizado. Percorro todos os ambientes da casa, olhando os móveis e objetos com bastante interesse. De repente, deparo-me com um quarto em que, no chão, há uma lápide de cimento. Descubro que estou enterrada lá. No sonho, o fato de ter duas de mim, uma viva e outra morta, não provoca nenhum estranhamento. Digo que é necessário quebrar o chão e desenterrar o caixão para abri-lo e colocar flores em cima do meu corpo morto. No enterro não haviam sido colocadas flores por sobre mim e agora eu queria consertar isso. Escolho gérbas vermelhas, laranjas, amarelas e rosas. Pago para os funcionários do antiquário fazerem o serviço. Ao abrir o caixão me vejo morta. Embora o enterro tenha acontecido já há algum tempo, eu estava exatamente igual àquela que estava viva no sonho, mas imóvel na posição de defunto, com olhos fechados. Arrumo as flores por sobre o meu cadáver. Acho que fica bonito e alegre, principalmente pelas cores. Realizar tal tarefa é prazeroso. Os funcionários fecham o caixão e cimentam a lápide. Sinto uma sensação de dever cumprido. Agora estava tudo certo, podia seguir em frente no passeio que estava fazendo.”

Descrevo este sonho como uma ilustração daquilo que a literatura vem apontando em relação às vivências simbólicas de morte e renascimento da psique na metanoia.

Stein (2007) faz uma analogia deste período com a Odisséia de Ulisses. Ele conta que esta começa com a morte do herói Heitor e a necessidade de se resgatar o corpo para fazer seu enterro. Ele interpreta essa morte no mito como o fato de que “o inconsciente se torna palpável durante a metanoia (meia-idade) por meio de símbolos, como sonhos e conhecimentos intuitivos, e isso leva ao primeiro grande desafio a ser confrontado durante a longa transição que vem pela frente: o enterro da segurança e da identidade perdidas” (p. 37).

Stein (2007) aponta ainda que a metanoia é uma fase de grande transformação da identidade. A personalidade renasce devido a essas mudanças. Mas para haver renascimento é preciso haver morte. Por isso, é muito frequente que pessoas nessa fase sonhem com a morte de alguém ou de si mesmo, relata o autor.

Refletindo sobre a interpretação dessa passagem do mito grego, compreendo que meu sonho relatado acima indicava que a heroína que havia dentro de mim, aquela identificada com o ego e com o pensamento heroico típico da juventude, estava começando a morrer, e que uma nova heroína começava a se configurar em minha consciência.

A esse respeito, Hollis (1995) afirma sobre as transformações do período: “Podemos dizer que a pessoa se encontra na passagem do meio quando o pensamento mágico da infância e o pensamento heróico da adolescência não mais coincidem com a sua vida atual” (p. 30).

Leão e Giglio (2002) também observaram o simbolismo da morte e do renascimento nas pessoas na meia-idade: “Como os ritos de passagem na nossa sociedade exigem morrer para um estado anterior, ao mesmo tempo em que acenam com um renascimento para um novo estágio” (p. 187).

Assim como Boechat (2006), que afirma: “No processo de individuação morte, renascimento e nova morte estão ocorrendo a cada instante da transformação simbólica” (p. 238).

Jung (1991) postula que um novo processo de desenvolvimento interno começa na meia-idade. E para esse autor, esta é a etapa mais importante do processo de individuação. Ele afirma: “Um ser humano certamente não viveria até os setenta ou oitenta anos se sua longevidade não tivesse sentido para a espécie” (JUNG, 1991, p. 349). Individuação é definida como um processo de diferenciação psicológica que tem como finalidade o desenvolvimento da personalidade individual. “Em outras palavras, é um processo mediante o qual um homem se torna o ser único que de fato é” (JUNG, 1987, p. 50).

Justamente a busca de sentido para a vida e a necessidade de descobrir quem se é são os aspectos que podem trazer os maiores impactos para as pessoas na metanoia. Por meio dos impulsos enviados pelo self, o centro organizador da psique, principal arquétipo do inconsciente coletivo, o ego pode ficar mobilizado por

sentimentos de depressão e estranhamento. A pessoa na metanoia começa a se dar conta de que os papéis que desempenha e a qualidade das relações afetivas não se harmonizam como antes. Percebe também oscilações em sua energia disponível para as tarefas cotidianas.

Stein (2007) afirma que longos períodos de depressão e até de desinteresse pela vida, assim como a sensação de fracasso e desilusão, medo da morte e sensação de que não haverá mais tempo hábil para “viver de verdade”, são sintomas característicos deste período.

Weber (2006) coloca que todas as tarefas que se impõem ao ser humano, tais como profissão, sustento material, sexualidade, procriação, casamento e outros tipos de relacionamentos afetivos, são trazidas à baila nessa fase.

Na meia-idade, surge uma necessidade de reestruturação em todos os papéis que a pessoa desempenha, o que traz um sentimento de abalo na identidade pessoal.

A metanoia provoca uma reestruturação da dinâmica do ego com praticamente todas as estruturas inconscientes da psique, incluindo os arquétipos e os complexos. Os arquétipos são estruturas de padrões potenciais de desenvolvimento, fonte de energia psíquica do sujeito. Todo arquétipo está ligado em um complexo de mesmo tema, presente no inconsciente pessoal.

No nascimento, o ego, que é apenas uma estrutura incipiente, está mergulhado no self. Essa estrutura coordena toda a atividade psíquica e orchestra o desenvolvimento da personalidade. Por isso, é também denominado arquétipo central e arquétipo da totalidade. Ego e self estão ligados, um nasce do outro, mas para que haja crescimento deve haver diferenciação. E é nesse processo de separação e diferenciação que o ego faz um movimento de afastar-se do self, dirigindo-se para a consciência e focando seu interesse no outro, na família e depois no social mais amplo, para promover o desenvolvimento da personalidade.

O termo persona é utilizado por Jung para descrever um arquétipo que traz o potencial para adaptação à realidade exterior e para a interação com os outros e com o mundo. A vida em sociedade é possibilitada pelo adequado desenvolvimento desse arquétipo. Só na interação com ele é que podemos desempenhar os diversos papéis que vão se constituindo como o apoio de nossa identidade.

Ulson (2006) explica haver uma correspondência contínua entre o ego e a persona. Quando o ego é rígido, temos uma persona rígida, como uma armadura que esconde o sujeito. Também se observa grande utilização de defesas obsessivas compulsivas. Já o contrário, quando o ego é frágil e imaturo, há uma tendência a se adotar posturas miméticas, na tentativa de ser aceito pelo outro que se copia.

A estruturação da persona é tarefa preponderante da primeira metade da vida. É neste diálogo com o ego que a energia psíquica é concentrada. Mas é justamente na metanoia que esse fluxo de energia começa a se inverter. Essa inversão provoca depressão, medos e fragilização.

Não só autores da psicologia analítica falam sobre as dificuldades de adaptação na meia-idade. Mori e Coelho (2002) observaram que a mudança nos papéis sociais com o transcorrer da idade é acompanhada pela desvalorização estética do corpo, que sinaliza a finitude. Essas pesquisadoras observaram que para as mulheres o processo de envelhecimento tem sido vivido como uma experiência ainda mais dolorosa. Isso se dá pelos preconceitos sociais em relação ao envelhecer feminino. Em nossa sociedade, as transformações corporais típicas do envelhecimento causam um impacto na autoimagem feminina maior do que na masculina. As autoras afirmam que essa desvalorização do envelhecer feminino potencializa o sofrimento psíquico depressivo típico dessa fase. As autoras salientam ainda um viés de nossa época, que deprime ainda mais as pessoas na meia-idade: o de negar o envelhecimento.

Uma forma para lidar com essa pressão social indesejada é apontada por Ulson (2006): “A metanoia obriga o indivíduo a olhar para si. Nessa fase de vida, a beleza da pessoa vem do interior, é uma beleza espiritual, e não da persona. É hora de abandonar as teorias e as fórmulas feitas e esquecer tudo aquilo que nos incutiram e seguir aquilo que pensamos por nós mesmos” (p. 199).

Um dos fatores que originam a depressão é a dificuldade que o adulto tem de abrir mão de uma identidade que funcionava até então, mas que apresenta sinais de desgaste. Quando uma pessoa não consegue se relacionar com os impulsos vindos do inconsciente, o ego irá reprimir esses impulsos e fará com que a persona torne-se rígida, na tentativa de negar as mudanças de personalidade.

Ulson (2006) explica que uma mudança no ego sempre repercute na persona e vice-versa. A maneira que a consciência encontrará para lidar com a angústia e a incerteza poderá ser patológica. Uma patologia frequente é a regressão da persona. É uma tentativa de abafar o processo da metanoia.

As tentativas do ego de utilizar defesas como a regressão vêm do fato de que, como afirma Whitmont (1994), “a metanoia ocorre de maneira espontânea no inconsciente” (p. 86). Não é uma escolha do ego ou da vontade consciente, assim como não é prerrogativa do ego escolher em que momento a metanoia ocorrerá. Quanto mais rígido for o ego, mais utilizações de defesas regressivas surgirão nesse período. A pessoa pode até se comportar de maneira pueril ou irresponsável ou negar a conscientização prévia dos impulsos de dissolução da persona. A questão sairá da visão da consciência, porém o equilíbrio psíquico não será o mesmo.

Jung observa que esse intenso impulso de reestruturação interna pode ser muito ameaçador para o ego e que este pode alavancar uma reconstituição defensiva da persona. A esse respeito Jung (1987) afirma que a restauração regressiva da persona leva a pessoa a recuar a uma fase anterior de sua personalidade e a se rebaixar, pretendendo ser o que era antes da experiência crítica.

Essa defesa provoca ainda maior rigidez egoica no sujeito, que então apresentará angústias ainda maiores na tentativa de se reequilibrar. O medo do novo é bem explicado por Ulson (2006), quando ele relata o impacto que os impulsos enviados pelo self a partir da meia-idade provocam:

[...] Quando o ego entra em contato com o self de forma mais intensa, o centro da personalidade se desloca do ego para este arquétipo. O ego volta-se para o centro e relativiza cada vez mais o mundo objetivo externo. A entrada em atividade de um arquétipo mais poderoso, maior e mais amplo, produz-se uma alteração radical na percepção do mundo objetivo. Esta mudança atinge não somente o ego, que muitas vezes precisa entrar em colapso e passar por processos que lembram as psicoses ou os estados *borderlines*, mas produz também grandes alterações no complexo anima-animus, na sombra, e na persona. Todas as mudanças que observamos na persona do indivíduo são reflexos de uma mudança profunda nos valores do ego após ceder o controle ao self (p. 197).

Surgem, então, nessa fase duas possibilidades: o ego pode ser assimilado e destruído pela energia do self, o que acarreta uma ruptura do ego, ou o ego é como

que iluminado por esse clarão da psique coletiva. Essa fase é, portanto, uma fase de grandes riscos, já que, por um lado, o sujeito é ameaçado com a perda total ou parcial de tudo o que construiu na vida em sua personalidade. Mas essa é também uma fase de grandes benefícios, pois se abre a possibilidade de o sujeito encontrar dentro de si aspectos essenciais para a construção de uma vida plena e carregada de sentido. As oscilações de segurança e insegurança, de certezas e incertezas são frequentes nesse período.

Na metanoia há um embate entre ego e self. Esse movimento não é idêntico em todas as pessoas. Para uns pode ser gradual e pouco perceptível, já para outros ocorre de forma abrupta e intensa. No caso de um ego frágil e mal estruturado, o risco de ruptura egoica é muito grande. No caso de um ego flexível, com boa capacidade de adaptação aos impulsos do inconsciente e, ao mesmo tempo, às demandas da realidade externa, a metanoia intensifica um diálogo com o self, que será extremamente valioso para toda a vida.

Também Boechat (2006) alerta para os riscos desta fase:

Raciocinando dentro do modelo de individuação, podemos perceber que a intimidade do ego com o arquétipo do self é acentuada em todos os momentos de transição, nos quais há um alargamento, digamos, do eixo ego-self por um afluxo de libido intensificado. Esta ativação leva a estados de crescimento do ego para nova adaptação, mas é comum encontrarmos verdadeiros estados psicóticos transicionais pela forte ativação do inconsciente e o ego não se encontrar suficientemente equipado para a confrontação necessária (p.236).

O autor afirma que, apesar das dificuldades encontradas pelas pessoas no enfrentamento dessas dinâmicas na metanoia, o ego sente um desejo irresistível de atender ao chamado do self. Tudo o mais se torna secundário nesse período, no qual as determinantes da persona, que eram imperativas nas adaptações do indivíduo ao social, tornam-se mesmo secundárias. As adaptações agora serão muito mais com o mundo interno do que com a realidade externa.

As pessoas nesta fase começam a se dar conta de que não são mais aquilo que eram e sentem-se insatisfeitas com a vida. Muitas vezes passam por momentos de desvalorização das conquistas que obtiveram até então. Isso decorre da necessidade de novas conquistas e rearranjos de cada aspecto da vida. É uma fase

de tristezas, lutos e de incertezas, mas também de ativação do potencial de mudança.

Stein (2007) afirma que, após a separação da identificação com a persona, o indivíduo entra numa segunda fase da metanoia, a qual ele chama de fase liminar. Esse momento provoca como que uma flutuação do ego: aspectos até então reprimidos, que estavam contidos na sombra, passam a reivindicar seu espaço na consciência. O ego é incapaz de se identificar inteiramente com uma autoimagem que havia se formado no passado. Na situação de limiar, ocorre a perda da defesa heroica. Isso provoca uma série de sintomas, como um exagerado grau de vulnerabilidade a questões emocionais vindas de dentro ou de fora, mudanças de humor repentinas, além de se alterarem sentimentos de ganhos e perdas de confiança.

Kast (1992) atribui a isso um choque com a realidade e uma conscientização entre o possível e o impossível de se fazer na vida. Se antes o jovem se sentia invulnerável, o adulto começa a reconhecer seus limites. Estes não serão rígidos, mas dilatáveis, porém não ao infinito.

Todo este quadro pode trazer momentos de grande insatisfação com a vida.

Assim como são realizadas inúmeras pesquisas e propostas de intervenções para trabalhos voltados para a população adolescente, em que são focadas as insatisfações existenciais e as dificuldades de adaptação dessa faixa etária, existem muitas pesquisas e trabalhos de intervenção para a população idosa com foco na depressão na velhice e mesmo com a qualidade de vida na terceira idade. Sem dúvida, essas duas fases exigem e merecem cuidados e atenção psicológica. Mas a meia-idade tem a mesma necessidade de atenção psicológica, pois é também uma importante fase de transição da vida e necessita de cuidados psicológicos específicos.

Otta e Fiquer (2004), em sua pesquisa realizada com a população brasileira, verificaram que os idosos se consideravam menos nervosos do que as pessoas de meia-idade e mais satisfeitos com a vida do que os jovens, adultos e pessoas de meia-idade. Esse trabalho comprova a grande necessidade de cuidados psicológicos que os adultos requerem.

A posição do meio da vida pode lançar o sujeito em uma gangorra. A pessoa se pergunta se está velha demais para determinada coisa ou nova demais para outras. É que nessa fase os arquétipos puer e senex estão ambos mobilizando o ego. Essa tensão entre esses dois opostos pode ser bastante criativa.

Jung (1989), em seu livro *Memórias, sonhos e reflexões*, que ele iniciou em 1957, já aos 82 anos, ressalta a importância fundamental da relação entre os contrários, pois coloca que sem a tensão entre os opostos não há progresso nem vida saudável.

Monteiro (2008) salienta que no processo de individuação não pode ser esquecido o eixo puer-senex ou criança-velho. Se um desses polos ficar inconsciente, aumentará a tendência de projetar e invalidar o que não pertence ao seu dinamismo. Esse autor diz ainda que metanoia é exatamente a integração e transformação e não uma exclusão.

Se o indivíduo, no processo de transformação da metanoia, se opuser ao funcionamento na consciência de algum desses dois arquétipos, ficará amputado de qualidades que ajudam a sustentar a saúde emocional. Por isso, aos aspectos positivos do puer, tais como espontaneidade, curiosidade e liberdade, devem se somar os aspectos positivos do senex, como compreensão e sabedoria.

Se os aspectos do polo puer não permanecerem articulados à consciência, a pessoa a partir da meia-idade apresentará rigidez e negatividade.

Monteiro (2008) afirma que com a integração puer-senex a pessoa adquire capacidade de ser mais plena de si, de buscar articular o fazer, o sentir e o pensar. Ela desenvolve a capacidade de deixar que a energia flua de modo mais natural, com maior capacidade de aceitação das coisas, pessoas e acontecimentos. Ao dialogar com o self e com os arquétipos do puer e senex, o indivíduo na metanoia pode interagir mais pela busca de verdades do que pela necessidade de certezas e pode deixar de ser dogmático.

Essa articulação entre as polaridades do puer e do senex só é possível a partir da meia-idade. Ela traz consciência da passagem e do valor do tempo, inclusive do uso do tempo de maneira mais saudável e equilibrada. Um exemplo disso é que nessa fase o fato de se gastar todo o tempo exclusivamente com o

trabalho começa a ser questionado. A pessoa percebe que tem menos energia para isso. Mas a metanoia é mesmo um período de transformação da energia.

Pieri (2002) relata que o termo “transformação” é utilizado na psicologia analítica para designar a mudança na qualidade da energia psíquica. Diferente da adaptação, que simplesmente lança mais ou menos energia para um dos polos da psique, a transformação exige que a energia seja utilizada de maneira equilibrada e criativa.

A pessoa na metanoia sente-se com menos energia para repetir os velhos padrões de comportamento que utilizava até então, mas pode se sentir extremamente energizada para readministrar seu tempo e desenvolver novas atividades.

Também Brennan e Brewi (1991) atentam para a questão do lazer na meia-idade:

A fim de sermos adultos, precisamos manter nossa habilidade de brincar e de abrigar em nós uma atitude lúdica diante da vida. Precisamos ser diligentes e sérios em relação ao conservar períodos de tempo para o divertimento, bem como para conservarmos nossa atitude lúdica uma vez que nossa cultura não nos fornece o apoio necessário para tanto (p. 137).

A chamada fase de flutuação do ego na metanoia exige esse tempo livre. Na verdade, é um tempo para o diálogo ego-self emergir. Só assim a pessoa entrará em contato com sua criatividade original. Se isso não ocorrer, a meia-idade acaba sendo apenas um período de perdas e luto. Porém, somadas às perdas acarretadas pelas desidentificações necessárias ao crescimento, uma série de integrações também podem ocorrer.

Cito Brehony (1999) para falar da importância do desenvolvimento da criatividade neste período: “(...) é na meia-idade que tantas pessoas se sentem compelidas a se exprimir de maneiras que nunca haviam tentado antes, ou então a recuperar métodos que foram deixados para trás, a serviço das responsabilidades do ser adulto” (p. 339).

Ainda Brehony (1999):

As palavras criar e criativo provêm do latim *creare*, que significa ‘levar a crescer, levar avante, criar ou produzir’[...] A criatividade é uma atitude diante da vida, uma maneira de expressar a realidade

interior, trazendo-o para o nosso mundo exterior. Ela inclui inovação, novas perspectivas, paixão, humor, ludicidade, alegria e inspiração. Viver uma vida fluidamente criativa enriquece a tessitura da existência (p. 339).

Somente com a articulação dos dois polos dos arquétipos puer e senex é possível ter energia necessária na consciência para se realizar criativamente. A integração psicológica é um processo de elaboração que se dá quando o indivíduo se liberta das polaridades pela conscientização dos polos opostos. Ele deixa de ter uma identificação inconsciente com um dos opostos e se torna flexível para equilibrar os potenciais de cada polo, sem se aferrar a nenhum deles. Assim também o verdadeiro potencial de realização só acontece por meio da abertura do ego para as demandas enviadas pelo self, pois o contato com os conteúdos do self é que revela nossa real capacidade de realização.

Essa realização nada tem a ver com a inflação do ego, pois esta se reflete na persona e produz indivíduos soberbos e orgulhosos, que segundo Ulson (2006), “cedo ou tarde, acabam se chocando com a realidade e caindo numa inflação negativa” (p. 197). O autor ainda alerta para o perigo dessa patologia, dizendo que esses estados podem chegar a ser tão intensos que levam a uma ruptura com a realidade, sendo possível que levem até a uma psicose, como, por exemplo, o transtorno bipolar. A pessoa funciona de maneira pendular e nunca consegue se beneficiar com o equilíbrio proporcionado pelo contato com o self. Diante de tantas questões existentes no meio da vida, diversos autores afirmam a necessidade de intervenções psicológicas para essa população, a fim de diminuir os sofrimentos e garantir um bom desenvolvimento nessa fase.

Mori e Coelho apontam para a relevância do trabalho com grupos terapêuticos com essa população em dois artigos. Em um deles, está dito:

Segundo nossa experiência profissional com mulheres de baixa renda no serviço público de saúde, as intervenções clínicas nestes espaços podem resultar em benefícios para as participantes, contribuindo para que a vivência da meia-idade se torne um momento de vida menos sofrido e mais criativo. Conhecer e trocar sua experiência com outras mulheres inseridas num contexto sociocultural semelhante e que também estejam vivendo as demandas da meia-idade pode ajudar no acolhimento do sentimento de solidão e estranheza (MORI e COELHO, 2004, p. 186).

No outro, eles afirmam, a respeito de suas pesquisas com grupos terapêuticos focais:

[...] Ações psicoeducativas, como grupos terapêuticos, também auxiliam na elaboração do sentido da experiência vital e na reorganização criativa e positiva da personalidade. Este tipo de tratamento de cunho preventivo tem contribuído, assim, para a redução do estresse e para um melhor enfrentamento das demandas do envelhecer (MORI e COELHO, 2002, p. 45).

Os estudos desses autores mostram que a intervenção grupal contribui para que a passagem pela meia-idade seja vivenciada como crescimento pessoal: “A participação em grupos terapêuticos e psicoeducativos cresce em importância na medida em que permite à mulher, por meio do compartilhamento de experiências, a ressignificação dessa etapa da vida” (MORI e COELHO, 2002).

Marraccini (2002) também aponta para os benefícios do trabalho em grupo com mulheres na meia-idade. Descreve que o grupo proporcionou o compartilhamento de experiências, fazendo com que as colaboradoras de sua pesquisa saíssem de uma condição passiva de serem simplesmente informadas sobre quais poderiam ser os problemas e preocupações dessa faixa de idade para um papel de compartilhamento da fala e da escuta. A autora relata: “O trabalho em grupo e o processo individual caminham em paralelo, ajudam a construir identificações e abrem caminho para muitas elaborações. Pessoas tão diferentes umas das outras percebem que há vivências muito semelhantes e o objetivo comum de aprofundar seus sentimentos, angústias e conflitos” (MARRACCINI, 2002, p. 81).

A respeito da importância do grupo e do trabalho psicológico com grupos, salientamos a visão da psicologia analítica sobre como esse tipo de trabalho pode ser valioso com pessoas na metanoia.

Compreende-se o grupo a partir da perspectiva de Héstia, a deusa grega da interioridade. Sendo o contato com o mundo interno a vivência mais mobilizadora da metanoia, discorrer sobre esse tema enriquece as reflexões desta pesquisa.

O funcionamento psicológico de introversão simbolizado por Héstia é bastante conhecido, mas observá-lo nas dinâmicas grupais é algo bastante inovador, pois esse funcionamento é tão grupal quanto individual.

A presença de Héstia (a observância de seu funcionamento) evita que o grupo fique empobrecido ou em constante ameaça de ruptura ou que permaneça um grupo fixado, que não permite crescimento e transformação de seus membros.

Héstia, que dá sentido a si mesma, quando bem desenvolvida no mundo intrapsíquico do sujeito, faz com que este se torne sua mais deliciosa companhia. É também ela que possibilita o desenvolvimento do sujeito em grupo e o desenvolvimento do próprio grupo.

Os princípios básicos para a construção de um *setting* analítico grupal adequado para indivíduos que se encontram no período de vida denominado metanoia por Jung são elaborados a seguir.

Jung via o grupo como potencialmente perigoso, como se o sujeito ficasse desapropriado de si mesmo, envolvido e contaminado pela massa. Mas grupo não é massa, e Zinkin (1998) atesta a validade do trabalho em grupo. Coloca que por meio da construção de um *setting* analítico adequado, o trabalho de grupo descola-se do perigo de perda de identidade e torna-se uma possibilidade/ferramenta de facilitador do processo de individuação de seus membros participantes.

Nesse sentido, a dinâmica representada por Héstia traz ferramentas importantíssimas para a construção deste *setting*, como, por exemplo, acolher qualquer imagem, acolher as diferenças e promover inclusão, permitindo assim que surja aquilo que cada um é sem estranhamento, por meio de imagens suscitadas no decorrer do processo grupal. Isso só pode ocorrer por intermédio do “ambiente” proporcionado por Héstia.

Freitas (2005a) descreve as características de um ambiente dotado das características de Héstia: “Quente, acolhedor, confortável e tranquilo”; “Espaço redondo e dentro dele tudo cabe”; “Pode-se devanear sem se perder”; “Estado contemplativo, aquietado”; “Imagens, ideias e sensações acabam surgindo. Elas põem-se a dançar junto com as chamas, à vontade e com leveza, e nos convidam a olhar para elas, vendo-as ou não, até que uma ganhem em nitidez e se apresentem com mais insistência”.

A partir desse ambiente “Héstia” e da teoria de C. G. Jung, Freitas (2005b) desenvolve o trabalho de grupos vivenciais. A autora explica:

O trabalho com grupos vivenciais consiste na criação de um campo interacional específico, no qual se relacionam forças dinâmicas que põem em contato todos os participantes e, simultaneamente, encarregam-se do estabelecimento de uma coesão tal que se torna possível falar numa consciência grupal, numa sombra grupal e em símbolos grupais. É o campo simbólico constelado que acolhe e conduz ao conceito de self grupal (grifo meu).

Ainda citando Freitas (2005b):

Self grupal expressa algo intrinsecamente associado à deusa Héstia: um lugar, num sentido que transcende o físico, de repouso, acolhimento, interação, pertinência, devaneio, criação de sentido, meditação e surgimento de imagens. O verbo preponderante neste lugar é “estar”. Mais do que fazer ou ser algo, trata-se de simplesmente estar e deixar que as coisas aconteçam (grifo meu).

Na metanoia, diversos impulsos originados da atividade do self são lançados à consciência, e esse movimento intrapsíquico faz com que a pessoa tenha sentimentos de estranheza e fragilização. Ela sente sozinha quando na verdade não está só, pois é um processo típico do desenvolvimento da consciência.

Sentimentos de perda de seu porto seguro, medos de que esse material que surge vá destruir tudo que foi construído até então e a consequente repressão de tal material são frequentes. Porém, tais atitudes só geram patologia no sujeito.

O grupo vivencial, pelas características descritas acima, mostra-se como um *setting* extremamente adequado para o trabalho com as pessoas que atravessam a metanoia, uma vez que permite que imagens, impulsos, reconhecimento de necessidades (as forças dinâmicas) possam emergir, pois é um espaço de continência para isso e ajuda a criar sentido e pertinência no grupo e no sujeito.

No trabalho com grupos vivenciais de abordagem junguiana, sujeito e grupo ficam preservados. Um complementa e transforma o outro.

Zinkin (1998) ressalta que é possível a preservação das mesmas possibilidades que se tem no trabalho individual e determina que, reconhecidas as diferenças, pode-se observar que há suficientes semelhanças para que a individuação tenha lugar no grupo. Novamente Héstia – que acolhe semelhanças e diferenças – entra em ação como modelo para o manejo do trabalho do orientador do grupo.

O trabalho com pessoas na meia-idade e que estão vivenciando a metanoia exige como atributo a seguinte tríade: diferenças respeitadas, semelhanças reconhecidas. Isso leva a um trabalho facilitador do processo de individuação.

A riqueza de fazer um trabalho em grupo neste período é de se poder reconhecer que é um processo coletivo, é reconhecer “normalidade”, melhor dizendo, observação daquilo que é típico do ser humano em desenvolvimento – não se está louco, não se é fraco, mas se é humano.

O grupo permite ainda perceber que turbulências, tais como incertezas, fragilizações e súbitos momentos de força e inspiração, fazem parte do desenvolvimento. Permite, principalmente, compreender que toda a instabilidade do período pode ser muito criativa e construtiva. O self grupal constelado no processo proporciona a utilização da criatividade dessa fase, por meio das trocas entre os participantes.

Mas a riqueza proporcionada pelo trabalho grupal só ocorre se este for conduzido de maneira adequada, ou seja, se for constituído um *setting* que conduz à individuação das pessoas do grupo.

O modelo de Foulkes (apud ZINKIN, 1998, e ZIMERMAN, 2000) me parece, nesse sentido, adequado para este trabalho, pois ele propõe a análise do grupo pelo grupo.

Zimerman (2000) destaca uma característica de grupo terapêutico para Foulkes: o grupo em si como principal instrumento terapêutico. Foulkes acredita na possibilidade de o grupo promover verdadeiras mudanças caracterológicas nos indivíduos. “A introdução de sua concepção de matriz grupal, a qual define como o fenômeno de que o grupo como um todo forma uma matriz, qual uma mãe que gera em seu seio processos novos, diferentes daqueles experimentados no passado por cada um dos participantes” (Foulkes, apud Zimerman, 2000). Este autor descreve ainda o processo de ressonância, dizendo:

[Ele] consiste no fato de que um determinado fato significativo trazido por um paciente ressoa nos demais também de forma significativa, porém de acordo com o momento psicológico de cada um dos demais, estabelecendo uma comunicação inconsciente entre todos.

As dinâmicas grupais descritas por Foulkes se alinham ao modelo junguiano de psique, no qual através do inconsciente coletivo há uma comunicação entre as

peessoas, que se influenciam mutuamente. Essa influência existe dentro do self grupal e, por isso, o desenvolvimento das pessoas dentro do grupo vivencial é alimentado pela interação de seus membros.

Nesse sentido, Foulkes compara a situação de grupo e a de uma sala de espelhos, onde cada indivíduo pode entrar em contato com os seus aspectos psicológicos e sociais que estão refletidos nos demais do grupo.

Sobre o manejo do trabalho de grupo, Zinkin (1998) explica que a matriz produz múltiplas transferências e contratransferências entre grupo, incluindo o orientador, e fala que a transferência e a contratransferência numa análise não estão “confinadas às fantasias inconscientes do analista e do paciente, um em relação ao outro, mas existe também um jogo de fantasias inconscientes de ambos para o *setting*.” Muitas vezes, essa transferência é mais importante que a dirigida ao analista.

Novamente podemos observar a riqueza do trabalho em grupo para proporcionar autoconhecimento e reconhecimento do que é coletivo e social. No grupo, cada indivíduo percebe que seus símbolos não são apenas seus, mas também são coletivos. Esse tipo de trabalho de grupo permite ainda que os participantes sejam ativos na construção do *setting* e, de maneira análoga, ativos na construção de seu processo de desenvolvimento e ampliação da consciência.

Ainda afirma Zinkin (1998) que o que se requer não é ver o grupo acima do individual, mas ver o grupo e o individual como dois lados da mesma moeda. São opostos como masculino e feminino, e nenhum pode ser entendido sem o outro.

É nesse encontro dos contrários – que na verdade se complementam, como feminino e masculino, interno e externo – que se sobressai a importância do trabalho em grupo numa fase como a metanoia. Essa é, por excelência, a fase de confrontação e união dos opostos, de diálogos mais profundos entre ego e self, de confrontação entre sombra e persona e de equilíbrio entre puer e senex.

Zinkin (1998) aponta ainda para a alquimia como uma das ferramentas do trabalho de grupo; mais especificamente com o processo de *coniunctio*. Ora, metanoia é, por excelência, um processo de *coniunctio*, que pede integração. *Coniunctio* é um processo que simboliza integração, como na união de opostos.

Edinger (1990) relaciona *coniunctio* à união de opostos, apegos grupais, família, piedade ancestral; sociedade, interesse social, Eros, cola, pacto; comunidade, identidade coletiva e participação mística; conexões, associações, analogia; bem como a cordões, fio orientador, *religio* (religação).

Coniunctio é, portanto, alteridade. Porém, precisamos estar atentos ao fato de que, mais especificamente, é a *coniunctio* superior que pode proporcionar alteridade. Sendo a *coniunctio* inferior uma união ou fusão de substâncias que ainda não se encontram completamente separadas ou discriminadas, ela é sempre seguida pela morte ou *mortificatio*. Na metanoia, há uma morte da persona, mas para que nasçam novas personas e também novos funcionamentos egoicos. Então, faz-se necessário um processo de *coniunctio* superior no grupo vivencial com pacientes nessa fase, caso contrário, o risco de o ego identificar-se com o grupo ou a coletividade, o risco de contaminação e indiferenciação é grande.

Nesse caso, perderíamos a ressonância descrita por Zinkin e o freio proporcionado por Héstia, que impede que Poseidon inunde com emoções primitivas todo o processo grupal.

Edinger (1990) descreve que na alquimia o material (a *prima materia*) é transformado por meio de inúmeros processos, mas por meio de ação recíproca de sua própria identidade, como agente e paciente, alternando-se para melhorar. Acredito ser esta uma boa descrição do processo psíquico de cada pessoa participante de um grupo vivencial conduzido pelo orientador dentro de um *setting* caloroso, continente e adequado.

Queroz e Néri (2005) também demonstraram em pesquisa sobre bem-estar psicológico na meia-idade e velhice que o conhecimento de si mesmo contribui para o fortalecimento na construção de recursos internos e que estes podem promover o bem-estar, na medida em que o indivíduo tem condições de administrar os próprios sentimentos e comportamentos.

Cupertino, Rosa e Ribeiro (2007) ressaltam a carência de estudos na área do desenvolvimento adulto:

O envelhecimento saudável e suas multidimensões durante o curso da vida são temas amplos e pouco estudados, visto que muito se investiga sobre o envelhecimento patológico e suas repercussões em diversos campos da vida do sujeito. A partir da coleta de dados sobre

as perspectivas de envelhecimento saudável propostas pela literatura e, em especial pelo público alvo, é possível haver uma maior integração e discussão sobre as possibilidades e características do que se considera como envelhecimento saudável (p. 85)

A Psicologia deve, portanto, se preocupar com os diversos aspectos emocionais do envelhecimento, desde as patologias até as possibilidades construtivas da passagem do tempo, visão ainda pouco explorada nos estudos científicos.

Esta pesquisa se constitui com o objetivo de investigar quais processos da transição da meia-idade estão presentes na atualidade, visando averiguar junto aos participantes do grupo de coleta de dados quais sofrimentos emocionais surgem neste período e que possibilidades de crescimento da metanoia são observadas nos encontros.

CAPÍTULO 2

METANOIA: NEUROSE E DESENVOLVIMENTO DA PERSONALIDADE

2. METANOIA: NEUROSE E DESENVOLVIMENTO DA PERSONALIDADE

*Em meio da jornada achei-me numa floresta escura,
tendo perdido a verdadeira estrada.
Dante, O inferno*

Sharp (1990) compreende a crise da metanoia como um dinamismo do inconsciente, cujo objetivo é forçar a pessoa a ingressar em um novo nível de consciência. Entende essa crise como uma neurose, e a neurose como pré-requisito para o processo de individuação. Ele reforça essa ideia ao afirmar: “Um colapso nervoso é o prelúdio necessário para um modo de vida mais significativo e satisfatório” (p. 12). As ideias propostas por Sharp carregam consigo duas questões básicas: que a metanoia produziria desconforto ou até sofrimento emocional e que enseja a possibilidade de melhora na qualidade de vida.

Este autor chega a definir a crise da metanoia como um tipo de desintegração da personalidade e aponta tal experiência como “a possibilidade de encontrar significado naquilo que de outro modo seria sofrimento sem sentido” (SHARP, 1990, p. 13). Ele acredita que essa compreensão leva a uma oportunidade de iniciar nova vida, ao contrário do sentimento de se estar no fim dela.

Jung (2002) define neurose como desunidade da pessoa consigo mesma e atribui ao processo de individuação o movimento consciente em direção à inteireza psicológica. Para ele, a neurose não é apenas determinada por conflitos e dificuldades de desenvolvimento infantis. Ele diz sobre isso: “O desenvolvimento não continua mais através da dissolução dos laços infantis, da destruição das ilusões infantis e da transferência das imagos para novas figuras: ele prossegue através do problema dos opostos” (JUNG, 1987, par. 88, grifo meu).

Um dos diversos pares de opostos que podem se manifestar na fase adulta é a relação entre passado e futuro, tal como Jung a apresenta: “A vida também é amanhã; só compreendemos o hoje se pudermos acrescentá-lo àquilo que foi ontem e ao começo daquilo que será amanhã” (JUNG, 1995, p. 38). Essa afirmação explica a ideia junguiana de que, na fase adulta, fica ainda mais intensificada a questão de

que os sintomas neuróticos, além de efeitos de causas passadas, são também tentativas de uma nova síntese da personalidade.

Pensando que a crise da metanoia pode ser observada também do ponto de vista da neurose, as observações feitas pelo autor em *Psicologia do inconsciente* aprofundam a questão. Jung (1995) acredita que algumas neuroses só aparecem na fase adulta e que outras se agravam nessa fase, chegando inclusive a incapacitar a pessoa para o trabalho. Embora a pessoa tenha desenvolvido diversos aspectos de sua vida, tais como escolaridade, carreira, casamento e vida social, na maturidade a atitude consciente mantida até então entra em colapso. Ele acrescenta ainda que tal colapso não poderá ser tratado apenas pela conscientização das fantasias infantis e pela elaboração da dependência dos pais reais e imaginados, no sentido de a pessoa reconhecer aquilo que foi introjetado dos pais e passou a pertencer a seus próprios complexos. Ela também não poderá simplesmente projetar em outras figuras, de autoridade ou não, suas questões interiores, como acontece com os jovens.

Para Jung (1995), o adulto, tendo realizado com maior ou menor dificuldade, com maior ou menor satisfação, boa parte de sua trajetória, irá se deparar com o fato de que:

(...) o que antes significava para ele progresso e satisfação não passa de engodo, restos de ilusão infantil. Olha para tudo isso com um misto de desencanto e inveja, porque à sua frente só se descortina a perspectiva da velhice, o fim de todas as ilusões... Todas as ilusões que projetou no mundo e nas coisas retornam a ele, pouco a pouco, cansadas, desgastadas. A energia de todas essas relações lhe é restituída e entregue ao inconsciente, onde vivifica tudo quanto até então deixara de desenvolver.

Essa parece ser uma questão fundamental da metanoia. Porém, se os conflitos originários do passado ainda não foram até certo ponto elaborados ou pelo menos confrontados pela consciência, talvez surjam mais dificuldades para que haja na meia-idade a percepção da tensão dos opostos. Raciocinando pelo ponto de vista energético, o processo de individuação ocorreria com fluidez. Contudo, o próprio Jung (2000) pondera: “(...) o racionalismo da consciência é um empecilho para a transformação pacífica da energia, pois a razão se coloca sempre de um ou de outro lado, com o fim de evitar sua intolerável antinomia: aferra-se convulsivamente aos

valores por ela uma vez escolhidos” (par. 47). Acreditamos que este pode ser um dos motivos da metanoia ser vivenciada de maneiras tão diferentes pelas pessoas.

Sharp (1990) determina que somente após o estabelecimento de um ego firme é que se pode manter na consciência a tensão que surge de um conflito interno. Essa afirmação faz pensar que personalidades mais regredidas, ou seja, mais presas a modos de funcionamento infantis ou adolescentes teriam mais dificuldade de serem mobilizadas pela tensão dos opostos. Contudo, personalidades excessivamente apegadas a um funcionamento adulto, mas com certa rigidez, também podem se utilizar de defesas para não manter a tensão dos opostos na consciência.

Manter a tensão dos opostos requer o reconhecimento consciente dos conflitos, deixar-se mobilizar por eles e, a partir daí, produzir passo a passo uma síntese e a construção de um novo modo de funcionamento.

O que pode mobilizar a psique das pessoas na meia-idade? A resposta, sem dúvida, são as mudanças sociais que se impõem frente ao envelhecimento, com as transformações nos diversos papéis e no valor que a sociedade dá para o indivíduo que envelhece. No mundo ocidental, em que aparentemente só a juventude é valorizada, essa questão da realidade externa pode ser um fator provocador para o início das intensas mobilizações da metanoia.

E, ainda, quais são os fatores que podem determinar que uma pessoa tenha uma crise de meia-idade enquanto outra, talvez em circunstâncias igualmente difíceis, não a tenha? A resposta de Jung é de que a psique individual conhece tanto os seus limites como o seu potencial. Se os primeiros são excedidos ou o segundo não é realizado, ocorre o colapso. A própria psique age para corrigir a situação (SHARP, 1990).

Situações como as descritas acima configuram uma neurose, mas Jung considera que esta contém os valores que faltam à consciência do indivíduo. O autor diferencia as possibilidades de saída da neurose para os jovens e para os adultos da seguinte forma: “Na segunda metade da vida o desenvolvimento da função dos contrários, adormecidas no inconsciente, significa renovação da vida” (JUNG, 1995, par. 91). É a oposição de conteúdos apresentados à consciência que possibilita o

funcionamento da autorregulação, levando ao autoconhecimento e ao equilíbrio da personalidade.

Uma característica marcante do funcionamento da tensão dos opostos é o surgimento do símbolo, que carrega a energia psíquica necessária para que o ego elabore essa tensão.

Sharp (1990) atribui à perspectiva finalista da psicologia analítica, que se atém a questão do desenvolvimento futuro da personalidade, a condição para transformar as histórias de vida do sujeito em meios para chegar a um fim, observando as expressões simbólicas do caminho a seguir.

Quais seriam as expressões simbólicas típicas da metanoia? Seria a cura da dissociação, da falta de diálogo com o self? Sabemos que “cura” em psicologia é algo inexato, por ser mais uma busca constante de integração e elaboração do que um estado emocional estático e definitivo.

Penna (2005) afirma que a linguagem é um meio promotor de cura. Relaciono cura à metanoia, pois esta não é uma doença a ser curada. Embora muitas vezes seja citada na literatura como crise de meia-idade, ela não é uma série de sintomas que precisam ser simplesmente eliminados.

Barcellos (2006) relata que a palavra cura vem do latim e que significa mais do que curar-se, no sentido de restabelecimento da saúde. Ela também está relacionada com aquilo que se faz com os alimentos. Segundo o autor, este é o sentido de sazonalidade, processo que deixa algo pronto ou amadurecido. Sazonar também contém o sentido de temperar, dar sabor agradável a alguma coisa. Cura seria, para ele, o processo de algo que com o tempo chega ao seu amadurecimento ou que se restabelece através de sua maturação. Ele ainda acrescenta que a maturação da emoção depurada em reflexão, como cura, é o que tempera e o que dá sabor à existência.

A metanoia ocorre pela exposição da vida do indivíduo ao tempo. É a passagem do tempo que, nesse caso, tem o potencial para despertar desconfortos, anseios, alegrias e novos significados para a existência pessoal.

No dicionário Houaiss o substantivo “sazão”, de onde se origina sazonalidade é referido em seu sentido figurado como ocasião favorável,

oportunidade, ensejo. Esse passeio pelos significados da palavra cura carrega uma série de símbolos cruciais para a metanoia, pois este pode ser um período de vida carregado de oportunidades de transformação.

Transformação não pode ocorrer sem a questão da adaptação. O processo de individuação não ocorre sem essas duas dinâmicas. O termo adaptação, como ressaltam Samuels, Shorter e Plaut (1988), deve ser distinguido do conformismo, pois se refere ao equilíbrio das necessidades tanto do mundo interno quanto do mundo externo.

Jung (1991) explica que as adaptações ao mundo externo referem-se à relação da pessoa com as condições do meio ambiente, bem como aos juízos conscientes que a pessoa formula sobre as coisas objetivas. Por adaptação ao mundo externo ele entende como “as ocorrências que se impõem às percepções internas a partir do inconsciente, independentemente do juízo consciente e às vezes até em oposição a ele” (JUNG, 1991, par. 1086).

O ato de adaptação é prejudicado quando o indivíduo fica fixado exclusivamente em um dos polos: interno ou externo. Mas essa fixação pode provocar um represamento tão grande de energia que o ego será lançado ao polo oposto e surgirão fantasias mobilizadoras. Jung (1991) considerava que a adaptação jamais é atingida de uma só vez. A ideia junguiana de que a vida traz um constante fluxo implica no fato de que as pessoas se deparam sempre com a necessidade de novas adaptações.

A pessoa tem maior capacidade de adaptação quando desenvolve maior capacidade de conscientização das diversas características de seu mundo interno, lembrando que partes distintas da psique promovem exigências de desenvolvimentos de potenciais muitas vezes conflituosos entre si. Sustentar essas exigências na consciência e manter as exigências da realidade externa também como foco de atenção seria uma das tarefas da maturidade, quando esta é vivenciada no processo da metanoia.

Essa seria a crise da metanoia na atualidade? A realidade externa na atualidade não é fixa e lenta em suas transformações. Vivemos num período histórico de constantes transformações sociais e políticas, bem como de desenvolvimentos tecnológicos que influenciam a velocidade de tais mudanças. A

pessoa na meia-idade se depara com esse mundo em transformação, que obriga o desempenho de diversos papéis sociais. Ao mesmo tempo, ela vive um movimento interno que chama para a integração e para desenvolvimentos subjetivos.

Sendo a função transcendente um aspecto da autorregulação da psique, uma pessoa que não apresenta nenhuma reação à passagem da meia-idade estaria simplesmente reprimindo um dos lados do conflito?

Jung novamente provoca uma reflexão. Nas definições encontradas em *Tipos psicológicos*, ele esclarece: “A total paridade dos opostos atestada pela absoluta participação do ego em ambos leva à suspensão da vontade”. Mais adiante, ele afirma: “Como a vida não pode tolerar uma paralisação, segue-se um represamento da energia vital” (JUNG, 1991, par. 824).

Jung conclui que esse represamento provoca uma regressão da energia psíquica, que por sua vez ativará a função transcendente. Podemos pensar que mesmo frente a uma repressão contínua do contato com os opostos a psique, por meio da função transcendente, procurará compensar essa unilateralidade e mobilizará a tensão dos opostos, no sentido de construir um termo médio no qual os opostos possam fluir.

Uma pessoa adulta, que já enfrentou com maior ou menor sucesso o desligamento dos complexos parentais e das posições infantis ilusórias por meio de sua jornada existencial, construindo carreira, trabalho, relações afetivas, prosperidade financeira etc., estaria mais propensa a olhar para a tensão dos opostos, uma vez que essa tensão é contínua? Ou, ao contrário, as defesas estariam mais acirradas, pois existe uma adaptação confortável presente? Por outro lado, uma pessoa adulta que ainda não tenha conquistado aquilo que Jung chamava de tarefa da juventude e da fase adulta inicial não estaria também sendo desafiada pelo funcionamento da autorregulação da psique a enfrentar o conflito dos opostos?

A cultura contemporânea é firmada na velocidade da resolução de necessidades individuais. Somos uma sociedade líquida moderna voltada para a fluidez, que traz um ritmo destrutivo-criativo e o medo de ficar defasado (LYPOVETSKY, 2004; BAUMAN, 2005).

O indivíduo na metanoia, lançado nas questões da contemporaneidade, fica ainda mais mobilizado frente à necessidade de integração do eixo ego-self, ego-

puer-senex e ego-arquétipo da vida-arquétipo da morte, necessitando tanto de profundidade quanto de agilidade emocional para seu desenvolvimento. A antiga estabilidade na vida social, que implica em conquistas tais como carreira profissional e relacionamentos afetivos como o casamento, temas que Jung creditava à primeira metade da vida, hoje se apresenta sob formas diferentes, devido à fluidez do mundo do trabalho e dos relacionamentos afetivos. Se na época de Jung sua afirmação de que a vida traz um constante fluxo, necessitando sempre de adaptações egoicas, revelava basicamente as interações com o inconsciente, hoje revela também essa fluidez da sociedade. Para se alcançar ricas transformações na personalidade, as pessoas na meia-idade se deparam com contínuas necessidades de conquistas no mundo exterior e um chamado, reconhecido ou não, para uma transformação interior.

CAPÍTULO 3

O PAPEL DA RELAÇÃO EGO-SELF NA METANOIA

3. O PAPEL DA RELAÇÃO EGO-SELF NA METANOIA

Tempo de travessia

*Há um tempo em que é preciso
Abandonar as roupas usadas
Que já têm a forma do nosso corpo
E esquecer os nossos caminhos que nos levam sempre aos mesmos lugares
É o tempo de travessia
E se não ousarmos fazê-la
Teremos ficado para sempre
À margem de nós mesmos.*

Para Jung, o self é o arquétipo responsável pela integridade e pela organização psíquica. Em *Aion: estudos sobre a simbologia do si mesmo* (1988), ele afirma existir um padrão de integridade na psique, fomentada pelo funcionamento do self, que promove a unicidade da personalidade total.

As diversas mudanças naturais das fases da vida, bem como as frustrações e traições que nelas ocorrem, podem ser apaziguadas pelo contato com o self, uma vez que, ao invés de desintegradoras, essas experiências de vida podem ser reorganizadas numa nova maneira de viver. Isso acontece, como descrito por Stein (2005), pela função do self, em que este é ativado frente ao risco de fragmentação do ego. Então, se as experiências traumáticas, frustrantes ou angustiantes podem inibir o desenvolvimento, o diálogo ego-self pode promover uma elaboração dessas experiências, evitando que o sujeito fique paralisado.

Mas o contato com o self, pelo seu caráter numinoso, pode também ser uma experiência traumática, uma vez que o self tem um funcionamento paradoxal. Segundo Stein (2005), ele contém os opostos e, por isso, é ao mesmo tempo masculino e feminino, velho e criança, poderoso e indefeso, grande e pequeno, bom e mau. O ego costuma ter bastante dificuldade no confronto com os opostos dentro da psique, sendo muito frequente a projeção em outras pessoas dos elementos que não são apreciados pelas idealizações egoicas, bem como o envio desses conteúdos rejeitados para a sombra, por meio da repressão.

Neste capítulo, pretendemos explorar a relação ego-self nas vivências associadas à metanoia, partindo das seguintes reflexões: a passagem pela metanoia

pode proporcionar vivências ligadas à força numinosa do arquétipo? Ou melhor, experiências frequentemente associadas à metanoia, tais como o contato mais aprofundado com o arquétipo do self a partir do diálogo ego-self, permitiriam a experiência com o numinoso arquetípico e a integração em maior ou menor grau desses potenciais energéticos pela consciência?

O caminho percorrido aqui foi o de buscar no conceito de self e na ideia de aproximação entre ego e self na metanoia – essa fase de desenvolvimento que se inicia na segunda metade da vida – uma aproximação com a reflexão proposta acima.

Partindo da ideia já citada de Jung (1988) de que na fase da metanoia haveria uma mudança de direção da libido, no sentido de um contato maior do ego com o inconsciente, mais precisamente com o self, podemos entender esse momento do desenvolvimento humano como propício para que o contato entre ego e self seja presentificado (ou constelado) de maneira mais intensa na psique do sujeito. Esse contato pode ocorrer de maneira avassaladora ou por meio de um diálogo criativo.

Em seus aspectos criativos, Stein (2008) refere-se ao self como a totalidade e o coloca sob uma imagem de escudo protetor das diversas camadas da psique. Ele não utiliza uma palavra qualquer para escudo e sim *aegis*, que significa “o escudo protetor dos deuses”. Ao olhar para essa imagem simbolicamente divina, surge uma tendência a relacionar o poder do numinoso arquetípico com as mobilizações orquestradas pelo self no desenvolvimento humano como um momento muito particular na metanoia.

Seria o self o ponto central da configuração do processo de individuação especificamente na metanoia? Baseando-nos na ideia do self como a totalidade e creditando à metanoia o potencial de ser o momento da vida com mais possibilidades para a interiorização e necessidade de integração de diversos aspectos da totalidade psíquica, essa ideia parece fazer bastante sentido.

Para aprofundar o conceito de self recorro novamente a Stein (2008), que em seu artigo *Divinity express the self... An investigation*, faz uma série de considerações a respeito da constituição do self. Segundo ele, o self:

- inclui e expressa a totalidade da psique, inconsciente e consciente, transcendendo essa divisão;

- integra a experiência psicológica e religiosa, portanto, mobiliza a transcendência;
- é responsável pela unicidade ou sentimento de unicidade da psique como um todo;
- é um domínio psíquico que encampa todos os aspectos do complexo do ego e arredores da consciência – realizada e potencial –, e ultrapassa o nexo do material psíquico;
- é paradoxal, inclui todas as polaridades e tensões da psique, ao mesmo tempo em que promove a unicidade psicológica, o que deixa claro que até mesmo a relação ego-self faz parte da totalidade; sendo assim, o self liga o complexo do ego à totalidade;
- é um centro virtual e, paradoxalmente, é a circunferência da totalidade psíquica, consciente e inconsciente, e a fonte de todo o potencial e sentido da unidade;
- liga os conteúdos da persona e da sombra, a identidade de gênero (que faz parte do complexo egoico), a anima/animus (masculino e feminino) e consciência e inconsciente;
- está acima, dentro, além das identidades, identificações e personalidades parciais – pessoal, cultural, histórica, de gênero e moral;
- não é divino, mas encerra a *imago dei*, a imagem potencial de um funcionamento intenso e característico do que é numinoso.

Ao refletir sobre a numinosidade dos arquétipos, em especial do self, eu me pergunto: a metanoia poderá ocorrer sem que ela mesma seja uma experiência mobilizadora, pelo menos em alguns períodos dessa fase?

Deve-se lembrar que o numinoso mobiliza sedução e medo, o que denota uma tensão de opostos. A vivência de tensão de opostos, tais como sentimentos de desconhecimento de si e anseio por vidas (ainda) não completamente vividas, são características marcantes do processo da metanoia. Isso não poderia ocorrer sem a participação ativa dos impulsos do self. Tais impulsos podem ser fascinantes para o

ego, mas trazem a sedução e o medo típicos do contato com o numinoso. No entanto, é justamente esse contato que causa uma transformação na consciência.

Sendo que o domínio do self aponta para o desconhecido, para o mistério da existência e para o numinoso, fica caracterizado que a possibilidade de vivenciar e integrar novos aspectos criativos à consciência, uma das tarefas realizadas pelo processo de individuação, não existiria sem a participação do numinoso. Pode-se afirmar, então, que para haver individuação tem que haver a presença do numinoso.

Mas como lidar com essa presença? Segundo Tacey (2005), existe um complexo religioso envolvido nessa presença do numinoso na existência humana. Isso é um complexo da cultura. Esse autor coloca que devemos lidar com o numinoso como um complexo, pois essa maneira de encarar a energia numinosa ajuda a nos relacionarmos com ela. Devemos nos lembrar de que esse contato pode ser tanto construtivo como destrutivo. O complexo religioso pode ajudar no relacionamento com o impacto do contato com o numinoso.

Sendo o self o portador da *imago dei*, sem ser ele mesmo uma divindade, mas algo que é maior que o ego e que faz parte da natureza, podemos pensar na capacidade do ser humano de se beneficiar desse contato por intermédio de uma perspectiva simbólica. Essa capacidade, contudo, não está o tempo todo disponível e a dificuldade de estabelecê-la traz sofrimento ao indivíduo.

Pessoas que estão na metanoia com certa frequência relatam um estranhamento de si ou de partes de si mesmas. Ao mesmo tempo, aparece uma necessidade de fazer coisas novas ou elas passam a ver o mundo de ângulos diferentes, parecendo imbuídas de um fascínio por essas novas características que brotam dentro delas. No entanto, são tocadas por medos irracionais e sentimentos de perigo incompreensíveis pela racionalidade (HOLLIS, 1995; SHARP, 1995; STEIN, 2007).

Essas pessoas, mesmo frente a vivências depressivas, de perdas de papéis e posições conhecidas, podem perceber uma chama interior até então mais buscada do que utilizada na vida cotidiana. O que faltaria a elas seria a elaboração simbólica das vivências numinosas, que estariam sendo proporcionadas por atravessarem o processo da metanoia. A elaboração simbólica do numinoso passa por viver o continuum da sedução e do medo frente à energia do numinoso.

Jung (1991) postula que um novo processo de desenvolvimento interno começa na meia-idade e que esta é a etapa mais importante do processo de individuação. Ele afirma: “Um ser humano certamente não viveria até os setenta ou oitenta anos se sua longevidade não tivesse sentido para a espécie” (JUNG, 1991, p. 349).

Novamente as ideias em torno do processo da metanoia remetem ao self: busca de sentido e uma característica de finalidade no desenvolvimento da personalidade. Um lugar para se alcançar em termos de desenvolvimento, não determinado *a priori*, mas um lugar potencial, que permitiria ao indivíduo ser o mais original possível, em sua autenticidade, que obviamente é sempre parcial frente à totalidade do self.

Jung (1987) fala da individuação como um processo de diferenciação psicológica, que tem como finalidade o desenvolvimento da personalidade individual. Gostaríamos de apresentar novamente a definição que ele dá para individuação: “Em outras palavras, é um processo mediante o qual um homem se torna o ser único que de fato é” (JUNG, 1987, p. 50). Essa definição de Jung leva ao encontro da constituição do self: unicidade, continuidade e significado.

Se individuação é uma sequência de transformações que provocam sentimentos de morte e renascimento, podemos compreender a importância da unicidade carregada pelo self e favorecida pelo diálogo deste com a consciência, que se dá por intermédio do ego. Ao mesmo tempo, seu caráter paradoxal, que inclui todas as polaridades e tensões da psique, permite que essa unicidade seja viva, pulsante e promotora de símbolos.

Sem a vivência simbólica, não há significado na existência, não há energia disponível para a consciência, ficando impedida a capacidade de integração de novos aspectos da totalidade na personalidade.

Podemos inferir, então, que o campo do self que inclui todas as polaridades e tensões da psique configura o movimento da psique quando a metanoia está acontecendo. Não se trata de escolha egoica, mas do movimento da totalidade.

A consciência dos opostos que fazem parte do self pode confundir o ego a princípio, pois o caráter totalizador do self objetiva a ampliação da personalidade consciente, mas não objetiva o conforto do ego. A presença perturbadora dos

impulsos do self, o portador da *imago dei*, carrega a energia do numinoso em si, mas ao que parece chega de maneira oscilante. Frente à presença da energia arquetípica, o indivíduo pode ser tomado pelo medo. Esse medo pode levar a pessoa na meia-idade a ser mobilizada para uma necessidade de reestruturação em todos os papéis que desempenha, o que traz um sentimento de abalo na identidade pessoal.

Se a metanoia pode provocar, com maior ou menor intensidade, uma reestruturação da dinâmica do ego em praticamente todas as estruturas inconscientes da psique, mais uma vez é possível relacionar esse período ao caráter de totalidade do self.

Como foi dito, esse aspecto tão paradoxal, que inclui todas as polaridades e tensões da psique, também promove a unicidade psicológica. Sendo assim, o self liga o complexo do ego à totalidade.

O sentimento de unicidade promovido pelo self nos parece um precioso *locus* acolhedor para as pessoas que atravessam essa fase. Esse sentimento surge, a princípio, como ilhas de consciência. O ego não pode (e não deve) se confundir com o self e, portanto, o contato revigorante com o sentimento de unicidade ocorre somente de tempos em tempos. Ele atravessa as possíveis turbulências da vivência da metanoia até que seja estabelecida uma ativação tal que esses aspectos na consciência se tornam mais articulados entre si, transformando a personalidade.

Mas a metanoia não costuma trazer sentimentos só revigorantes. A depressão que pode se apresentar em diversos momentos dessa fase se caracteriza pela ausência do contato, ainda que momentâneo, com a numinosidade do self e seu potencial de transformação da personalidade. Porém, a força do contato com a numinosidade do self pode também ser destrutiva, trazendo até mesmo a possibilidade de ruptura no ego.

Podemos inferir, a partir da observação dos riscos do contato com os impulsos do self, que o ego pode ser assimilado e destruído pela energia do self, o que acarreta uma ruptura do ego. A característica de *coniunctio oppositorum* do self também pode ser vislumbrada pela possibilidade de o ego ser iluminado por esse contato.

Por meio dos conteúdos apresentados, pode-se considerar relevante a ideia da metanoia como uma fase que traz em potencial a capacidade de proporcionar vivências ligadas ao numinoso, principalmente ao se considerar os aspectos do self e de sua ligação com o processo de individuação, junto ao diálogo com a consciência do ego, que pode se estabelecer nesse momento de vida.

Esse momento não é idêntico para todas as pessoas. Para umas, pode ser gradual e pouco perceptível. Já para outras, pode ocorrer de forma abrupta e intensa.

CAPÍTULO 4

**O FUNCIONAMENTO DO
EIXO PUER-SENEX NA METANOIA**

4. O FUNCIONAMENTO DO EIXO PUER-SENX NA METANOIA

O puer inspira o brotar das coisas. O senex governa a colheita
Hillman

Jung (1988) afirma que na fase da metanoia a elaboração dos complexos parentais não é mais tarefa para a individuação, mas sim o confronto com os pares de opostos.

Os arquétipos do puer e do senex parecem traduzir uma das grandes oposições que a pessoa na metanoia pode enfrentar. São considerados um par arquetípico. Representando o(a) jovem e o(a) velho(a), trazem consigo uma série de potenciais e qualidades que, integradas, podem produzir equilíbrio na personalidade.

Segundo Pieri (2002), o senex indica, em seu lado positivo, os seguintes traços psicológicos: equilíbrio, sabedoria, generosidade e previsão. Em seu lado negativo, traz hiperconservação, autoritarismo e falta de imaginação.

O mesmo autor afirma sobre o puer que este designa vivacidade, impaciência imaginativa e possibilidade de renovação. Em seu aspecto negativo, cita dificuldade de existir no lugar que o indivíduo já se encontra verdadeiramente.

Segundo Bernardi (2008): “O puer tem medo de entrar no tempo e no espaço do mundo real, por isso tudo é provisório, ainda não chegou o momento definitivo de ele ser realmente a pessoa que realmente é”. O processo de individuação é descrito por Jung exatamente como o se deparar com aquilo que realmente se é. Portanto, promover o diálogo do puer com o senex dentro de si é tarefa básica para a metanoia.

Bernardi (2008) declara serem o puer e o senex como que expressões da vivência do tempo: as vivências do tempo do novo e as do tempo do velho. Podemos observar até mesmo que as marcas do corpo, a expressão do olhar, também podem apresentar o funcionamento do eixo puer-senex. Esse autor considera Cronos o polo senex e Kairós o polo puer da relação com o tempo.

O puer é descrito por Jung (2000) relacionado ao arquétipo da criança, como uma ligação com o passado. Aqui podemos observar tratar-se da psicologia do

adulto. Seriam as condições infantis renegadas ou abandonadas, de forma individual ou pela humanidade. Isso gera um estado de dissociação, que conduz a um estado de desenraizamento. Para Jung, o motivo arquetípico da criança é um sistema que funciona ainda na psicologia do adulto.

Von Franz (1992) aponta para outro polo nessa relação com o arquétipo do puer. Ela destaca que o enredamento na dinâmica do puer pode provocar regressão, dependência, preguiça e fuga das responsabilidades. Hillman (1999) chega mesmo a propor um eixo puer-et-senex. Seriam como os dois polos de uma mesma questão do desenvolvimento humano.

Para Hillmann (1999), o puer manifesta velocidade, pressa, impermanência. O puer é fascinado pelo novo, contudo, rejeita o processo temporal necessário para o seu desenvolvimento. Pode ficar vagando sem destino e sem objetivo. É frio e distante, mas também sedutor e fascinante.

A respeito do senex, Hillman (1999) o caracteriza como velho, sábio, solitário, prevenido, honesto, ordeiro, gerador de certezas. É também castrador, devorador, frio, distante, petrificado em suas repetições. Está relacionado com a morte. Para Bernardi (2008), “a consciência possui a capacidade de viver o puer-et-senex e favorecer-se de suas trocas criativas; mas possui também a possibilidade de cindi-los e de se identificar com um deles, criando uma confrontação patológica entre eles” (p. 40).

Na metanoia, a possibilidade de encontro com essas polaridades arquetípicas mobiliza a capacidade de olhar para novos aspectos da personalidade que brotam espontaneamente na personalidade consciente ou reconhecer aspectos negados ou reprimidos nos anos anteriores da vida.

Poderíamos afirmar que um das condições fundamentais para que a metanoia ocorra verdadeiramente na psique do sujeito, no sentido do crescimento da personalidade, é que não predomine cisão entre puer e senex, mas sim integração. Monteiro (2008) afirma que “as dinâmicas arquetípicas de puer e senex devem estar sempre presentes para fertilizar a alma ou a psique em todas as fases da vida” (p. 62).

Descrevo a seguir algumas das características que Monteiro (2008) destaca a respeito do dinamismo do puer e do senex. Segundo ela, o puer está relacionado às

seguintes qualidades: plasticidade adaptativa, eficiência, independência, beleza exterior, investimento erótico sexual, expansão no mundo externo, conquistas, força física, negação da morte. O senex, por sua vez, está relacionado à conservação, ao discernimento, à beleza interior, ao investimento na polifonia de Eros, à expansão no mundo interno (self), à mediação, à força espiritual e à apresentação da morte.

Essa autora reafirma o que Jung preconiza: é necessário buscar um equilíbrio em que as polaridades possam estar presentes com suas devidas proporções em nossa vida consciente. A respeito do dinamismo do puer, sabemos que sua dominância está na infância e juventude, mas, como afirma Lopez Pedraza (1997), a natureza lhe outorgou uma importante e específica função também na maturidade e na velhice, pois será esse arquétipo que nos acompanhará até o fim de nossos dias.

A pessoa na meia-idade, fase de desenvolvimento que se caracteriza pela maturidade, pelo menos, em potencial, se beneficia do dinamismo do puer no sentido de não ficar unilateralmente presa a certezas absolutas, pois agora talvez elas não sirvam mais. Vinculada à plasticidade adaptativa do puer, ela pode receber possíveis mensagens do self a respeito de novos modos de funcionamento e de qualidades psicológicas antes até mesmo desprezadas.

Werres (2008) faz uma leitura do eixo puer-senex em relação à contemporaneidade e ao tempo. No tempo da psique, diz ela, “há o senex que semeia, planta e colhe, do velho que reconta o já vivido e o tempo do puer a quem é permitido recriar a velha história” (p. 100).

Por meio dessa imagem tão poética, podemos vislumbrar as possibilidades criativas da metanoia quando as qualidades puer-senex estão ativas na consciência. Durante a vida, foram feitos plantios e, em algumas estações, colheitas. Na metanoia, tem início o recontar do que já foi vivido, plantado e colhido. Também se inicia o recriar – o recriar daquilo que já foi vivido, ressignificando tudo isso por meio de um olhar mais amplo e mais profundo. Há ainda a recriação da personalidade como um todo, agora com os opostos do vivido psicologicamente entrando em atividade na consciência.

Werres (2008), contudo, acrescenta que muitas pessoas tendem, de maneira unilateral, a se identificar com uma das polaridades desse eixo arquetípico, o que

acarreta inflação do ego e redução da realidade. A fixação torna-se dominante, levando à dificuldade de se abrir mão de padrões até então predominantes. O que sempre funcionou passa a não mais dar conta dos desafios do desenvolvimento enfrentados pelo ego. “O eu agarra-se ferrenhamente às tendências da polaridade arquetípica em domínio, aos valores culturais e familiares que nutre” (WERRES, 2008, p. 100). Além da realização das tarefas básicas de construção da vida, tais como desenvolvimento da escolaridade, de relações afetivas significativas, da socialização, conquista de espaço no mercado de trabalho e aquisição de bens de consumo, exigências do mundo interno se intensificam provocando reações diversas no ego.

Chamaremos aqui de neurose de puer e senex algumas das características descritas por Werres (2008) a respeito do mau funcionamento deste eixo arquetípico. Segundo ela, o ego, por querer controlar suas conquistas, fica avesso a desacomodações; então, o “senex alia-se aos apegos do ego e se impõe trazendo o peso, a imobilidade, congelando a paisagem externa e produzindo efeitos semelhantes na vida interna”. Já o puer provoca no sujeito ações imaturas e descomprometidas com o que está à sua volta. Nessa atitude, não consegue “dar forma ou perseverar em seus empreendimentos, pois a fantasia predomina”.

Um risco da metanoia é a fixação, ou pior, a identificação com um dos polos arquetípicos. Frente ao envelhecimento e à finitude da vida que se torna palpável, o senex se apresenta e, dependendo das reações emocionais, pode petrificar o desenvolvimento aliado ao puer, com sua capacidade de promover transformações na visão de mundo e de si mesmo.

Como a pessoa pode lidar com o novo psicológico que teima em surgir e a finitude que se mostra tão concreta? Como dialogar com a reflexão, a ponderação e a capacidade de concretização do senex, se existe uma demanda de puer, de movimento, de mudança e, por que não dizer, de novidade exigindo integração? Como se faz isso? Negando a passagem do tempo? Negando os momentos de crise? Fixando-se à crise de maneira pesada, estática e mortal?

A experiência de vida pode ser uma grande aliada das pessoas na meia-idade. Se puderem enfrentar o estranhamento dessa fase de vida, com suas mudanças internas e externas, e se conseguirem travar um diálogo contínuo com os

potenciais trazidos pelos arquétipos do senex e do puer, é possível que não fiquem à margem de si mesmas.

O campo interacional puer-senex parece ter um lugar especial a partir da meia-idade. Ela traz consciência da passagem e do valor do tempo, o que pode levar a pessoa a fazer uso dele de maneira mais saudável e equilibrada.

CAPÍTULO 5

OS ARQUÉTIPOS DA VIDA E DA MORTE E A RELAÇÃO ENTRE O CORPO E A PSIQUE NA METANOIA

5. OS ARQUÉTIPOS DA VIDA E DA MORTE E A RELAÇÃO ENTRE O CORPO E A PSIQUE NA METANOIA

Não apenas a psique sofre confrontos na meia-idade. O corpo também passa pelas transformações do envelhecimento. As doenças crônico-degenerativas, tais como diabetes, hipertensão, câncer, cardiopatias, entre tantas outras, tornam-se realidades concretas, e a pessoa nessa fase tem que se adaptar a um novo corpo e suas necessidades de cuidado.

No envelhecimento, enfrentam-se situações de doenças e vivências de sentimentos de morte e aniquilação. Com isso, medos diversos costumam emergir na consciência, promovendo um contato mais aproximado com os polos da vida e da morte. Isso será vivenciado de formas diversas pela psique.

5.1. Vida e morte na metanoia

Como já foi visto anteriormente, o símbolo da morte é frequentemente constelado nessa fase da vida, mesmo sem experiências de doença. Byington (2002) nos conta que:

O arquétipo da Vida e da Morte são funções estruturantes dentro do dia-a-dia do processo existencial. A expressão criativa do arquétipo da Vida e da Morte tem a função estruturante de selecionar aquilo que deve ser mantido e intensificado ou descartado durante o processo. O que deve ser mantido pertence à vida e sua elaboração precisa continuar. O que deve ser descartado pertence à morte e não tem mais que ser elaborado, ao menos naquela etapa do processo (p. 51).

O polo do arquétipo da vida se expressa por meio do interesse, da curiosidade, do fascínio, da busca, da dedicação, da conquista, do ganho e da euforia. O polo da morte se expressa por indiferença, desapego, desinteresse, perda, sacrifício, desânimo, depressão e luto.

Podemos perceber que o arquétipo da Morte é eventualmente ativado na metanoia. Sendo parte tão importante do processo de individuação, a relação do ego

com os conteúdos desses arquétipos se fará por meio de sonhos e fantasias de morte psíquica, assim como sucessivas vivências de morte e renascimento. Mas para haver o renascimento, o arquétipo da vida tem que ser constelado junto com o da morte.

Byington (2002) descreve essa fase do desenvolvimento humano como uma segunda adolescência, quando são questionados os valores estabelecidos pela consciência e se intensifica a busca da identidade individual e profunda, em que se depuram as identificações parentais. O autor conta ainda que nessa fase tem início a vivência existencial da morte e, com ela, uma ativação gradual do arquétipo da totalidade. Segundo ele, na crise da metanoia ocorre nova ativação do arquétipo da alteridade e o ego integra o funcionamento da posição dialética, agora na atitude ativa, diferente da atitude passiva da adolescência.

Há uma correspondência entre a meia-idade, com as transformações e o envelhecimento do corpo, o que também implica em processos de adoecimento e fragilizações físicas, com as consequentes novas adaptações entre corpo e psique e o processo de metanoia em seus confrontos entre ego e as diversas partes do inconsciente e a subsequente necessidade de novas adaptações psíquicas. Essa correspondência está fortemente ligada com o funcionamento do arquétipo da vida e do arquétipo da morte.

Esses arquétipos são especialmente mobilizadores no funcionamento da personalidade em situações de doença. Tal polaridade está sempre presente na elaboração simbólica, mas pode se apresentar de maneira criativa ou defensiva. Na maneira defensiva, observa-se uma distorção na expressão da vida com limitação da capacidade criativa. Quando os arquétipos da vida e da morte são constelados de forma trágica e inesperada, como nas situações de doença e suas sequelas, vemos um processo de luto determinado por perdas existenciais abruptas, que podem dificultar enormemente o amadurecimento gradual do processo existencial.

A maneira criativa para lidar com as doenças físicas na metanoia é a forma proposta por Byington (2002): “Em cada fase e a cada grande transformação arquetípica, ativa-se a polaridade vida e morte, posto que há sempre grandes perdas e lutos e muitos ganhos e crescimentos a comemorar” (p.).

A doença pode ser ao mesmo tempo a ligação da consciência com o funcionamento dos polos vida e morte em seus aspectos simbólicos. Da mesma maneira, a passagem da primeira metade da vida para a segunda, quando se vivencia o processo da metanoia, também pode promover a ponte entre esses dois polos.

Então, perguntamo-nos: como pode ocorrer a relação com o corpo, a saúde e a doença nessa fase de vida? Serino (2001) explica que:

A doença sob a perspectiva compreensiva simbólica pode ser uma possibilidade de encontro com aspectos do ser humano enclausurados no ascetismo de uma saúde normatizada. Na perspectiva simbólica, o fenômeno saúde-doença é compreendido não através da relação entre aspectos contraditórios, isto é, saúde ou doença, mas de dimensões polares em relação de oposição complementar ou compensação, ou seja, saúde e doença em processo. Tal relação de alteridade estabelece a dialética do padrão de Alteridade no fenômeno saúde e doença (p. 47).

Se o self propõe ao ego na metanoia um funcionamento de alteridade, o corpo também propõe à psique o mesmo funcionamento. Nele, a doença pode apontar para a falta de integração ou até mesmo potencializar a integração corpo-psique.

Nessa fase da vida, no envelhecer, a consciência da finitude torna-se clara. Não é mais uma ideia remota, pouco significativa na vida da pessoa. Essa consciência também pode potencializar o cuidar do próprio corpo e da saúde.

Serino também revela:

Organismo doente é aquele que expressa sua necessidade de integração, própria de uma dinâmica criativa de polaridades em relação. Corpo calado já não é sinônimo exclusivamente de saúde, mas também de inexpressividade defensiva. Doença já não é unicamente sinônimo de anormalidade, mas também de expressão de busca de um novo equilíbrio (p. 47).

A metanoia propõe uma saída do pensamento mágico infantil e do pensamento heroico do jovem adulto. Propõe, enfim, um pensamento adulto em que predomine um modo de funcionamento em alteridade.

As pessoas na meia-idade começam a se deparar não só com a existência das doenças como também com a diminuição da vitalidade, da capacidade da recuperação corporal, com perdas de memória, com prejuízos na visão etc. Esses

são processos normais do envelhecimento, mas que podem produzir fixações neuróticas na autoimagem e no autoconceito.

Como equilibrar esse chamado para a totalidade mobilizado pelo self com a experiência de um corpo doente ou fragilizado?

5.2.O corpo e a psique

Segundo Keleman (2001), autor ligado à abordagem corporal, nós abandonamos o corpo em nome da racionalidade e, assim, existimos numa terra devastada, em que vivemos na imagem do corpo e não no corpo. “Estar fisicamente presente em nossa vida é viver numa terra animada. Viver como uma imagem (fixada) é estar numa terra devastada” (p. 42).

Na meia-idade os processos de envelhecimento vão surgindo no corpo muito mais rápido do que na psique. As doenças se apresentam cada vez mais e a vitalidade exige atenção, cuidados e adaptações físicas e psicológicas. Estar no corpo e estar saudável não são mais automáticos como na juventude e nos primeiros anos da fase adulta.

Keleman (2001) afirma que, ao enxergarmos nosso corpo como uma coisa, se o vemos somente como um processo biológico objetivo, deixamos de compreender a nossa forma interior de estar corporificado. “Quando idealizamos a imagem em lugar da experiência corporal, nós nos descobrimos vivendo na imagem. Atualmente grande parte da sociedade se organiza de maneira que se coloca à parte da sua própria natureza... Vivemos na imagem do corpo e não no corpo” (KELEMAN, 2001, p. 43). O grande perigo apontado aqui é o de que, quando a pessoa fixa uma imagem do corpo, perde o diálogo entre o corpo e as imagens criadas do próprio corpo.

Se a pessoa na metanoia se identifica apenas como um corpo doente, desvitalizado e passível apenas de fragilizações sucessivas advindas do envelhecimento, as doenças se transformarão em crônicas imagens de desvitalidade, ao invés de uma experiência sofrida mas que revela aspectos

emocionais reprimidos ou nunca reconhecidos pela consciência. Com isso, tornarmo-nos inválidos perante a experiência da doença e do envelhecimento. A criatividade se perde, e a passagem do tempo será sentida exclusivamente pela perda e pela morte. Nesse padrão de fixação, no aspecto defensivo do arquétipo da morte, a crise da metanoia não se tornará uma experiência de crescimento, e o desenvolvimento da personalidade ficará prejudicado.

Estar doente aloja um perigo para aquelas pessoas que na meia-idade vivenciam os conflitos e potenciais de desenvolvimento da metanoia: a crença de que a saída da doença e o restabelecimento da saúde só pode ocorrer ou no padrão do arquétipo do herói ou no padrão do arquétipo do inválido. Dessa maneira, perde-se o padrão de funcionamento dialético tão apontado pelo self nessa fase da vida. Considerar que só o modo heroico da adolescência pode restabelecer a saúde e juventude perdidas ou acreditar que as perdas e lutos necessários nessa fase só podem levar à fragilização e invalidez compromete o desenrolar do processo de individuação de maneira saudável e criativa.

5.3. O arquétipo do inválido: saúde e doença

Guggenbuhl-Craig (1983) descreve que com os avanços da medicina cria-se a fantasia de que tudo pode ser resolvido, com exceção da velhice e da morte. Conta que: “Curar em alemão (*heilen*) tem sua origem na palavra *heilag*, que significa total, completo. A palavra saúde em alemão tem a mesma origem” (p. 98). Essa origem aponta para o que compreendemos como saúde em psicologia analítica: tornar-se completo. A metanoia é também um chamado para tornar-se completo. Mas sabemos que a completude é apenas buscada, ela em si não existe.

Estar doente leva invariavelmente à experiência do arquétipo do inválido, sendo que é mais difícil lidar com ele do que com o próprio arquétipo da doença. O mesmo autor afirma: “A doença ao menos pode ser curada; para a invalidez não há esperança” (p. 101). Aqui começa o diálogo com a metanoia. Guggenbuhl-Craig (1983) diz que o arquétipo do inválido não se relaciona com o arquétipo da criança – a criança é frágil, mas cresce, tem um futuro; sua fragilidade é temporária... “A

invalidez é permanente, usualmente não leva à morte, nem à saúde, é uma deficiência do corpo, do cérebro ou da mente” (GUGGENBUHL-CRAIG, 1983, p. 101). O autor distingue o arquétipo da invalidez do arquétipo do senex, em seus aspectos negativos de miséria, depressão e solidão.

A crise da metanoia pode levar aos mesmos lugares da doença: à morte (nesse caso, psíquica), à saúde psíquica ou à invalidez também. A metanoia, assim como a doença, se articula com os arquétipos do puer e do senex, da vida e da morte.

Dentro do pensamento dialético, pode-se compreender a doença como possibilidade de integração. Corpo e psique, consciência e inconsciente são convidados pela ação do self a dialogar e a integrar diversos aspectos emocionais.

A saída da fixação do pensamento heroico tão típico da adolescência e da juventude permite que o arquétipo do inválido seja integrado na consciência na situação de doença, a fim de auxiliar no reconhecimento da necessidade de adaptação a um corpo que envelhece e que também pode ficar doente com mais frequência.

A respeito do arquétipo do inválido, Guggenbuhl-Craig (1983) afirma: “O arquétipo do inválido se opõe à soberba e promove a modéstia que faz lembrar que existe dependência entre os seres humanos, que sempre se depende de algo ou de alguém” (p. 102).

Na doença, vivencia-se a dependência, e o arquétipo do herói funcionando isoladamente na consciência não possibilita o encontro com o processo de cura. O inválido mostra a dependência, a necessidade de tempo e de trocas afetivas com o outro para se curar.

Guggenbuhl-Craig (1983) demonstra que a psique se manifesta por meio do corpo e que este é defeituoso e impreciso. A imperfeição limitadora é arquetípica, portanto, contribui sem dúvida alguma para a totalidade. O conceito de saúde tem que abarcar a noção de limite, e a cura deve ser vista, então, como a capacidade integradora de reconhecer forças e fragilidades. Identificar a saúde exclusivamente com a totalidade tira da doença sua capacidade de promover integração, assim como reprimir o funcionamento do arquétipo do inválido é colocar na sombra uma forma saudável de funcionamento.

O ser humano é parcialmente inválido para sempre. O arquétipo do inválido estimula uma atitude não heroica, que leva à contemplação, não se prendendo à competição, mas compreendendo as limitações do corpo e da psique humana. Contudo, a fixação no lado negativo do arquétipo leva o indivíduo a se tornar tirânico, parasita, invejoso e pessimista, por exemplo. Porém, o lado positivo desse arquétipo capacita o ego a não ser massacrado pelo arquétipo do herói em momentos de doença e nos processos normais do envelhecimento. Assim, é possível lidar com a imperfeição da vida, pois o corpo nunca funciona como uma máquina sem defeitos – algumas partes funcionam bem, outras podem apresentar imperfeições, disfunções, desgastes e, à medida que se envelhece, mais doenças e funcionamentos imperfeitos se instalam no corpo.

5.4. A doença e seus sintomas

Segundo Rothenberg (2004), sintomas físicos podem criar um ímpeto na pessoa para o trabalho interno e trazem consigo o ponto central para a cura. Os sintomas físicos, derivados das doenças por sua vez podem apontar para uma base arquetípica de funcionamento.

Rothenberg (2004) afirma: “Quando irrompe a doença, o indivíduo defronta-se de maneira abrupta com a realidade de que não é o único senhor dentro de sua própria casa, o indivíduo é obrigado a prestar atenção na psique, porque ela se tornou real” (p. 20).

Na experiência da doença, os sintomas que ela produz no corpo levam o ego a se confrontar com diversos níveis de significado. O indivíduo na metanoia – e não simplesmente na meia-idade – pode ter um ímpeto ainda maior para adentrar na natureza simbólica da doença e reconhecer o significado arquetípico por trás do sintoma corporal. É na camada arquetípica que transformação e renovação são possíveis. O adoecer pode levar a um estado de paralisação ou inquietação.

Segundo Jung (ano), “o Si-mesmo tem suas raízes no corpo, de fato, nos elementos químicos do corpo” (par. 242). Rothenberg (2004) afirma que na doença

um aspecto do Si-mesmo torna-se manifesto no corpo. O self está tornando o ego consciente dele mesmo. Ao fazê-lo, traz numinosidade para o sofrimento provocado pela enfermidade.

Significados simbólicos surgem, e potencialidades arquetípicas podem ser atualizadas. Mediante a separação mente e corpo realizada pela ciência moderna, a cura foi compreendida apenas como algo que é realizado no corpo e, mais do que isso, que é realizado por algo ou alguém externo ao corpo. Mas lembrando do que Jung escreve sobre a relação mente e corpo, vemos que essa cura é incompleta, pois provavelmente, segundo ele, mente e corpo não existem na realidade absoluta. Eles são a mesma coisa, a mesma vida, estando sujeitos às mesmas leis e, assim, o que o corpo acontece também na mente.

Aprofundar-se e compreender o sentido do sintoma ajuda a revelar um aspecto perdido ou escondido da personalidade, podendo levar a uma mudança na personalidade total, promovendo seu desenvolvimento. Para Rothenberg (2004), a doença parece ser um dos principais eventos da vida para elucidar o propósito de cada indivíduo. Ou seja, ela auxilia na tarefa pessoal de atribuir significado às etapas e eventos vivenciados por cada um de nós.

Ramos (1994) também explicita a relação da totalidade com a saúde e com a doença:

Se a totalidade implica saúde mais doença, a presença desta última é inevitável e faz parte do processo de individuação nos depararmos com ela. Com isso, queremos reforçar a ideia, de que uma doença não precisa necessariamente estar vinculada com um processo psicopatológico, mas pode ser indicativa de um novo símbolo. Pode ou não ser a expressão de um novo deintegrado que precisa ser conscientizando, lembrando sempre que, quanto mais nos aproximamos do self, mais a polaridade saúde/doença pode também se apresentar. A criatividade como força instintiva, pode ser tanto destrutiva quanto construtiva, pode levar tanto para a saúde como para a doença.

5.5. A doença vista pelo dinamismo da alteridade

Serino (2001) demonstra como a doença pode ser compreendida nos diversos modelos e fala das influências que regem o funcionamento dessas visões.

No modelo romântico, a doença é compreendida em seus sinais e sintomas, sendo estes símbolos da situação simultânea do corpo e da alma. No modelo biomédico, os sinais da doença são vistos como manifestações externas, e os sintomas, como percepções internas das doenças. Já no modelo de alteridade, os sinais e sintomas são interpretados em seus significados orgânicos e simbólicos.

A visão de corpo no modelo romântico é sistêmica: sistemas percebidos pela interação de vários fatores. No biomédico, a visão é compartimentalizada: sistemas avaliados e suas partes constituintes tomadas isoladamente. E no modelo de alteridade, essa visão é simbólica: corpo orgânico como sistema orgânico-simbólico.

O funcionamento psicológico no modelo de alteridade permite compreender a doença por meio da perspectiva compreensiva simbólica.

Por meio da observação de alguns aspectos significativos da constituição da metanoia, podemos perceber claramente um paralelo que existe na visão da psicologia analítica e que se refere aos processos de saúde e doença.

O funcionamento do self, o arquétipo da totalidade, na metanoia, busca promover integração de conteúdos emocionais e modos de funcionamento reprimidos ou negligenciados nas fases anteriores do desenvolvimento. A meia-idade está ligada ao processo de envelhecimento. Neste, as doenças físicas surgem, se acentuam e desestabilizam o funcionamento da psique. O ego é levado a se adaptar e nesse processo de adaptação pode ocorrer paralisação ou transformação da personalidade. A compreensão das doenças e de seus sintomas como uma das formas de o self apontar para a necessidade de integração de conteúdos inconscientes leva a uma concepção de saúde. A metanoia propõe um caminho por meio da quebra de paradigmas, mudanças de pensamento e ressignificação de fatos da vida, a fim de se aproximar da totalidade psicológica. Essa é tão somente uma busca, porém, compreender crises emocionais como possibilidades de crescimento e de transformação da personalidade e compreender situações de doença e seus sintomas também como possibilidade de integração são fatores que levam à experiência da totalidade.

A passagem do tempo pode ser vivenciada apenas pela dor, pelas perdas inerentes a ela, mas pode ser uma experiência profunda de ampliação da personalidade. Se o corpo no envelhecimento fica mais suscetível às doenças, olhar

para estas como um dos polos do eixo saúde-doença aumenta a criatividade, permitindo integrar conteúdos reprimidos ou deintegrados. Assim, o envelhecimento do corpo, a saúde e a doença podem se transformar em experiências simbólicas de crescimento e fortalecimento.

A metanoia não é só um fenômeno da psique, que faz emergir sentimentos conflituosos de vida e morte, de alegria e tristeza, de força e fragilização, mas é também um fenômeno do corpo, ou melhor, do diálogo do corpo e da psique, e também do diálogo da consciência e do inconsciente dentro do funcionamento do dinamismo da alteridade.

CAPÍTULO 6

**A QUESTÃO DA
ADAPTAÇÃO E DA TRANSFORMAÇÃO NOS
DINAMISMOS DE ALTERIDADE**

6. A QUESTÃO DA ADAPTAÇÃO E DA TRANSFORMAÇÃO NOS DINAMISMOS DE ALTERIDADE

A metanoia é uma parte do processo de individuação, e carrega consigo a ativação do potencial criativo deste processo. Os aspectos de criatividade típicos da metanoia seriam: um maior contato com a inteireza psicológica (totalidade), um encontro com um modo de vida mais significativo e satisfatório e o início de uma nova vida – não o fim da linha.

O contato com a totalidade psíquica se dá pelos mecanismos de adaptação e transformação, e estes processos podem ocorrer de forma diferente em cada uma das fases do desenvolvimento da personalidade.

Jung em *A natureza da psique* (1991) dividiu o desenvolvimento da personalidade em dois momentos: natural e cultural. A primeira fase da vida, a natural, apresenta o funcionamento egoico por meio do dinamismo heroico do ego, que se encontra voltado para a realidade externa, com a construção de uma carreira, de relacionamentos afetivos, relacionamentos de amizade e realizações financeiras. Portanto, nessa etapa, a energia psíquica está fortemente voltada para o mundo externo e para a consequente e necessária construção de diversas máscaras sociais, em que o diálogo persona-ego é bastante ativado.

Para a fase cultural, Jung creditava à introversão da energia psíquica a fundamental e quase exclusiva via para a construção do desenvolvimento da personalidade. Em sua compreensão, o diálogo ego-self seria a base de sustentação mais importante para a necessária adaptação da pessoa frente aos diversos conteúdos novos ou reprimidos lançados na consciência, dinâmica típica da metanoia.

Do ponto de vista do processo de individuação, a psique tem a capacidade de tornar-se o mais original possível ao longo da vida. Isso só pode ocorrer por meio do contato com as diversas potencialidades do inconsciente, assim como com a colocação do resultado dessas elaborações nas diversas demandas da vida cotidiana.

O movimento da energia psíquica, entre os dois polos do arquétipo, típico do processo de adaptação, acontece não só pela função do self de auxiliar o ego na função de saída das fixações. Também o contato com a realidade externa gera

novos fluxos de energia psíquica, que promovem igualmente a adaptação para novas maneiras de lidar com os eventos da vida levando a transformações na personalidade.

A respeito da persona, Freitas (2005) esclarece:

Sugiro considerá-la como uma estrutura da personalidade, cuja função principal seja, a partir de sua expressividade, pôr-nos em relacionamento, propiciar-nos o encontro de uma maneira de ser, e estar com os outros, sem precisarmos, para isso, abandonar nossa individualidade, ou os símbolos operantes a cada momento. Junto à sombra, a persona pode propiciar a atualização do potencial da personalidade, além de ser confrontada pelo ego, tornando-se mais flexível ou mais adequada a cada situação vivida, além de oferecer-nos códigos culturais para a elaboração de símbolos na conduta e interação social.

A persona sempre tem um caráter múltiplo, pois necessitamos de várias máscaras para viver, em certo grau, e assim ela colabora para a apreensão e expressão da multiplicidade do self.

Ao veicular o que em nós já está pronto para assumir um canal de comunicação, ao buscar elementos no conjunto de papéis sociais oferecidos pela cultura, que propiciam maneiras de interação, articulando-se com o self de modo a colaborar com seu movimento de equilíbrio dinâmica e constante, a persona é coadjuvante indispensável no processo de individuação (p.47).

As trocas entre ego e persona, quando flexível, possibilitam então uma experiência com as diversas demandas da criatividade da metanoia na interação com o social. A importância do funcionamento da persona flexível também se dá pela capacidade de confronto com a sombra. O ego, quando dominado por uma persona rígida, é tomado por uma séria resistência no enfrentamento dos conteúdos reprimidos. A metanoia não se dá exclusivamente pelo contato com conteúdos inconscientes que são novos para a consciência, mas também pelo confronto com os conteúdos reprimidos da sombra. O eixo ego-persona flexível é fundamental para o resgate desses aspectos reprimidos ou negligenciados ao longo da vida.

Byington (2013) afirma que: “Um dos dificultadores da autorrealização são as fixações e a formação da sombra durante toda a vida, que dependendo de sua gravidade, prejudicam, atrasam e até paralisam grandemente o desenvolvimento do processo de autorrealização” (p. 154). O autor ainda explica que o outro fator dificultador é a dificuldade de a pessoa se desapegar “do status, da sintonia existencial com os cânones do Superego e da Persona na Consciência Coletiva” (p.154).

Segundo Byington (2013), esses dois fatores podem impedir a força de integração dos arquétipos de anima e animus e do arquétipo de alteridade, que contribuem com o movimento de diálogo entre os complexos opostos e os polos dos diversos arquétipos. Na metanoia, isso representaria uma paralisação no processo de desenvolvimento da personalidade.

Na segunda metade da vida, é retomado o processo egoico de diferenciação dos complexos parentais, que havia se iniciado na adolescência. Na maturidade isso não mais acontecerá por meio do pensamento e da ação do ego heroico da juventude, pois este necessita se diferenciar quase que unilateralmente, sem perceber aquelas características que podem e devem ser compartilhadas com os pais. Na meia-idade o indivíduo tem a percepção do que pode e deve ser compartilhado com os pais, tanto nas características de personalidade que eles apresentavam durante a sua infância, como nas características que desenvolveram mais tarde devido ao envelhecimento. Novas diferenciações também se fazem presentes em relação ao casal parental, no sentido de perceber identificações ainda existentes que necessitam ser dissolvidas. Até mesmo a morte dos pais mobiliza novas adaptações e transformações na personalidade na meia-idade.

Além das novas interações entre ego e self, ego, persona e sombra e ego e complexos parentais, outros diálogos se tornam significativos nesse período. Na maturidade, o diálogo com o arquétipo da alteridade deve ser ativado.

Byington (2008) conta a respeito deste arquétipo:

O Arquétipo da Alteridade, através da posição dialética Ego-Outro e Outro-Outro na consciência, representa o que há de mais complexo e profundo na elaboração simbólica, pois só ele é capaz de dar a todas as polaridades, direitos iguais de expressão, num espectro que vai desde a oposição radical dos polos até sua igualdade. Desta maneira, este arquétipo é capaz de abordar o mistério da igualdade dos opostos e coordenar a interação dialética da polaridade básica da psique, formada pelos arquétipos Matriarcal e Patriarcal, no Self individual e coletivo (p. 219).

O autor relata que a capacidade promovida pelo diálogo com o arquétipo da alteridade, que foi anteriormente denominado por Jung (1985) como arquétipo da *coniunctio*, é a de fazer interagir dialeticamente as partes entre si e com o todo. Nesse sentido, um indivíduo que elabora seus processos emocionais a partir do funcionamento do arquétipo da alteridade pode se conectar com o todo, com o self

mais profundo, sem se identificar com o self, pois os diálogos interiores são os mais diversos possíveis.

Byington (2013) diz a respeito da maturidade:

[Ela] é caracterizada pelo arrefecimento (como forma de dominância de funcionamento da consciência) do Arquétipo Matriarcal e do Patriarcal e pela ativação intensa dos Arquétipos da Anima, Animus e da Alteridade, com a diferenciação e revelação da identidade única de cada pessoa (p. 153).

Nessa visão, a alteridade é muito representada pela sizígia anima-animus e, nesse sentido, muito calcada nas relações afetivas, nas diversas formas de conjugalidade.

Podemos observar na atualidade que as funções de psicopompo de anima e animus não se fixam apenas nas relações com o outro de outro sexo, ou com o outro das ligações afetivas e eróticas de maneira geral. Também não se resumem ao outro das *imagos* advindas dos arquétipos parentais.

A relação de amizade tem sido muito importante na vida adulta na contemporaneidade, uma vez que as relações afetivas se tornaram mais instáveis, menos duradouras. Os casamentos já não são obrigatoriamente para a vida inteira e até mesmo acontecem mais de uma vez na vida das pessoas, em modelos diversos. Essa característica da atualidade faz com que modelos parentais se renovem e se diversifiquem, assim como ocorre também com os modelos de conjugalidade.

Devido às transformações das relações interpessoais na sociedade contemporânea, devemos incluir nos funcionamentos da consciência de alteridade as trocas afetivas com os pares, os amigos, as pessoas da mesma faixa etária como promotores do autoconhecimento por meio das torças de experiências de vida.

Podemos inferir que o diálogo do ego com o complexo fraterno pode se tornar tão significativo quanto a anima e animus na construção da consciência de alteridade em pessoas na meia-idade.

A análise dos dados obtidos pela pesquisa de campo apresentada a seguir aprofunda as questões teóricas abordadas pelo levantamento bibliográfico.

CAPÍTULO 7
RESULTADOS E
ANÁLISE DOS DADOS OBTIDOS

7. RESULTADOS E ANÁLISE DOS DADOS OBTIDOS

O material coletado nos encontros grupais revelou diversos temas, vários deles muito relacionados entre si. Foi realizado um levantamento de todos os temas que surgiram nas falas do grupo a partir da pergunta “Como é estar na meia-idade na atualidade?”.

Todos os temas surgiram das falas trazidas espontaneamente pelo grupo. As intervenções realizadas pela pesquisadora-coordenadora do grupo foram apenas no sentido de aprofundar os temas trazidos originalmente pelos participantes.

A maioria dos temas se apresentou em mais de um encontro. Os números ao lado do tema referem-se à sua presença nos encontros 1, 2, 3, 4 ou em todos eles. Os temas estão listados a seguir:

1º ENCONTRO

Alegria (1, 3)

Amizades (1)/Complexo fraterno nas amizades (1)

Diversidade (1, 4)

Energia/corpo/saúde (1, 2, 3, 4)

Envelhecimento (1, 2, 3, 4)

Finitude (1, 2, 3, 4)

Grupo (1, 2, 3, 4) e self grupal

Maturidade (1, 2)

Persona / Mudança de papéis (1, 2, 3)

Papéis de gênero (1)

Puer/senex (1, 2, 3, 4)

Relacionamentos afetivos (1, 2, 3, 4)

Relação com familiares (2)

Respeito (1)

Sociedade brasileira (1, 2, 3)

Transformações (1, 2, 3, 4)

Tempo (1, 2)

Tristeza e depressão (1, 3)

Trabalho (1, 2, 3, 4)

2° ENCONTRO

Auto imagem (2)

Auto conceito (2)

Comportamento (2)

Contemporaneidade (2)

Corpo (2, 3)

Lazer (2)

Metanoia (2, 3, 4)

Mente (2)

Paradoxal (2)

Preconceito (2, 3)

Relativização/opostos (2)

Sombra (2)

Transição (2)

Trocas (2)

Transição (2)

Verdades ressignificadas (2)

Corpo

Grupo

Grupo e self grupal

Senex

Maturidade

Transformação

Puer/senex

Energia

Envelhecimento

Persona

Trabalho

Finitude

Tempo

3º ENCONTRO

Adaptações (3)

Aprendizado (3)

Exclusão (3)

Identidade (3)

Individualidade (3)

Morte simbólica (3)

Sexualidade (3)

Urgência (3)

Grupo (1, 2, 3, 4)

Finitude

Metanoia

Transformação

Self grupal (3, 4)

Relacionamentos afetivos

Tristeza e depressão

Alegria

Persona

Metanoia

Trabalho

Puer/senex

Sociedade

Exclusão

Envelhecimento

Sexualidade

Corpo

4º ENCONTRO

Criatividade/reinventar (1)

Meia-idade (1)

Potência (1)

Grupo

Puer/senex

Metanoia

Relacionamento com os pais/familiares

Corpo

Energia

Envelhecimento

Relacionamentos afetivos

Trabalho

Transformação

Eixo puer-senex

Transformação

Corpo e envelhecimento

Finitude

Diversidade

A seguir, os temas foram categorizados para melhor compreensão do material. Contudo, observa-se que na maioria das vezes as categorias são intercambiáveis, não excludentes. Houve temas com maior incidência, recorrentes em todos os encontros. Foram eles:

Energia/corpo/saúde (1, 2, 3, 4)

Sexualidade (2)

Envelhecimento (1, 2, 3, 4)

Finitude (1, 2, 3, 4)

Grupo e self grupal (1, 2, 3, 4)

Relacionamentos afetivos (1, 2, 3, 4)

Maturidade e Transformações (1, 2, 3, 4)

Trabalho e aposentadoria (1, 2, 3, 4)

Relacionamento entre pais e filhos (2)

Para iniciar, apresento abaixo os conteúdos relacionados ao tema CORPO, SAÚDE e ENERGIA, surgidos em todos os encontros grupais, nos quais foram encontradas as seguintes falas:

“Falar sobre a meia-idade é ruim. Eu me sinto com bastante energia, mas o social não me vê assim.” (Marcelo, 50 anos)

“Penso: ‘Nossa, estou próxima de completar sessenta anos! É difícil, a energia não dá para fazer muita coisa ao mesmo tempo. Numa viagem, por exemplo, se sair durante o dia, não dá para sair à noite... Mas a questão que eu acredito que eu vou buscar é: será que precisa tudo isso mesmo? Ou dá para acalmar?’ (Iara, 59 anos)

“A relação com corpo e saúde muda. Diferente dos padrões da juventude.” (Ana, 47 anos)

“Há muito mais achaques físicos ou mentais.” (Marcelo, 50 anos)

“Hoje ligo menos por estar gorda ou se o cabelo está bom, como era na juventude.” (Marina, 54 anos)

“No trabalho, a meta é igual para todo mundo, todas as idades, mas você está mais lento.” (Paulo, 49 anos)

“Eu fico pensando que estar na meia-idade não é simples. Todo mundo olha e você tem um corpo muito diferente, o corpo vai se transformando cada vez mais. Claro que a gente vai tendo mais limitações. A gente tem que ter uns olhares mais específicos, que eu mesma tenho dificuldade, por exemplo, alimentação, sobre algumas questões que são escolhas também. Então, a gente vai tendo mais dificuldades de saúde também.” (Beatriz, 47 anos)

“A meia-idade tem perdas. Você não tem a mesma disposição corporal. Tem perda de energia. Fica mais acomodado, com medo de se aventurar na natureza, pelas mudanças físicas. Você não vai fazer trilhas na natureza como os jovens de 20 anos.” (Marcelo, 50 anos)

“A meia-idade traz certa melancolia, pois a lei da gravidade, o corpo cai, a beleza muda.” (Beatriz, 47 anos).

“Perde flexibilidade.” (Marcelo, 50 anos)

“Tem dor também, o corpo cai, se é menos belo.” (Marina, 54 anos)

“Quando vejo o padrão de moda em revista, que é bonita, magérrima, alta, sem celulite, jovem. Onde está a mulher da minha idade? Não tem. O padrão de beleza é jovem e estereotipado.” (Marina, 54 anos).

“Um dia dói as costas, outro dia range tudo. Estamos ficando crocantes. Não. Duros.” (Paulo, 49 anos)

“Eu acho que tem a questão de flexibilidade, tem a questão de dor no caso, tem algumas dores específicas, tem uma questão da beleza, uma questão de estética que se coloca. Pelo menos eu tô pensando assim. Eu nunca tive uma neura de perfeição, mas hoje você olha e fala: ‘Nossa, a lei da gravidade vai se impondo’, e é real, por mais que você não ligue. E, por exemplo, então a gente... Isso parece que cria uma certa melancolia também, claro que sim, eu acho que sim.” (Beatriz, 46 anos)

“Descobri que estou três centímetros menor, que é uma informação que eu cresci ouvindo, eu sabia que todo mundo quando envelhece, achata lá a cartilagem e você... Mas ontem... É real isso. Quer dizer, ela falou olha você está com x de altura. Eu falei: ‘Mas como?’. Eu tinha três centímetros a mais.” (Marcelo, 50 anos)

“Diminuí três centímetros, essa informação para mim não caiu leve, foi assim um negócio pesado para mim entendeu, porque é como se isso é... É inexorável, é claro, envelhecer e tudo, mas é a confirmação, de fato, de que isso... Neste momento eu estou vivendo isso, quer dizer, até ontem isso não acontecia. Eu andava na rua, eu até comentei com você, as pessoas me chamavam de você. Hoje ninguém me chama de você, só ‘senhor’, isso me cansa, é uma coisa que me irrita, ninguém mais me chama de você. Então, eu tô dizendo que eu não tenho medo nem nada, mas é só um dado que é o lado B, que talvez você chame. Quer dizer que não é tão bonito assim. Eu quero meus três centímetros de volta, eu quero levitar sobre as pedras de Trindade, eu quero essas coisas, e essas coisas não tem mais. Então, como conviver com isso de forma pacífica? Achando graça ou se deprimindo, né?” (Marcelo, 50 anos)

“Relaxa. É aquela coisa assim: você começa a ver que para chegar no chão é mais difícil, o chão tá tão longe, para sentar no chão... Pô, faz parte do processo. Se você

for criando caso para tudo isso, você está ferrado, você está frito. Esquece. (Paulo, 49 anos)

“Então, se tem tanta coisa que melhora, por que é que o resto tem que piorar, por que a força da gravidade tem que ser tão radical? Eu acho que é isso.” (Marina, 54 anos)

“O adolescente tem até um médico específico, o hebiatra. O adolescente, ele passa nessa fase... Antes ele ia ao pediatra e agora ele vai ao hebiatra, que é o cara que cuida a partir de... sei lá, como é que classifica? A partir de quatorze anos, quinze anos, né? Então, ele tem a mudança da voz, no caso dos meninos, né, os pelos começam a nascer e tudo mais. Os hormônios estão a mil. Então, ele ainda é uma criança, mas ele tem um corpo... Então, essa meia-idade está me parecendo um pouco essa sensação do jovem com a adolescência.” (Marcelo, 50 anos)

Os temas TEMPO, ENVELHECIMENTO e FINITUDE se relacionam diretamente com CORPO, SAÚDE e ENERGIA:

TEMPO, ENVELHECIMENTO e FINITUDE:

“Quando eu cheguei numa certa idade, falei: ‘Puxa, eu já vivi metade da minha vida no mínimo, né? Então, a questão da finitude se torna mais presente efetivamente e a gente pensa sobre isto de uma forma um pouco mais... Pelo menos para mim, esta questão se colocou de uma forma presente. De pensar na finitude a partir de outros olhares.” (Beatriz, 47 anos)

“Aflição com o tempo. Angústia. Insatisfação. Meia-idade não é uma fase de grandes vitórias.” (Marcelo, 50 anos)

“Caramba, meio século ano que vem. Impactante. Não é negativo, mas pesa.” (Paulo, 49 anos)

“Pensar ‘cinquenta anos’ não dá um sentido de urgência? Eu tenho esta sensação.”
(Marcelo, 50 anos)

“Eu penso: ‘Ano que vem faço sessenta’. Sessenta. E agora? É difícil.” (Iara, 59 anos)

“Eu me dei conta quando eu recebi o convite... Olha, curiosamente, gente, agora que eu me dei conta que eu estou na meia-idade; eu não tinha concatenado, por incrível que pareça. “Nesta idade em que estou, eu estou me permitindo ir com menos expectativas nas coisas e ir mais aberta e ir mais livre mesmo para conhecer e não me angustiar tanto, porque a impressão que dá é que se a gente parar pra ficar pensando o tempo todo ‘estou envelhecendo’, ‘estou envelhecendo’, como algo assim negativo, evidentemente a gente vai ficar meio para baixo. Então, é tentar viver cada fase da melhor forma possível, da melhor maneira possível, como foi a adolescência, como foi a fase adulta e agora é a meia-idade.” (Letícia, 46 anos)

“Falar a idade pesa, é difícil, impactante.” (Marcelo, 50 anos)

“Eu acho terrível [estar na meia-idade], realmente está me incomodando muito. Eu acho que há um descompasso entre o meu desejo, a minha vontade; eu especificamente estou num momento da minha vida de início, de começo. Quando se fala em meia-idade, se imagina justamente ou estabilidade ou estabilidade para o final, né? Uma coisa já que... Então, há um *delay* aí entre o que a nomenclatura determina e o meu estado de espírito. Por exemplo, eu me sinto um cara com muita energia e estou num momento da minha vida onde é necessária muita energia, porque eu tô num momento de recomeço de muitas coisas. Então, parece incompatível esses dois momentos.” (Marcelo, 50 anos)

“Eu fico pensando uma coisa que foi particularmente, para mim... O que cada vez mais tem se fortalecido é a minha relação com o tempo. Eu sempre fui uma pessoa que eu me considerei mais “pilhadona”, mais ansiosa, uma pessoa muito ativa, que corria atrás das coisas e, então... Por exemplo, nossa, com vinte anos eu ficava desesperada achando que eu não ia dar tempo de fazer nada, enfim... E daí eu fico pensando nesta questão da passagem do tempo e que, pra mim, esta relação com o tempo vem tomando cada vez mais dimensões muito diferentes, de como eu quero

me relacionar com o tempo seja ele como ele for. Tem tanto o tempo cotidiano como com este tempo cronologicamente, que eu ainda não sei qual é ainda, mas qual é a relação com este tempo e o que eu quero tentar priorizar na medida de que façam mais sentido para mim.” (Beatriz, 47 anos)

“Então, não é o tempo que passa rápido, é você que está mais lento. Puxa, não é o tempo que passa rápido, é você que está mais lento. Você tem que aprender a administrar seu tempo de um certo modo, ela está falando de uma maneira mais... Menos no relógio ali, o que é que eu quero fazer, o que eu vou escolher fazer, o que eu vou fazer com este meu tempo que eu uso mais devagar...?” (Paulo, 49 anos)

“Mas, sabe, eu acho que a gente está pensando em que escolha fizemos, porque vem muito a calhar... Se eu fiz uma escolha ou se eu não fiz outra e é ponto, se foi melhor ou se foi pior eu desconheço. E como é que eu organizo isso dentro de mim, aquilo que eu não escolhi lá fora... Mas eu posso escolher agora, qual o problema? Claro que com um critério da idade que se tem, não dá para escolher ir pra balada toda noite. Não vai funcionar. Mas quais outros (...) para trazer... rearranjar isto...” (Iara, 59 anos)

“Olha, a vida não é fácil pra ninguém, mas a questão é que a gente tem que continuar vivendo. E a gente vai ter problemas, vai doer, mas vamos continuar vivendo. É o que você estava dizendo: ‘Mata a bola no peito, bota ela no chão e continua jogando’. A gente sabe que dói, mas tem que continuar o jogo. O que eu fico pensando é que quando você fala do morro e você está no alto do morro e consegue olhar o que foi e consegue projetar o que vai ser... É que essa consciência da dor, de coisas que a gente fala ‘puts é assim’... Mas é só que vamos aí, tem que ir, né? Sendo que tem que continuar, porque é isso: a gente já cometeu vários erros, vários acertos e é isso, né, estamos aí no jogo.” (Beatriz, 47 anos)

“Você segura a onda dos erros, curte os acertos, se ferra com os erros e por aí vai. Agora, essa imagem do morro... Tem aquela coisa também, né, quando você olha para a parte que está faltando é só ladeira abaixo. Você fala: ‘Meu Deus do céu’.” (Paulo, 49 anos)

Jung afirma que o ego é também um ego corporal. Sabemos que por meio do corpo a pessoa vai se identificando com um gênero, uma idade, um lugar social, um valor ou uma desvalorização. Então, as transformações do corpo com o envelhecimento também trazem necessidades de adaptação e construção de uma nova identidade. Como se apresenta essa questão na consciência das pessoas acima de quarenta anos? Os achados sobre esse tema no grupo apontam para um processo de luto e momentos de melancolia com essas perdas físicas, de força e beleza. Este tema é o que mais apresenta uma relação de perdas, sem ganhos.

A mais paradoxal vivência do passar do tempo é a experiência de um corpo que declina em aparência e funções e uma mente que se amplia, se modifica, que não apenas se fragiliza, mas que também se fortalece. No grupo, as perdas não foram negadas nem omitidas, mas sim compartilhadas. As formas de adaptação também foram expressas nas falas do grupo. As pessoas nessa fase de vida têm duas possibilidades de adaptação: aceitam as modificações corporais e constroem suas vidas a partir do novo corpo, com o *quantum* de energia disponível, ou perdem os ganhos da idade e ficam paralisados na vida, enredados em sentimentos depressivos.

Lopes-Pedraza (1997), em seu livro *Ansiedade cultural*, afirma que o indivíduo que quer ter a mesma velocidade e ter os mesmos impulsos que tinha quando jovem é uma pessoa que apresenta falhas ou mesmo paralisia no processo de iniciação da vida adulta. Mas esse desejo surge na mente das pessoas na meia-idade. A existência dessa fantasia não deve ser simplesmente negada, mas necessita ser criticada, precisando haver um diálogo com a nova realidade corporal. Há uma clara correspondência no que se refere à meia-idade entre as mudanças e o envelhecimento do corpo, de um lado, e as transformações da mente, de outro. As mudanças corporais implicam em processos de adoecimento e fragilizações físicas. É importante tarefa egoica elaborar a existência de uma nova agilidade e energia, agora mais lenta, diminuída e nem tão heroica. O ego heroico da juventude não tem a capacidade de elaborar o funcionamento de um corpo menos heroico.

Nas falas dos participantes do grupo, observamos desde tristeza e estranhamento até expressões de adaptação e familiaridade com esse novo corpo

que se apresenta. Como aparece nessas falas, a pessoa na meia-idade, da mesma forma como ocorre na adolescência, tem um novo corpo, que promove estranhamento e lutos, e este corpo tanto é marcado pela passagem do tempo como marca essa passagem.

Como citado anteriormente, Byington (2002) também denomina como uma segunda adolescência a meia-idade, ressaltando que a consciência sofre uma crescente mobilização do arquétipo da totalidade neste período. Isso acontece pelo confronto realista e presentificado da finitude da vida. A morte agora é percebida ora como limitações ora como morte real dos pais ou como consciência da finitude da própria vida.

Esse autor ressalta ainda que na crise da metanoia ocorre nova ativação do arquétipo da alteridade e o ego integra o funcionamento da posição dialética, agora na atitude ativa, diferente da atitude passiva da adolescência, em que a consciência é tomada pelos símbolos, levando o sujeito a realizar suas mobilizações com pouca ou nenhuma reflexão. Podemos perceber que em adultos cuja psique apresenta dinamismos da metanoia, o contato do ego com os diversos polos opostos da psique ocorre de maneira mais reflexiva, com maior fluidez, possibilitando a utilização dos potenciais de desenvolvimento de diversos dinamismos da psique nas exigências da vida cotidiana.

Hollis (1995) afirma ser o pensamento realista o tipo de funcionamento de pessoas na meia-idade. Isso confere um senso de perspectiva, que leva a uma acomodação da inflação do ego heroico da juventude e de sua arrogância e mostra a diferença entre esperança, conhecimento e sabedoria, o que, por sua vez, induz um restabelecimento do equilíbrio, levando a um relacionamento humilde e digno com o universo. Assim como Byington, esse autor também observa uma dialética na consciência das pessoas da meia-idade, que provoca mortes e renascimentos simbólicos trazidos pelo reconhecimento da inevitabilidade das mudanças no fluxo contínuo da vida.

A correspondência das transformações emocionais e mudanças corporais são bastante mobilizadoras desse processo e já se percebe aqui que o funcionamento egoico das pessoas na meia-idade, as quais se encontram num processo de metanoia, permite a construção de novas adaptações.

Galiás (2012) refere que a mobilização do arquétipo do Herói na adolescência é do tipo herói de ação e que na fase adulta ele se transforma no herói contemplativo da senescência, “cuja ação é reflexiva, trazendo a possibilidade do desapego e a passagem da vida adulta plena para a velhice” (p.12).

O corpo que envelhece juntamente com a psique que compreende a aproximação da morte e da finitude como algo muito mais real também pode ativar o funcionamento dos arquétipos da vida e da morte na consciência, quando a pessoa na meia-idade apresenta um processo de metanoia. Esse processo permite a elaboração simbólica de tais opostos complementares. A elaboração acontece pelo contato mais consciente com os opostos e pela intensificação do fluxo de energia entre o campo de contato deles.

No grupo, observou-se a presença de maneiras criativas de lidar com as perdas e modificações corporais. O corpo transformou-se numa ponte para o conhecimento e para a elaboração de novos conteúdos da psique e sua consequente integração na personalidade consciente. O ego agora ativado pelo arquétipo do herói contemplativo permite maior reflexão e autoconhecimento.

O diálogo entre o ego contemplativo e os arquétipos da vida e da morte possibilita a seleção daquilo que deve ser mantido e intensificado, assim como um processo de luto e descarte daquilo que se transformaria em paralisação e regressão. O corpo deve ser vivido como aquilo que ele é, com a energia e a força que ele possui, mostrando a beleza que tem na maturidade.

O tema CORPO, SAÚDE e ENERGIA também se liga intensamente às falas relativas ao tema SEXUALIDADE e RELACIONAMENTO AFETIVO apresentados na sequência:

SEXUALIDADE

“Trouxe essa letra de música para falar da meia-idade: ‘Eu quero ovo de codorna para comer, o meu problema ele tem que resolver. Eu tô madurão, passei da flor da idade, mas ainda tenho alguma mocidade.’” (Paulo, 49 anos)

“É o Viagra da época.” (Beatriz, 47 anos)

“Lembrei daquela música: ‘Panela velha é que faz comida boa’.” (Marina, 54 anos)

“As mulheres na meia-idade tem mais questões para serem resolvidas.” (Leticia, 46 anos)

“Por causa dos hormônios, tem muita mudança.” (Beatriz, 47 anos)

“Mas o homem tem que funcionar. E é muito diferente dos vinte anos, em que sempre funciona, e depois dos quarenta anos não funciona sempre.” (Paulo, 49 anos)

“Para os homens é difícil. Eles não falam uns com os outros. Acaba virando piada...” (Marcelo, 50 anos)

“Os homens quando brigam falam: ‘Você não tem mais capacidade para nada’, sexualmente falando.” (Paulo, 49 anos)

“Para o homem é complicado, porque o órgão sexual é externo e aparente. Mas nós mulheres passamos por muitas mudanças hormonais, mudam ou variam muitos aspectos.” (Beatriz, 47 anos)

“A mulher não tem a cobrança do desempenho. Quando você é novo funciona do jeito que você quer, na meia-idade funciona quando o pênis quer. Você não controla o pênis. Quando falha, a mulher diz ‘Você não gostou’ ou nunca mais quer sair com você. Nos sentimos com algo (o pênis) que vai nos derrubar, caso não funcione.” (Paulo, 49 anos)

“O homem se pergunta: ‘O que posso falar para minha parceira? (sobre as dificuldades que pode ter na ereção, se ela vai compreender...) É um turbilhão de informação, não entender o outro, não respeitar o outro.” (Letícia, 46 anos).

“Talvez nos fechemos mais na maturidade por vergonha de se relacionar, porque se você não pode conversar sobre as mudanças do corpo não dá para se relacionar.” (Beatriz, 47 anos).

“O jovem tem facilidade para funcionar [sexualmente], mas nem sempre tem um vínculo. Na meia-idade você consegue levar o relacionamento mais a fundo.” (Marina, 54 anos).

“A facilidade de funcionamento (ereção) é que leva o jovem a se jogar em diversos relacionamentos.” (Paulo, 49 anos)

“Os homens não são solidários para falar das coisas do envelhecimento que afetam a sexualidade. As mulheres têm cultura diferente, são solidárias entre si e falam. Homem também não ia ao médico, exame de próstata tem preconceito.” (Paulo, 49 anos)

“As publicações de vocês são interessantes. Têm na capa temas de sexo, debatem o assunto, falam, explicam. Isto é muito novo para o homem. Tem agora uma revista que fala como agradar uma mulher na cama. E não é revista de sacanagem. Fala de relacionamento.” (Paulo, 49 anos)

“Homem é um mal doente.” (Marcelo, 50 anos)

“Ficar doente pega a coisa da ‘macheza’ e da virilidade.” (Paulo, 49 anos)

“Também por isso a questão do exame de próstata. Quem é prostático não tem virilidade, mexe com a virilidade.” (Marcelo, 50 anos).

“Não ter ereção, para os homens, pega na coisa do orgulho e, para a mulher que você está na hora, é visto assim que você falhou.” (Paulo, 49 anos)

“As mulheres em si são mais solidárias entre amigas, para falar das questões da sexualidade.” (Marina, 54 anos)

“Para o público masculino não ter ereção tem a coisa do orgulho, para a mulher tem a visão de que ele falhou. Tem mulher que não encara assim. Outras nunca mais você sai com ela – se acontecer, ela some.” (Paulo, 49 anos)

“O organismo de vocês não muda [para a sexualidade], o nosso muda.” (Paulo, 49 anos)

“Mas nós temos problemas hormonais que não são fáceis.” (Marina, 54 anos).

“Mas a gente [homem] tá acostumado com funcionar, e o pênis muda.” (Paulo, 49 anos)

“Para o homem, se falhar é complicado, por ser o órgão sexual externo e aparente. Mas nós, mulheres, passamos por muitas mudanças. As relações sexuais vão tomando outros rumos. Para nós também muda, por causa dos hormônios. Muda em vários aspectos.” (Beatriz, 47 anos).

“Mas a mulher não tem a coisa do desempenho. Para o homem [na meia-idade], a coisa do desempenho é uma cobrança muito grande.” (Paulo, 49 anos)

“Se a gente não consegue falar sobre isso, pode dar uma travada legal na meia-idade a questão da sexualidade. Uma coisa é você se relacionar casualmente. E se você tiver a fim de construir um relacionamento mais legal, aí tem que ter muita disponibilidade para conversar.” (Beatriz, 47 anos)

“Os homens se separaram e casam com mulheres vinte anos mais jovens, dezoito anos mais jovens, e é um fenômeno muito forte isto...” (Beatriz, 47 anos)

“Mulheres de quarenta, 45 anos que abrem caça, literalmente abrem caça, elas vão atrás de rapazinhos. Americana é *cougar*. Inclusive essa coisa da *cougar* tem até um seriado, chama *Cougar Town*.” (Paulo, 49 anos)

“Mas as mulheres também fazem este caminho, né? As mulheres mais velhas com homens mais novos... É menor, mais ascendente este movimento...” (Marcelo, 50 anos)

“Isso [mulheres mais velhas com homens mais novos] é menor, mas existe também. Tem até um seriado americano sobre isso. Porque na verdade tem um quê de machismo que a mulherada vai muito atrás. A mulherada está muito machista hoje, nesse sentido de copiar os homens no que tem de pior na verdade. Porque esse tipo de coisa... Eu tenho outro colega de trabalho, 46 anos, só sai com menininha de vinte anos, 22. Você vai conversar com o cara, e ele fala: ‘Pô, eu tô pensando em trocar de carro também e pegar um carro assim, assim e assado, porque a mulherada fica doida também’. Pô, eu gosto de carros, que é um assunto que as mulheres de uma maneira geral não gostam, mas eu gosto de carro porque eu gosto

do carro. Se vai ter gente olhando ou não vai, é outro papo. Eu quero um carro, motor, potência, não sei o quê. Sou fã de fórmula um e coisa do gênero. O cara não, ele quer saber qual é o quociente de aproximação de garotas que eu vou conseguir com determinado modelo. Viva o Viagra... Os homens se sentem capazes de ficar com mulheres mais jovens.” (Paulo, 49 anos)

“Relaxa que você não vai dar conta de uma menina de vinte. Você pode ficar um pouquinho com ela... É sério. Relaxa porque não rola, seja no aspecto físico, que vocês estão dando tanta risada, seja em outro, pô, porque é aquele negócio: você sai pra balada na quinta, na sexta, no sábado, no domingo, ela está doida pra ir na balada de novo e você só quer ficar na cama, você quer descansar... Pra dormir, parar no sofá assim e assistir o futebolzinho no domingo, ‘aqui, deixa eu quietinho’.” (Paulo, 49 anos)

“Só atração não basta mais. Na meia-idade o começo é difícil. Não rola tão fácil. As pessoas estão mais doentes ou mais cansadas.” (Paulo, 49 anos)

O tema da sexualidade parece mostrar que o enfrentamento da passagem do tempo lança questões ligadas ao medo das transformações corporais e da capacidade de atrair o outro, obter e dar prazer. O grupo traz diversas falas em que a necessidade de diálogo com parceiros habituais e parceiros eventuais para a realização de uma vida sexual prazerosa é importante nessa fase de vida. Mas existe aí também o seu maior desafio. As fantasias de conquista de parceiras e parceiros mais jovens, para reafirmar a capacidade de sedução e potência erótica, são amplamente observadas na sociedade em pessoas na meia-idade.

Salles (2007) relata:

A iniciação do homem e da mulher nas artes de Vênus exige que sejam agressivos e selvagens. Daí o termo “conquista” ter origem marcial. No entanto, essa natureza selvagem, que reside em todos nós desde a origem dos tempos, tem de passar por uma “socialização” para permitir o convívio em sociedade. (...) Ambos [o homem e a mulher] devem sofrer alguma perda para se adaptarem a um novo estágio de desenvolvimento. Na *Arsamatoria* (OVID, 1999), “Apolo” diz a Ovídio: “Tu que ensinas o lascivo amor, vamos, conduze teus discípulos ao meu templo, onde uma inscrição celebrada pela fama em todo o mundo ordena a cada um que se conheça a si mesmo” (p. 23).

Salles utiliza-se ainda da visão de dois outros autores para aprofundar a questão da sexualidade: a visão de Jung, para quem “nas fantasias de uma pessoa, a vida sexual se apresenta análoga a um intenso processo de individuação” (referências), e a de Hillman, que mostra que “o assim chamado instinto de individuação tem um forte componente sexual, uma base erótica” (referências). O autor conclui que a atratividade entre os seres humanos tem no desenvolvimento individual, na maturidade e no autoconhecimento uma base fundamental.

Podemos observar uma grande dissonância para as pessoas de meia-idade: o corpo que se transforma, no sentido de perdas de potência e beleza física, junto à psique que se transforma ampliando-se por meio dos processos da metanoia. A pessoa na metanoia tem sua personalidade consciente ampliada e fortalecida, mesmo que à custa de enfrentamento de crises e sentimentos de tristeza e depressão, bem como da percepção de que nessa fase a energia disponível é menor.

A sexualidade leva a um confronto com o outro e consigo mesmo. No grupo de participantes da pesquisa, o material surgido mostra que as experiências, necessidades e fantasias sexuais exigem novas adaptações da personalidade nessa fase da vida. Esse material revelou também que tais adaptações, quando bem realizadas, constroem caminhos para o autoconhecimento e para a busca de uma vida genuinamente prazerosa.

A vivência da sexualidade implica em enfrentar medos, sofrer angústias e ansiedades ao se expor ao outro e a si mesmo, física e psicologicamente, na busca de exercer essa parte tão significativa da vida.

A respeito do medo, Carotenudo (1994) declara:

Também o medo, segundo meu modo de ver, não pode ser captado no seu real significado com as modalidades habituais de pensamento: para encarar de frente o que nos amedronta, devemos estruturar novas perspectivas psicológicas (p. 214).

E mais adiante:

No fundo, pode-se pensar que o medo seja como que uma porta que dá para o inconsciente. Por definição, inconsciente indica algo que está longe da nossa experiência e, por conseguinte, que “somos movidos” pelos estímulos interiores. Como eu afirmava antes, aquele que reage rapidamente aos estímulos externos faz isso

instintivamente, ao passo que com a reflexão se reduz a autonomia do inconsciente e a ação nasce apenas depois de ter passado toda a situação pelo crivo do Eu consciente. Então, diante de uma circunstância que sinto como perigosa, compreendo coisas novas; e isso significa que aquele perigo se torna para mim fonte de ensinamento (p. 220).

Com isso, vemos que, ao enfrentar os medos, angústias e ansiedades frente às experiências da sexualidade, um olhar para dentro de si é mobilizado e que por meio dessa reflexão se reconhece forças psíquicas novas que derivam modos de funcionamento emocional mais maduros e gratificantes. Implica também em conhecer sua própria beleza e força atual, diferente da juventude, mas atrativa e potente.

O tema RELACIONAMENTOS CONJUGAIS E AFETIVOS, intimamente relacionado com o tema da SEXUALIDADE, surgiu em três encontros grupais – 1, 3 e 4 – com as seguintes falas:

RELACIONAMENTOS CONJUGAIS E AFETIVOS

“Na meia-idade, tem estabilidade em relacionamentos antigos, mas para começar um relacionamento na meia-idade é muito mais difícil. Não é aquela coisa da juventude que está todo mundo lindo e tem atração física. Na meia-idade, tem que ter atração e outras coisas mais.” (Beatriz, 47 anos)

“A afetividade na meia-idade é muito diferente. No jovem, é paixão, para o adulto, é companheirismo, respeito, individualidade. Isso tudo é muito mais importante. Cria-se mais respeito, é cada um na sua casa. Eu não quero, em vez de somar, dividir. Não serve mais. Quero individualidade e respeito. Férias, vamos viajar, fim de semana, sair. Com o jovem é diferente: ou você é igual a mim, pensa igual a mim ou não tem conversa. Jovem tem dificuldade de curtir o diferente.” (Marina, 54 anos).

“Na juventude, apego é diferente, tem que ser tudo ‘faça como eu quero’. Na meia-idade, somos convidados para repensar a construção que a gente fez. Estou

casada, mas já separei tanta coisa. Mas não é sem dor para sair do [modelo] ‘se você não fizer igual a mim, é porque não gosta de mim’.” (Iara, 59 anos).

“Na meia-idade tem que renovar o vínculo.” (Paulo, 49 anos)

“Afetividade é o campo mais espinhoso. Para as mulheres nesta idade que estão sozinhas não é simples. Será que tem menos homens? Tem muitas mulheres que não estão acompanhadas. Não há relacionamentos significativos. O tempo interno é muito diferente do cronológico. Rolam questões, fica mais difícil na meia-idade. Não é tão simples na meia-idade. Os relacionamentos precisam ser significativos.” (Beatriz, 47 anos)

“Você fica mais velho, fica mais exigente. Mais novo vai na paixão, que chega e passa. Um amigo meu de 45 anos, que é solteiro, diz que se ele não acha o que quer ele prefere ficar sem ninguém.” (Paulo, 49 anos)

“Faço uma pergunta para os homens do grupo: os homens se casam com mulheres 20 anos mais jovens depois do divórcio?” (Beatriz, 47 anos)

“Eu acho que tem uma coisa além: o homem mais velho, olhando para as meninas mais novas. Então, o que acontece com a mulher de meia-idade que está sozinha é que ela continua sozinha, a grande maioria...” (Marina, 54 anos)

“Tenho um amigo de 46 anos que compra determinado tipo de carro para pegar garotas. Só sai e ‘transa’ com garotas de vinte anos.” (Paulo, 49 anos)

“É comum homens mais velhos olhando para garotas de vinte anos. A mulher de meia-idade fica sozinha. Minha irmã tem 48 anos e depois do divórcio não encontrou ninguém – só aparece casado ou lixo. O homem parece ter medo dessa mulher independente, provedora, executiva, assertiva. O homem machista não suporta.” (Marina, 54 anos)

“Fica um estranhamento, porque é novo para o homem. Ele era o provedor, e agora a mulher também é. Quando ele tem um carrão ele pensa: ‘Eu sou o carro, eu viro um objeto, me vejo potente’. É pela vaidade, mas, de repente, tem que lidar com essa mulher que tem independência.” (Marcelo, 50 anos)

“Com a mulher mais nova, o homem fantasia preservar a juventude e que vai dar conta, porque não vai exigir muito dele.” (Iara, 59 anos)

“Homem não tem cauda de pavão, então, ele compra um carrão para chamar a atenção.” (Paulo, 49 anos)

“Há também uma vaidade não física, mas do saber: você poder descortinar algo que você vivenciou e pode transmitir para a pessoa mais nova.” (Marcelo, 50 anos)

“Na meia-idade, as pessoas só querem o bom da relação. Não querem o perrengue do dia a dia. Querem viajar, sair para comer, ver filmes.” (Marcelo, 50 anos)

“O homem pavão é diferente. É um homem mais ou menos ‘galinha’, quer mulher. Ao homem foi permitido ter vários relacionamentos. A mulher já encontra um espaço maior para isso hoje.” (Marcelo, 50 anos)

“O homem não tem a cauda do pavão e ele tem que inventar para mostrar seu símbolo fálico. Meu amigo pavão tá sempre trocando de mulher, não tem [bom] senso.” (Beatriz, 47 anos)

“O homem pavão não tem substância [nos relacionamentos afetivos]. Mas para o pavão aquilo basta (o carrão).” (Letícia, 46 anos)

“Vivemos os perrengues do relacionamento de outro jeito. O que é mais importante é ser de fato companheiro, não importa se mora junto ou separado.” (Beatriz, 47 anos)

“Perrengue é quebrar pau, fechar o tempo. Não se tem mais paciência para isso.” (Paulo, 49 anos)

“Tem perrengue financeiro também.” (Beatriz, 47 anos)

“Mesmo não sendo casamento tradicional, para quem já passou por um casamento, a disposição para os perrengues do casamento é menor. Na meia-idade queremos uma coisa prazerosa.” (Marcelo, 50 anos)

“Nos casamentos longos, a gente casa e não casa com aquele que pensou que casou. Percebe isso na meia-idade. Percebe enganos. Ele é de um jeito, e eu sou de outro. Mas isso ajuda. Vai se constituindo um sentido. Eu consigo viver com

muito mais facilidade com a diferença. Incomoda menos, posso lidar de outra forma.”
(Iara, 59 anos)

“Quando vejo um jovem falando que não namora com mulher que tem celulite, penso: ‘Ainda bem que passei dessa idade’.” (Marina, 54 anos)

“Na meia-idade, dificulta a forma como você conhece gente. Vai ficando restrito. Caiu o preconceito contra a internet. Você conhece pela internet e depois vai conferir se a pessoa é legal ou não, se ‘bateu’ ou não.” (Marcelo, 50 anos)

“Eu tô tentando o modelo de não morar na mesma casa, tentando o modelo ‘só o ônus e não o bônus’. Mas minha namorada fala que eu tô muito traumatizado. Mas eu não quero casar, pelo menos não agora.” (Paulo, 49 anos)

“É um traço feminino: mulher sempre quer casar.” (Paulo, 49 anos, e Marcelo, 50 anos)

“Eu não quero casar, minha irmã quer.” (Marina, 54 anos)

“Eu não tenho um modelo pré-definido, quero poder me relacionar pelo que é saudável de cada um.” (Beatriz, 47 anos).

“Eu acho que... eu acho que não. Eu tenho vontade de ter um relacionamento amoroso mais bacana, mais comprometido, mais sério, mas eu fico pensando, nesse momento, nessa faixa etária, eu fico pensando como você faz isso de uma forma legal, para conhecer alguém que tem haver, que você consiga compartilhar projetos que façam sentido para você e para outra pessoa.” (Beatriz, 47 anos)

“Me pergunto sobre relacionamento amoroso: ‘Será que vai acontecer?’. Tem que ser algo legal. Tem que compartilhar. É um ponto de interrogação: ‘Como poderá ser?’.” (Beatriz, 47 anos)

“Estar aberto para se relacionar [na meia-idade], acho que vale.” (Paulo, 49 anos)

James Hollis (1995) nos conta que a vida em comum, os longos casamentos ou namoros desgastam as projeções de *anima* e *animus*.

Por conta desses desgastes, a relação com o outro na meia-idade é fortemente marcada pelas desprojeções desses arquétipos nos longos relacionamentos afetivos. Contudo, observamos isso também acontecer nos relacionamentos mais recentes e de menor duração. A experiência da maturidade e a vivência da metanoia, com a emergência dos opostos na consciência, parecem facilitar as desprojeções e fantasias de completude absoluta com o outro. O outro não corresponde às projeções, aliás, nunca corresponderá. Nas falas do grupo, isso aparece de maneira bastante característica, tanto no que diz respeito às qualidades dos relacionamentos quanto às impressões e aos desejos de futuros relacionamentos. Diferente do que Hollis relata sobre um modelo de fusão ou proximidade que carrega uma fantasia de que por meio da união com o outro a vida e a própria personalidade estará completa – muito frequente nas fantasias da juventude e da idade adulta jovem –, as falas do grupo apontam para a necessidade de diferenciação, individualidade e troca, sem a perda de si mesmo. O modelo de fusão já vivenciado nas fases anteriores de desenvolvimento trouxe experiências de completude, mas também de frustração e não cabe mais no modo de funcionamento das pessoas de meia-idade, que se encontram em meio aos processos da metanoia.

Hollis (1995) afirma que na fase da maturidade cada parceiro apóia e estimula um ao outro, “mas não podem executar tarefas de desenvolvimento ou de individuação para o Outro” (p. 67). Segundo ele, “este modelo representa o abandono da noção de que um será salvo pelo Outro” (p. 68). O processo de individuação é compreendido como uma tarefa pessoal. Esse dinamismo foi bastante observado nas falas do grupo. Também foi observada a tendência de vivenciar a alteridade nos relacionamentos já existentes ou de projetá-la nos planos de relacionamentos futuros. Como afirma Hollis (1995), um relacionamento maduro pode oferecer companheirismo, respeito e apoio mútuo, com os benefícios da dialética dos opostos, que traz a aceitação das diferenças. Com isso, a experiência da alteridade, em que há trocas com a alteridade do parceiro, engrandece a própria personalidade. Nas falas do grupo, relacionamentos no modelo de fusão trazem sentimentos de asfixia e não sustentam mais as necessidades afetivas das pessoas na metanoia. Nesta fase, o chamado é para o crescimento interior e ficou ressaltado que a ligação com o outro é satisfatória quando ajuda a expandir as possibilidades da própria psique.

Contudo, a consciência coletiva parece ainda funcionar numa parcela significativa da população de meia-idade, que se encontra apoiada em modelos menos maduros e até pouco desenvolvidos emocionalmente.

Em diversas falas do grupo, foram identificadas a solidão e a dificuldade, mais acentuadamente no caso das mulheres, de construir novos relacionamentos na meia-idade. Isso se deve em parte ao fato de existir muitos homens com mulheres mais jovens e mulheres na meia-idade sem um par afetivo. Fica claro que muitas vezes as projeções da anima e do animus ainda são a solução encontrada por um grande número de pessoas para desenvolver a própria personalidade individual na meia-idade ou, ao invés disso, para ainda se apoiarem no modelo de fusão, baseado no pensamento mágico de que o outro se torna a ligação mais profunda com a própria vida e com uma juventude perdida.

O relato de relacionamentos de homens com mulheres muito mais jovens e a nova tendência de mulheres que desenvolvem o mesmo modelo – o que pode ocorrer em relacionamentos mais duradouros ou em uma somatória de relacionamentos curtos – parece demonstrar a existência de dificuldades para se confrontar com a senescência e com o engrandecimento do desenvolvimento da personalidade madura. Parece apontar também para uma dificuldade de integrar no desenvolvimento da personalidade individual dinâmicas do eixo puer-senex, cabendo às projeções de anima-animus encobrir tal dificuldade.

Nas falas do grupo, fica claro que essa característica da consciência coletiva dificulta e traz vivências depressivas para as mulheres da meia-idade, que buscam relacionamentos mais maduros e gratificantes. Isso porque há um grande número de homens nessa faixa etária que apresentam fixações promotoras de regressões prejudiciais ao desenvolvimento da personalidade.

No que diz respeito a este tema, a relação com a visão da sociedade sobre o fato de uma pessoa estar na meia-idade parece expressar a necessidade de novas adaptações da persona e dos diálogos ego-self. Discutiremos em maior profundidade essas relações a partir do tema SOCIEDADE.

Em relação a AMIZADES foram encontradas as seguintes falas:

“Você valoriza mais [as amizades]. A quantidade diminui, mas a qualidade melhora muito. Pode ficar sem ver um tempo, mas a amizade permanece. Muda o jeito que você cuida da amizade. O nível de discussão com os amigos é outro. Você fica três horas batendo boca, tirando ‘sarro’, a conversa é mais gostosa.” (Paulo, 49 anos)

“Você tem um número mais fechado. Mas com amigos mesmo, pessoas que você pode brincar dar risada, pessoas que você ganha um prazer da companhia muito maior, é mais lúdico, é mais divertido.” (Beatriz, 47 anos)

“Não é ‘patota’. São pessoas de ligações ou de lugares diferentes.” (Paulo, 49 anos)

“Na juventude, tinha que vestir igual, ir no mesmo tipo de balada, de barzinho... Agora é muito mais amplo.” (Paulo, 49 anos)

“É um relacionamento mais sólido de amizade, depois de certa idade. Quando a gente é jovem, somos colegas, aquela turminha, tem um amigo, uma amiga que você fica colado o tempo todo. Depois de certa idade... Não precisa ficar grudado como na juventude. Eu acho que tenho mais amigos hoje do que na juventude. É mais consistente. São amigos, não colegas. É um relacionamento mais sólido de amizade, depois de certa idade, amigos que fui constituindo. Amigos antigos e amigos novos.” (Marina, 54 anos)

“Eu também. Amigos que fui construindo e amigos recentes.” (Marcelo, 50 anos).

“A gente está com a pessoa porque efetivamente quer estar. Não fica preocupado em ser aceito. Depois da meia-idade, essa coisa de ser aceito é sentido como uma chatice. A gente está junto porque escolheu estar junto. E também negocia sem grandes problemas, não tem cobrança que o outro te satisfaça.” (Beatriz, 47 anos)

“A liga é maior com as amizades entre pessoas que estão na meia-idade, porque tem essas coisas comuns do contemporâneo. Não que você não possa ter [amizade] com gente mais jovem, gente mais velha... Não que você tenha que restringir. Mas com pessoas de meia-idade, pode compartilhar as experiências de vida de um jeito mais profundo. São mais saborosas, têm um significado profundo de poder

compartilhar coisas, tem uma vivência comum que pode ser compartilhada e também uma nostalgia.” (Marcelo, 50 anos)

“Na meia-idade, a gente não se encolhe mais para poder caber.” (Iara, 59 anos)

“Na meia-idade, buscamos qualidade na relação.” (Beatriz, 47 anos)

“Na juventude, os jovens pensam: ‘Amigo: ou é igual a mim ou não é meu amigo’. Na meia-idade é diferente. Não precisa ser igual.” (Paulo, 49 anos)

“Na meia-idade, é muito bom ficar discutindo três horas com amigos de opiniões diferentes.” (Marina, 54 anos)

“Acho que por muito tempo a gente fica preocupado em ser aceito e, aí, você frequenta certos círculos, porque você acha que tem que ser... Mas depois chega uma hora que você fala: ‘Que chatice isso. Que chato’. Então, muda já essa chave. A gente quer estar junto porque a gente escolheu estar junto, bater papo então e fazer essas coisas juntos. Eu viajei com uma dessas amigas uma vez para Salvador. Então, a gente se divertiu horrores. E era muito legal, porque quando a gente não estava a fim, a gente: ‘Ó, beleza?’, ‘Beleza’. Então você negocia sem grandes problemas, não tem uma cobrança que o outro te satisfaça. É uma relação... Nossa, eu tenho amigos muito bons assim, muito camaradas, mulheres e alguns homens assim, que eu adoro.” (Iara, 59 anos)

Jung (1991), em *Tipos psicológicos*, afirma: “Como o indivíduo não é simplesmente um ser sozinho, separado, e como sua existência pressupõe um relacionamento coletivo, segue-se que o processo de individuação deve levar a relacionamentos coletivos mais intensos e amplos” (par. 755).

No tema sobre amizades, fica claro no material do grupo que as dinâmicas relativas ao contato com o outro acontecem de uma nova forma, diferente do papel das amizades na juventude. São experiências de desenvolvimento da personalidade por meio do contato com um outro que não precisa mais ser uma cópia de si mesmo, cujo encontro só pode existir numa identidade indiferenciada grupal.

Na meia-idade, em pessoas que estão em um processo de metanoia, o encontro é dado com o diferente e com o semelhante ao mesmo tempo. Não é necessário se limitar para poder conviver, e o encontro é satisfatório e fortalecedor de uma identidade própria, mas também compartilhada, de experiências semelhantes com as pessoas na mesma faixa etária.

Observamos no material do grupo a participação de um complexo fraterno bastante integrado ao funcionamento da consciência. As relações parentais foram profundamente modificadas pela passagem do tempo e até por trocas de papéis entre pais, mães, filhas e filhos, o que expressa mudanças na qualidade dos complexos parentais. Fica aí aberto um espaço de maior importância nas dinâmicas da consciência para o funcionamento do arquétipo fraterno e sua ligação com o complexo fraterno e o estabelecimento da função fraterna.

Barcellos (2009) relata que a função fraterna vai além da intercambialidade psicodinâmica contrassexual de anima e animus projetados no par irmão-irmã, como forma de diálogo com o interior mais profundo. Se na juventude esses diálogos com anima-animus fomentam projeções de um outro mágico, complementar nas relações amorosas e, na verdade, complementar para a busca da totalidade psíquica, nas pessoas de meia-idade é a função fraterna que pode intensificar ainda mais essa busca da totalidade, já que dinâmicas de desprojeção dos complexos parentais e de desprojeção de anima-animus foram bastante realizadas. Já há uma percepção de transformação interna da personalidade, por meio da integração de diversos conteúdos e modos de funcionamento anteriormente inconscientes. A função fraterna estabelecida no que chamaremos aqui de “eixo arquétipo fraterno-complexo fraterno-ego” se traduz na experiência da assimilação e apreciação da diversidade e das semelhanças entre as pessoas. Essa função psicológica também mobiliza relações horizontais com o outro, como afirma o autor.

No grupo, as relações com os amigos se mostraram exatamente nesse campo da horizontalidade entre pessoas da mesma faixa etária, em que a individualidade respeitada de cada um promove vivências de alteridade ligadas às trocas emocionais com os pares.

Barcellos (2009) comenta a esse respeito:

Como arquétipo naturalmente a Fratria está além da experiência literal com irmãos e irmãs. (...) a Fratria, o irmão de alma, assim como os arquétipos de Pai e Mãe, tende a desdobrar-se tonalizando outros relacionamentos em nossa vida adulta. A Fratria, arquetipicamente falando, é também a matriz da *philia* como sentimento – exatamente o que nos permite entender os laços de amizade eletiva como laços fraternos, laços que, em última instância, se inscrevem dentro da lógica desse arquétipo. Assim, o arquétipo da Fratria parece ser um campo amplo de atualizações de experiências afetivas, em que entram os amigos mais íntimos, os quais tantas vezes chamamos de irmãos (p. 17).

Nas pessoas do grupo, as trocas emocionais no campo das amizades parecem querer apontar para um significado que vai além do paterno e materno como funções arquetípicas. Trata-se de pessoas numa fase de vida em que profundas transformações emocionais já puderam ser absorvidas pela consciência e elaboradas pelo ego, levando a novas dinâmicas de funcionamento menos contaminadas por projeções emocionais regressivas e menos contaminadas pelo pensamento mágico infantil e pelo pensamento heroico da juventude.

Como demonstramos, é o pensamento heroico contemplativo, com sua capacidade de reflexão e elaboração, que se instala mais profundamente na consciência do adulto na maturidade, o que auxilia no relacionamento com seu eu mais profundo, na intensificação do diálogo ego-self, ao mesmo tempo em que permite uma intensificação das relações sociais e afetivas de melhor qualidade. Na metanoia, além de um contato mais profundo entre consciente e inconsciente, há também o surgimento de novas formas de contato emocional com o social mais amplo, especialmente no campo das amizades.

Os achados apontam para a importância das amizades fraternas na meia-idade, em que, através do processo de metanoia, as pessoas fazem discriminações eu-outro que levam a um contato mais verdadeiro com suas necessidades afetivas e à descoberta de formas mais efetivas de realização de tais necessidades, com encontros plenos e gratificantes também com esse outro fraterno. Isso é muito parecido com o processo de afetividade nas relações eróticas descrito no tema dos relacionamentos afetivos, onde a gratificação amorosa está ligada ao respeito à individualidade e à originalidade de cada um.

O tema RELACIONAMENTO ENTRE PAIS E FILHOS surgiu nas seguintes falas:

“Depois dos quarenta, a minha mãe começou a me tratar de igual para igual. Até os quarenta, foi uma fase conturbada. Eu contestava mais. Depois passei a não dar tanta importância para os ataques. Fiquei pensando: ‘Quero aproveitar o que dá, porque a morte está mais perto, né? Ela está velha.’ (Paulo, 49 anos)

“Depois dos quarenta anos, meu pai teve um AVC. Parecia que eu estava vivendo em suspensão.” (Beatriz, 47 anos)

“Eu tenho... Meu pai é um sujeito que tem noventa anos, está superlúcido e ele me trata como criança ainda... É engraçado, me flagro, com alguma frequência, com ele dizendo a maneira que eu devo me comportar em determinadas situações. E antes eu tinha o ímpeto – aí falando das diferenças entre o antes e o agora – provavelmente de responder e mandar ele pra ‘PQP’. E hoje já tá um pouco, não muito, mas mais sereno. Eu já consigo contemporizar e aceitar essa fala sem querer pular no cangote dele, por exemplo, dizendo uma coisa pontual, mas que acontece. Então, tem um freio aí que a meia idade dá, né?” (Marcelo, 50 anos)

“Eu vivo isso bastante assim. É você ser eterna criança, eterno filho... É o desrespeito, é não acatar as suas escolhas, é não te apoiar naquilo que você está escolhendo, como se você fosse a eterna criança. Isso eu tenho na relação com meu pai...” (Letícia, 46 anos)

“Eu passei a cuidar da minha mãe sozinho. Meu pai e meu irmão mudaram de casa e eu voltei a morar com ela. É uma mudança tão rápida. Você não se pergunta nem se está preparado. Você vira pai dos pais. Com meu pai, agora que ela faleceu, houve uma reaproximação e uma descoberta numa relação com ele diferente, que talvez aos vinte anos não acontecesse. Tem sido interessante.” (Marcelo, 50 anos)

“Depois dos quarenta a minha mãe começou a me tratar de igual para igual. Até os quarenta foi uma fase conturbada. Eu contestava mais. Depois passei a não dar tanta importância para os ataques. Fiquei pensando: ‘Quero aproveitar o que dá, porque a morte está mais perto, né, ela está velha’.” (Paulo, 49 anos)

“Depois da meia-idade se invertem os papéis entre pais e filhos.” (Paulo, 49 anos)

“Por exemplo, a minha mãe vive agora... E de tanto eu falar, vem falar as coisas que você olha e fala: ‘Puts (sic), mãe, eu estou com 47 anos’. ‘Mas eu sou sua mãe’, ela responde. ‘Mas eu sou sua filha e eu já sou uma mulher.’” (Beatriz, 47 anos)

“Depois dos quarenta anos meu pai teve um AVC. Parecia que eu estava vivendo em suspensão.” (Beatriz, 47 anos)

“Eu acho que alterou [na relação com os pais] muito, porque quando você passa a ter... a se apropriar mais do seu desejo, do que faz sentido para você, das coisas que você quer ou não quer... Por exemplo, quando... Minha mãe é uma pessoa que faz muitas chantagens emocionais, assim aí... Porque a gente trabalha o dia inteiro, estou estudando – fora o estudar estou fazendo um curso de inglês – e eu estou com uma rotina muito apertada para algumas coisas e tal, e, claro, enfim, estou aí tentando organizar algumas questões, mas ela diz assim (uma coisa bem chantagista mesmo; nós somos em quatro irmãos): ‘Você está demorando muito para vir aqui, porque você precisa vir mais vezes’. Nossa, há quinze anos atrás isso me fazia sentir um pouco culpada. Hoje eu penso e falo: ‘Mãe, beleza e tal dia eu vou aí’. Mas hoje isso é vivido com uma tranquilidade.” (Beatriz, 47 anos)

“E hoje a gente consegue olhar e dizer são as escolhas deles. Eles têm as questões da vida deles, assim como eu tenho as minhas, e claro que em momentos específicos a gente vai dar suporte, vai estar junto, e tem outros irmãos também. Não sou só eu, não sou eu sozinha que tenho que me responsabilizar por isso. Eu vejo que eu tenho uma tranquilidade muito maior de falar: ‘Meu, isso foi escolha deles’, e não preciso falar isso pra ninguém. Fico na minha e beleza. Então, acho que existe uma leveza maior na relação com os familiares, porque já caíram muitas máscaras, acho que máscaras já caíram, e você não fica tão preocupada. Por exemplo, eu tenho um dos meus irmãos que é, assim, psiquicamente muito doente. É uma pessoa que trabalha, faz as coisas e tal, bem-sucedido, mas uma pessoa muito complicada psiquicamente. E hoje eu falo: ‘Eu não quero conversar com esse cara agora, não estou a fim’, e beleza, não vou ficar entrando nas pirações dele. Eu queria que ele melhorasse, que ele se tratasse, mas não quer, então, escolha... Eu me sinto menos culpada em relação à família, porque antes parecia que tudo você

tinha que dar resposta. Não tenho, né? Acho que tem uma leveza maior na relação com a família, para mim pelo menos.” (Beatriz, 47 anos)

“Tem uma coisa maior que você tem que dar assistência, porque todo mundo está envelhecendo, você tem que dar mais assistência. Mas é como se essa assistência se tornasse mais objetiva. Você olha para isso de uma forma mais objetiva. De fato, tem que ter cuidados, mas objetiva: vamos ver o que tem que fazer e vamos fazer.” (Beatriz, 47 anos)

“Pra mim aconteceu quando eu perdi minha mãe há cinco anos atrás. Quer dizer, com 45 anos, então, eu tive pela primeira vez essa sensação de que as pessoas próximas podem ir, quer dizer, todos nós podemos ir. Mas, de qualquer maneira, você começa a ter esse tipo de perda também com essa idade.”

Nesta categoria, chamou a nossa atenção o fato de que, para os participantes do grupo, os filhos parecem ocupar menos espaço psíquico, no sentido de promover transformações emocionais, do que o relacionamento com seus pais. Para quase todos os participantes que tinham filhos, houve poucas mudanças nas relações com eles. Os filhos ainda moravam com suas famílias de origem, não haviam se casado e também não tinham tido filhos; nenhum colaborador tinha netos. A única exceção ocorreu com um dos participantes que, devido ao fato de ter pedido o divórcio, passou a enfrentar conflitos com os dois filhos mais novos, que se aliaram exclusivamente com a mãe e se recusaram a conviver com o pai.

Já no contato dos participantes com seus pais houve muitas transformações. O descolamento dos complexos parentais por parte do ego, tão fundamental no início da adolescência para a construção da personalidade adulta, parece se repetir na meia-idade, no sentido de uma nova transformação na qualidade das *imagos* parentais. No relacionamento com os pais, a mudança de papéis mais significativa relatada pelo grupo foi a troca de papéis: agora os filhos é que passam a cuidar de seus pais, física e emocionalmente.

Outra transformação importante na relação com os pais ocorreu na mudança da qualidade das *imagos* parentais. Se na infância pais e mães representavam a

própria vida, agora, na meia-idade, eles passam a representar a concretização do envelhecimento, da fragilização e da finitude, pois alguns deles se tornaram dependentes devido a doenças ou até mesmo já faleceram. O envelhecimento e a morte dos pais trouxeram profundas reflexões na vida dos colaboradores, tornando muito concreto o contato com a morte, revelando a necessidade de se ter uma vida com boa qualidade e transformando também a qualidade das relações afetivas com os pais.

Também nos chamou a atenção o fato de que essa transformação das *imago* parentais parece ocorrer principalmente na psique dos filhos, pois muitos colaboradores referiram que seus pais e mães os tratam ainda como crianças ou juvenzinhos, querendo aconselhar ou mesmo determinar escolhas e modos de vida. Apesar dessa dificuldade dos pais, todos os colaboradores relataram que a partir da meia-idade passaram a viver muito mais por suas crenças, visão de mundo e modo de vida, o que possibilita um alcance muito maior de suas necessidades psicológicas, independente de isso diferenciá-los e até, de certa forma, distanciá-los emocionalmente de seus pais.

TRABALHO e APOSENTADORIA

“Uma coisa que para mim é muito clara é que sempre eu vou ler e estudar. Não necessariamente ir para curso pós. Posso até ir, como tenho ido para alguns cursos formais, mas também estudar por conta própria. Vou continuar. Enquanto eu tiver condições, eu vou sempre trabalhar. Eu não sei se eu vou ficar velhinha ou se eu não vou, mas para mim está posto: não vou parar de trabalhar. Claro que eu vou fazer horários que tenham mais a ver comigo, mas, para mim, isso é uma incógnita, é um relacionamento amoroso mais sério, isso pra mim é uma incógnita. Não sei.” (Beatriz, 46 anos)

“Eu acho que é por esse caminho. Agora, saindo do relacionamento e voltando ao que você tinha dito, ao futuro, ao imaginar: eu não consigo me imaginar parada, eu acredito que eu vá trabalhar até o último dia.” (Marina, 54 anos)

“Eu só quero trabalhar até o último dia antes da minha aposentadoria. A hora que der o meu último dia de serviço eu ó (palmas). Trabalhar, não. Ócio, ócio, muito ócio. Acho que posso... Como você [Marina] falou, vou ter uma atividade, fazer um curso ali... Falando assim muito jocosamente vou descobrir um clube de truco, alguma coisa assim, o que for lazer, não quero mais saber. Eu comecei a trabalhar com quinze anos. Estou de saco cheio. Eu sou economista. Essa coisa de atender alguém como economista não rola. Eu, por exemplo, tenho vontade de cursar história.” (Paulo, 49 anos)

“Eu comecei a trabalhar com catorze. Eu também estou cansada, mas assim... Eu estou cansada desse modelo, de ficar... Eu falei até isso na primeira entrevista, eu estou cansada do modelo de ficar internada dentro de uma instituição lá oito horas por dia. É que eu não posso ir embora. Isso já deu. Se eu pudesse ir embora eu teria ido embora há muito tempo. Se eu pudesse ir embora eu ia embora amanhã. Não quero isso para mim. Já deu. Mas eu preciso ainda cumprir um período por causa dos benefícios... Agora, de ter uma atividade, que é uma atividade que te proporciona uma autonomia de atender, isso para mim é prazeroso, isso pra mim me alimenta, me faz ter vontade de estudar mais, de entender mais, de aperfeiçoar... Agora, estou cansada desse modelão...” (Beatriz, 46 anos)

“O que ver por aí a ordem, o negócio é reinventar...” [A frase havia sido colada nos cartazes confeccionados no quarto encontro]. “Tá super-relacionado com o trabalho.” (Marcelo, 50 anos)

“É uma coisa que eu tenho muito medo, eu não saberia reinventar. O que eu falo é: ‘Só sei fazer isso. Eu sou formada em letras, poderia dar aulas, nunca tive vontade, não é a minha praia, não sei, não curto e não rola. Agora vou continuar a fazer livro. É o que eu sei fazer, desde a revisão até a edição, é o que eu sei fazer. Eu adoro a leitura, por exemplo, o contato com o autor. Ontem eu passei das oito e meia da manhã às quatro da tarde. A gente criou um projeto... Aquela satisfação, gente, a gente fala ‘nós temos uma coleção’ e foi como num dia de reunião pesada, primeiro conversa e trabalha e trabalha, as coisas foram fluindo. E é isso que eu gosto de fazer. Eu não conseguiria fazer outra coisa, eu acho. Agora, qual é o preço disso? É trabalhar dez hora por dia? Eu também estou cansada, mas...” (Marina, 54 anos)

“Me aposentei com 48 anos, quando fiz 30 anos de trabalho. Peguei o dinheiro a que tinha direito e continuei a trabalhar. Acho que o trabalho para mim é o número um. Não sei, acho que quando minha filha casar, tiver netos, não sei... Talvez mude, seja diferente. Mas agora não me sinto cansada.” (Marina, 54 anos)

“Eu quero ter um tempo que seja mais produtivo pra mim, pra gente. Pra gente, não para os outros, para o empregador.” (Beatriz, 46 anos)

“Sim, pra gente, porque pros outros... Já foi muito tempo voltado para o outro, né, para o empregador.” (Paulo, 49 anos)

“Eu sou publicitário de formação, mas não trabalho com publicidade. Eu trabalhei na área da educação e em educação especificamente eu fui ouvidor nos últimos anos; e eles provavelmente no ano que vem, que é o ano que termina a limitação deles, vão reabrir e eu estou em *stand by*. Eu provavelmente vou voltar a trabalhar com eles em um novo projeto na área de educação, que é essa área que eu gosto. Não que seja só essa área que eu goste.” (Marcelo, 50 anos)

“A exigência de produtividade e agilidade é a mesma no trabalho pra nós que estamos mais lentos e para as pessoas de vinte, trinta anos que trabalham com a gente.” (Paulo, 49 anos)

“Minha chefe tem 28 anos. Temos que conviver com os jovens em várias posições. Na minha profissão não tem tanto preconceito com idade, mas muitas profissões têm muito preconceito.” (Marina, 54 anos)

A relação com o trabalho e a aposentadoria foi um tema em que os colaboradores trouxeram conteúdos muito ligados à qualidade do tempo e à criatividade. Embora vivessem momentos muito diferentes em relação à carreira e ao trabalho, como, por exemplo, estarem prestes a se aposentar, ser aposentado e continuar a trabalhar, estar em processo de seleção para voltar ao mercado de trabalho e estar longe da possibilidade de se aposentar, todos referiram que a partir da meia-idade a relação com o tempo no trabalho se modifica, a quantidade começa a ser revista e surge a vontade de que o número de horas pudesse ser menor. Isso

vem ao encontro das pesquisas bibliográficas apresentadas na primeira parte, que afirmam que na meia-idade as pessoas começam a questionar o fato de dedicarem grande parte de seu tempo ao trabalho.

O trabalho não era visto como algo negativo ou um fardo na vida. Ao contrário, era vivenciado como fonte de criatividade e realização pessoal, não apenas no âmbito financeiro. Era mesmo a quantidade de tempo dedicada a ele o que foi muito questionado. Também foi relatada a necessidade de um trabalho mais criativo e menos repetitivo, havendo um desejo de encontrar novos modelos de relação com o trabalho – num tempo mais Kairós, que possibilite significado e realizações pessoais, ao invés de um tempo Cronos, do dever, da produtividade quase que de uma máquina, uma produtividade que às vezes até desumaniza, impede a criatividade, como é a exigência do mercado. O tempo Cronos sinaliza para a pessoa a finitude da vida e, no tema do trabalho, essa percepção cronológica da passagem e limitação do tempo aparece como uma necessidade urgente de uma maior qualidade de vida nas realizações da carreira também.

A criatividade e a renovação também foram apontadas, por todos os participantes da pesquisa, como uma necessidade importante, tanto em relação à permanente construção da carreira – pois o mercado de trabalho atual é cada vez mais exigente e volátil, fazendo com que manter-se nele seja uma grande fonte de preocupação – quanto no uso do tempo após a aposentadoria. Continuar a aprender, aprender coisas novas, diferentes das atividades da profissão e criar novos espaços profissionais foram falas recorrentes no grupo.

A questão financeira aparece como um fator de preocupação na meia-idade, devido aos baixos valores pagos nas aposentadorias. E uma vez que a percepção do envelhecimento é mais clara a partir dos quarenta, cinquenta anos, a consciência de que a aposentadoria não é mais uma realidade distante também se apresenta.

Estes dados corroboram com o que descreve a literatura sobre o desconforto de se gastar todo o tempo exclusivamente com trabalho. Tal como Monteiro (2006) afirma, este fato passa a ser questionado. A percepção da diminuição de energia faz com que as pessoas repensem o uso de seu tempo e vitalidade. A autora aponta ainda que as pessoas na metanoia, ao intensificarem o contato com puer e senex na

consciência, sentem-se motivadas a não repetir velhos padrões no uso do tempo e da energia, o que implica também na vontade de desenvolver novas atividades.

Os temas SOCIEDADE e CULTURA surgiram nas falas a seguir:

“A sociedade não visa o pessoal da meia-idade, não há espaços de lazer para isso e os jovens não nos chamam para sair com eles. Combinam no meu trabalho de ir para o sambão e não me chamam, porque tenho idade para ser mãe deles.” (Marina, 54 anos)

“Eu fico pensando que isso que você está falando é superverdadeiro, porque tem toda uma cultura que fica assim dizendo que você tem que ficar cada vez mais jovem quando, de repente, também que bom que eu tenho uma marca, porque eu gosto dela, ela tem um significado que não seja só envelhecer...” (Iara, 59 anos)

“Se a pessoa aos sessenta anos não se organiza em si mesmo, ela fica no lixo. É uma questão. Eu tenho que me dar um lugar na sociedade. Qual é este lugar, que é esta a minha construção pessoal, de um valor de significado das coisas? (Iara, 59 anos)

“Porque eu acho que tinha um modelo de como envelhecer. Envelhecer caiu fora. Antigamente, mulher com quarenta anos colocava roupa de velha e deixava de fazer um monte de coisas. Então, ela saía da cultura, vamos dizer assim. E nós, o nosso movimento é que nos chama a estar brigando com isso. Será que eu tenho que sair mesmo? Porque a cultura também fala, muitas pessoas dizem: ‘X idade você já não pode fazer um monte de coisas’. E nós estamos mergulhando, nós estamos de boca. Imagina nós estamos aqui fazendo uma troca, sobre uma coisa que quem ia pensar em fazer? Estamos supervivas e sem depressão, porque você falou uma coisa muito séria: porque se tivesse alguém deprimido aqui, né, não estaria querendo refletir sobre a meia-idade.” (Iara, 59 anos)

“Mas era isso: o tipo, o cara de cinquenta anos era vovô, velhinho já. O jeito de vestir era outro. Agora está aqui todo mundo de jeans.” (Paulo, 49 anos)

“Então, essa versatilidade que a gente está adquirindo... E nós temos que constituir isso: qual que é o nosso papel...” (Iara, 59 anos)

“Quando você fala: ‘Puxa, eu estou solteiro, eu estou recomeçando’, eu particularmente fiquei pensando: é corajoso, porque é... Era tudo... Os papéis eram muito definidos. Todo mundo parecia que vivia os problemas parecidos com os quais a gente vive, muitos homens, muitas mulheres, mas ninguém tinha coragem de falar. Você tinha que se enquadrar dentro de uma forma e você não podia trocar. Eu acho que o fato da gente poder falar sobre isso e dizer ‘tô com tal idade, sou divorciada’, sem precisar se culpar ou achar que... Claro que todos nós aqui, que somos separados, passamos pelas nossas dores. Mas podemos falar sobre isso, não preciso ter vergonha. Sei lá, há alguns anos, há pouco tempo atrás, era vergonhoso você dizer que era divorciada. Você era segregada.” (Beatriz, 47 anos)

“A mulher era segregada no sentido assim: esta mulher está sem homem e vai vir atrás do meu marido. É verdade. Você fala com o pessoal mais antigo ‘ela é divorciada’... ‘Hum, é boa coisa não.’ Era mal visto, era um negócio assim...” (Paulo, 49 anos)

“Isso, isso... Agora você tem uns grupos conservadores, que mantêm umas coisas assim, preconceituosas...” (Beatriz, 47 anos)

“Hoje pode se separar, não precisa mais ficar preso a casamento de fachada, como tantos que existiam antigamente. As pessoas nem se falavam, não tinham vida sexual, mas ficavam casadas. O homem tinha uma *garçoniere* para seus encontros.” (Paulo, 49 anos)

“Olha, é que em São Paulo, grandes centros, eu acho que você não sente [a única valorização] em ser jovem, isso de uma maneira tão intensa, porque você tem muita atividade cultural, seja cinema, seja teatro ou barzinhos ou coisa do gênero, que você consegue levar. Vamos dizer que você consegue manter mais ou menos o mesmo tipo de atividade que você tinha antes. Mas quando você sai dos grandes centros e vai para cidades menores e não sei o quê, esse envelhecer é até meio forçado, porque você não tem o que fazer, né? Você pode ter um restaurante para ir, não sei o quê, mas um lugar para você ir à noite, em que vai ter gente da sua idade,

não tem, né? Ou você vai ser aquele peixe fora d'água, não sei o quê, coisa do gênero... Isso é um negócio que eu observo.” (Paulo, 49 anos)

“É... Para as pessoas que estão ficando mais velhas, no interior, cidades pequenas, é muito pesado, muito moralismo, porque é como se fosse um *script*: você tem que ter um companheiro ou uma companheira. E eu acho que nos grandes centros isso se dilui; se dilui porque efetivamente a gente convive com muita diversidade em todos os sentidos, em todos... E a gente tem a vida muito corrida. Agora, isso não significa... Porque aí a gente tem que trazer as questões pra gente também, né, de como cada um de nós vive a sua própria singularidade mediante tanta diversidade, né?” (Beatriz, 47 anos)

“Não. Eu acho que é isso: até ontem nós éramos os que poderiam escolher quem ia acompanhar; hoje nós somos aqueles que são os negligenciados. Então, isso é uma realidade, né? Quer dizer, o pessoal de vinte não quer mais sair com um cara... Não quer ou nunca quis, mas, de qualquer maneira, ontem nós tínhamos uma cena; hoje nós estamos do outro lado da vitrine, né? Eu comentei aqui naquela entrevista que recentemente eu tive uma briga de trânsito, né, que eu fui chamado de velho em determinado momento da briga de trânsito. Quer dizer, foi o pior adjetivo que o cara conseguiu falar para mim. Ele não falou para mim que eu era um filho da puta (sic), um veado (sic) nem nada. Ele falou: ‘Você é velho’, e naquele momento eu achei estranho. Falou isso como uma forma desrespeitosa de me tratar, é, mas foi o pior xingamento que ele poderia ter feito foi esse. Quer dizer, no repertório dele tinha um monte de coisas, mas ele me chamou de velho. Então, também está embutido nessa, era um cara de trinta anos, não era um cara que tinha vinte ou quinze, ele tinha trinta anos ou próximo disso, então, de qualquer maneira, ele me viu: eu sou um cara gordo, careca e tudo mais e tenho uma aparência de um cara velho para ele. Então, esse foi um xingamento. Então, você também tem que administrar isso. Então, são perdas. É a mesma coisa dela, que foi negligenciada na turma dela no trabalho, que não convidou ela para o samba. Então, eu acho que tem um pouco isso.” (Marcelo, 50 anos)

“Tem muitos espaços de lazer para a meia-idade. Eu acho que cada vez mais tem espaço para a meia-idade.” (Marina, 54 anos)

“Em cidades menores, eu não vejo muito isso, espaço para lazer para pessoas da meia-idade.” (Paulo, 49 anos)

“O roqueiro, aquele que tá sendo assistido por toda essa geração, né, desde a nossa própria até o netinho, enfim, ele está lá numa postura, que ele foi a grande sacada dele, que é essa postura antivelho, é uma postura que está atual, porque eu acho que todo mundo que está olhando, desde o menininho de oito anos até nós que estamos vendo, a gente ainda está se encantando como ele fez aquilo, como que ele foi irreverente, ficou com o cabelão, usou coisas, guitarra com um jeito esquisito, se torcia inteiro. Então, eu penso que a gente ainda está atrás, né, desse... Se encanta com o rock, porque tem toda essa postura que a gente também tenta renovar. Senão, eles não estariam mais lá. Tem alguns que tem mais de setenta anos, e a gente percebe que estão bem uva passa, mas eles estão lá, né?” (Iara, 59 anos)

“É que, na verdade, quando eles [os roqueiros que se apresentam no *Rock in Rio*] surgiram e quando eles eram ‘contracultura’, eles eram os jovens da época. Eles ainda representam, de uma certa forma, isso.” (Paulo, 49 anos)

“Vindo pra cá, quando eu atravessassei a rua, tem um bistrôzinho ali, um restaurante... Tinha um casal. Ele devia ter uns setenta e poucos anos ou mais, ele estava lá com uma senhora tomando um vinho. E o barzinho lá, só eles. E eu passei e aquilo me arejou, assim, aquilo me deu uma alegria, né? Porque um cara... Que hoje é quinta-feira. Eu vim lascando de correndo, e ele já estava lá tomando o vinho dele. Então, o que disso a gente também pode tirar... Como de uma construção do que é possível dentro da minha verdade, o que que é possível.” (Iara, 59 anos)

“Não, eu estou pensando nisso agora, de ser chamado de senhor e senhora. O que me parece é que, como a gente vem passando por essas transições sociais muito aceleradas... Eles tinham papéis muito claros na sociedade, os papéis para os meus pais estavam postos e eles seguiram o *script* do papel deles. Então, ele tem 77 hoje, ela, 72, e eles foram seguindo nesse *script*, eles não conseguiram fazer nenhuma alteração de *script*, porque poderiam ter tido... tentado, mas não fizeram, se mantiveram nessa. Nossa geração é diferente.” (Beatriz, 47 anos)

“O que eu vejo é que hoje ser chamado de senhor ou de senhora, para cada um de nós deve gerar alguma questão. Para mim, eu acho graça quando me chamam de senhora. Me dá vontade de dar risada. E quando (...) alguma coisa, eu falo: ‘Não... Não precisa me chamar de senhora. Pode me chamar de você’, né? Quando eu mesmo, eu mesmo ‘falo pode me chamar de você’, mas eu acho graça, porque eu acho engraçado, porque me causa um certo estranhamento ser chamada de senhora, me causa um estranhamento...” (Beatriz, 47 anos)

“Então, um estranhamento. Eu também tenho isso... Eu não gosto de ser chamado de senhor, não me chamam mais de você. Totalmente... (estranhamento). Não sabemos muito bem por que é tão estranho sermos chamados assim.” (Marcelo, 50 anos)

“Me causa um estranhamento [ser chamada de senhora]. Me causa um estranhamento, porém, o que me parece é que a gente passa hoje e a gente está no olho do furacão, porque as outras gerações vão viver de outro jeito. A gente passa por um período de transição muito acelerado, e que nós mesmos... É como se a gente estivesse com um pé literalmente nesse modelo pré-determinado e um outro pé lá na frente... Isso e a gente está meio que assim, porque a gente faz parte de uma geração que está passando por uma transição. E eu acho que estar nesse olho de furacão, passando por essa transição, não é confortável. Acho que a gente é uma geração que está sofrendo muito as reverberações de uma transição, me parece. Agora, como isso vai ser para frente, eu não tenho muita ideia. Ninguém sabe muito bem porque a gente acha esquisito ser chamado de senhor e de senhora.” (Beatriz, 47 anos)

“Nessa, a gente tem preconceitos também. Eu não sei, eu tenho isso também como você. Às vezes, eu acho engraçado e, às vezes, eu fico profundamente brava quando eu vejo uma pessoa jovem e bonita e tal chegando em mim e falando ‘a senhora’. Eu falo: ‘Pô, tem trinta anos e está me chamando de senhora por quê?’. Eu tenho quase o dobro, tá bom, mas na minha cabeça eu não tenho.” (Marina, 54 anos)

“‘Que imagem eu estou passando?’, é isso que eu penso quando me chamam de senhora. ‘O que que eu estou passando?’ Poxa, não é nada disso, como você está me vendo, não é assim.” (Leticia, 46 anos)

“Então, isso, acho que é uma não aceitação da gente, quer dizer, como ela falou: tem um estranhamento, é uma coisa nova de fato, que a gente vai ter que lidar. Mas eu também fico imaginando que eu não quero ser aquele que persegue essa juventude eterna e não quero mesmo. Quer dizer, talvez aí a... maioridade ou a melhor idade... quer dizer maturidade. A maturidade traz isso, quer dizer, tenho bem claro isso, que eu não quero ficar preso àquele estereótipo do garotão de boné para trás... É. Não que eu com cinquenta anos não possa usar boné para trás, mas, de qualquer maneira, esses estereótipos que a gente vê, quer dizer, e que as pessoas se agarram a isso, como se isso traduzisse uma idade que ele já não tem, quer dizer, é uma falácia isso, entrar nesse tipo de comportamento. Não que você não possa usar o boné, o shortinho ou a minissaia no caso da menina, não é isso. Mas eu não quero ficar escravo dessa representação, do que é tido como jovem. Mas, ao mesmo tempo, tem esse estranhamento, tem essa coisa de ficar puto quando um cara te chama de senhor, porque você tem que ser chamado de senhor. É porque o outro atualiza coisas em você, né, quando ele te diz: ‘Você é um velho’. Você pensa: ‘Será que eu sou velho mesmo?’.” (Marcelo, 50 anos)

“E o outro lado também. O preconceito também, o outro lado... O meu preconceito também de me ver, às vezes, com o meu companheiro, que tem quase setenta anos. Nós temos uma diferença grande de idade... E a gente sai na rua, e ele é muito mais jovem do que eu de cabeça, mas não é que ele queira aparecer, quer aparentar, nada disso. Ele joga basquete com a garotada no Villa Lobos todo fim de semana. É assim, né? E ele tem um jeito muito brincalhão, uma pessoa que está sempre de bom humor. Sai na rua, às vezes, a gente está em algum lugar e ele vem me abraçar, me beijar, e eu falo: ‘Para com isso. Na nossa idade, você vai ficar me agarrando na rua’. E ele fala: ‘O que é isso?’.” (Marina, 54 anos)

“Provavelmente você tinha isso [preconceito com pessoas na meia-idade se beijando na rua] com trinta ou com 25 talvez. E é uma coisa que você trouxe... Por isso não se sente bem em beijar seu namorado na rua.” (Marcelo, 50 anos)

“Talvez isso possa ser cultural. Acho que muito mais é o que você passa, porque se você passa jovialidade, que é o caso dele, se você tem uma cabeça aberta e você conversa bem, você discute numa boa, dificilmente alguém vai te chamar de senhor. Eu acho muito difícil. Ou vai te chamado no começo e depois a coisa muda. Se você é mais sisudo, a pessoa tem medo de chegar em você. Se você é mais reservado, vai te chamar de senhor, até você dar a liberdade para ele te chamar de outro jeito.” (Paulo, 49 anos)

“Mas tem a questão da imagem, né, a imagem que a gente passa para as pessoas, né? Ela leva um tempo para ser desmistificada. Muitas vezes, no primeiro contato... Por exemplo, eu trabalho num lugar onde eu praticamente sou a tiazinha do trabalho. Eu tenho 46, a minha coordenadora tem 26, né? E tem estagiários de trinta, assistentes sociais de 28, enfim... Aí, um dia, eu fui trabalhar de *All Star* e jeans. Falei: ‘Hoje eu não estou para salto, eu não preciso trabalhar de salto’. Você precisa ver o movimento do lugar: ‘Como que você tá assim hoje?’, ‘Trabalhar de *All Star*? Nunca imaginei que você usasse *All Star*’. Imagina, eu estou sempre fazendo piada no trabalho, eu estou sempre de bom humor, estou rindo e brincando. Falo assim: ‘Não sou formal, não sou nem um pouco formal’. Na minha profissão não precisa ser formal’, e falaram assim: ‘Nossa, não acredito que você usa *All Star*’. Eu falei: ‘Gente...’. Olha só como as pessoas formulam uma imagem diante de uma marca, uma roupa, um estilo musical e tudo isso, né, que você passa.” (Letícia, 46 anos)

“Eu ainda me reúno com minhas amigas. Tem um grupo de amigas que a gente sai sempre, pelo menos uma vez por mês, pelo menos. Então, você está, às vezes, numa pizzaria dando risada, aquela coisa que parece um bando de adolescentes, né, só mulher e batendo papo e não se vê há muito tempo, e conversa e conta e não sei o quê. Então, de vez em quando eu falo assim: ‘Gente, olha o povo olhando para nós’. Acho que essa turma juvenzinha deve estar falando assim: ‘O que esse bando de peruas tanto dá risada? Essa peruas velhas...’. E a gente dá risadas por causa disso. Eu me lembro de quando eu era jovem. Claro, quando você via um bando de gente com mais de cinquenta se divertindo, rindo, falava ‘nossa que coisa esquisita’, tinha um preconceito. E hoje também tem, porque a gente vê que, às vezes, as pessoas olham, ficam olhando e tal e falam: ‘Por que eles podem ficar, bater papo,

dar risada, contar piada?’. Mas chama a atenção. Me chama a atenção porque eu tenho preconceito. Pronto, então, eu fico preocupada com a imagem que está passando e, ao mesmo tempo, eu não quero que fiquem achando que eu sou velha. Me deixem no meu canto ser o que eu sou.” (Marina, 54 anos)

“A Bibi Ferreira está fazendo 91 anos e ela tem agenda até 2015. Ela está com a cabeça naturalmente... Então, ela está como a Bibi Ferreira, ela está com um projeto de vida. Quer dizer, ela vai se apresentar no Carnegie Hall e depois ela vai não sei aonde e com 91 anos. Quer dizer, então, ela tem uma técnica vocal que ela apurou ao longo desses noventa anos, 91 anos e tudo mais. Mas também tem a limitação dos 91 anos, quer dizer, esse *delay*, esse descompasso, né, chame como quiser. Eu acho que acontece. Você pode chegar e pintar como Picasso pintou. Ele chegava a pintar com noventa anos e chegou a pintar como uma criança. Ele demorou noventa anos para pintar como uma criança. Tá cheio de gente. Tomie Ohtake está lá também com noventa e poucos fazendo suas exposições. Então, você vai pegar vários exemplos dessas pessoas e outras tantas que não são conhecidas e estão aí. Meu pai é um cara que tem noventa anos e também está maravilhoso e está muito melhor do que todo mundo aqui. Quer dizer, tem disponibilidade, viaja, enfim, guia... É fantástico. Mas de qualquer maneira, tem suas limitações. Então, eu acho que dá pra gente ter projetos, dá pra ter agenda para os próximos dez anos, mas tem que conviver com esses estranhamentos.” (Marcelo, 50 anos)

“Criança vai no pediatra, adolescente no hebiatra, adulto de meia-idade no psiquiatra. Terapeuta, psiquiatra. Adulto vai para o psiquiatra e quer tomar remédio para ficar dopado.” (Marcelo, 50 anos, Beatriz, 47 anos, Paulo, 49 anos)

“Hoje eu recebi um e-mail que disse, não sei se são os Conselhos de Psicologia que estão anunciando para os psicólogos, que a partir de agora os adolescentes vão até os 25 anos. Como adolescente até 25 anos. Eu até mandei essa matéria para a minha filha. Então, se eles podem até 25 anos se comportar como adolescentes, por que o preconceito em cima de quem tem cinquenta?” (Marina, 54 anos)

“Mas o preconceito é muito... Ó, eu estive recentemente na Europa a trabalho e... Por conta do meu trabalho, acabo... Acaba vindo muita gente de outros países, e

vem conversar sobre projetos culturais e tal. Na Europa, com 45 anos, as pessoas são consideradas jovens.” (Beatriz, 47 anos)

“E na Itália ainda ficam nas casas dos pais que são – tem um termo até – que são homens já maduros, que ainda tem o comportamento de adolescentes e não querem desmamar e ficam nas casas de suas mães até os cinquenta anos.” (Marcelo, 50 anos)

“O Brasil é muito atrasado, é muito tacanho. Passou dos 40 anos já não são consideradas jovens, como na Europa.” (Paulo, 49 anos)

“O Brasil é muito complexo, é muito complexo. E o Brasil imita muito esses modelos norte-americanos dos piores. Tudo o que é pior do norte-americano, o brasileiro quer imitar, né, gente? Tem uma questão muito forte brasileira, que essa imitação norte-americana de tudo que eu particularmente acho horrível, né, horrível. (A respeito da cultura Barbie, não poder ter além de 20 anos).” (Beatriz, 47 anos)

“Tem as *cougars*, né?” (Paulo, 49 anos)

“Não está na meia-idade, mas antigamente a meia-idade era mais baixa. Esse personagem dele já tem muitos anos. E eu me lembro quando o pessoal falava que a meia-idade era dos 35 aos cinquenta, não dos quarenta aos sessenta. Além de ficar mais velho, ainda alargou, né, ganhou mais cinco anos.” (Paulo, 49 anos)

“E a gente tem um problema aqui, que ela falou de a gente ir pela cultura americana. Mas era assim no começo do século passado, a gente era basicamente francês. A coisa era toda, era todo um galicismo no negócio e, infelizmente, a gente torceu para um outro lado. Porque eu acho que a gente estaria muito mais bem servido do lado francês do que no lado americano. Mas de toda forma um problema sério no Brasil é que a gente queima etapas, né? Vem assim em termos de industrialização de cultura de escola de educação. A gente não teve a mesma, como eu vou dizer, o mesmo desenrolar que na Europa. Aqui você não tem... É tudo meio cortado, tudo meio chupado. E, como você falou, a gente nem sempre pega o melhor. De cada coisa, a gente vai pegando aquilo que aparece no *highlight* ali e você puxa aquilo e nem sempre é a melhor coisa que você tinha para copiar. E o que você traz tem muito disso também.” (Paulo, 49 anos)

“A sociedade não visa o pessoal de meia-idade, metanoia ou como você quiser chamar; geralmente é aquela coisa dos trinta anos para baixo. Agora, então, tá bombando *Rock in Rio* pra todo lado. Onde você olha está falando do *Rock in Rio*, balada daqui, esquentada de lá e coisas do gênero. Não tem uma diversidade de foco. Foco é tudo meio ali, consumo, então, dos vinte para baixo, com aquela coisa de gastar com a criançada e adolescente uma série de coisas que não casam com a gente. A gente está, de uma certa maneira, meio deslocado. Na verdade, a gente que acaba procurando, fuçando atrás de lugares pra ir, restaurantes, porque não sei o quê... porque não é uma coisa...” (Paulo, 49 anos)

“Na minha profissão, não somos ainda descartáveis. Mas em muitas profissões já seríamos. Mas penso no financeiro, aposentadoria. O que vai ser no futuro?” (Marina, 54 anos)

“É ruim ter cinquenta anos, porque não estou estabilizado profissionalmente. A sociedade espera que nessa idade já se tenha estabilidade profissional.” (Marcelo, 50 anos)

“A gente está numa sociedade que a gente está o tempo inteiro sendo bombardeado em todas as propagandas, mídias com o corpo perfeito, tudo, né? Como você tem que ser o tempo inteiro, receita para como você tem que ser, dez dicas não sei do quê, dez conselhos não sei para o quê... E você fica pensando: ‘Meu, não é nada disso’. Isso é uma falácia, mas, então, como eu estou sendo bombardeada por isso o tempo inteiro, vou me relacionando com isso, com o meu tempo, com as pessoas e com o presente, de forma que isso faça sentido pra mim. Comigo, com quem eu me relaciono e com que sentido eu tenho dado para este tempo... Cada vez pra mim ele é mais raro, mais significativo, ele tem que ter mais qualidade. E qualidade eu estou falando de relação mesmo. Para mim, qualidade vai estar nas relações que eu estou estabelecendo, com quem eu já tinha, com quem eu mantenho, com quem eu não mantenho, com as pessoas que me são muito queridas. Então, eu estou pensando muito nessa qualidade de tempo.” (Beatriz, 47 anos)

Você não percebe que com as pessoas nas quais você se relaciona alguma aflição também as pessoas da mesma idade que a gente? Os contemporâneos vamos chamar assim. Eu acho que as pessoas também estão, ainda que racionalmente a

gente não queira entrar nesta formuleta dos dez conselhos para tudo, mas a pressão é tão forte, que também você não pode se excluir, se isolar. Você acaba comprando alguma destas coisas, ainda que racionalmente a gente saiba que não é isto, que a gente tenha este discernimento, mas eu percebo que no meu entorno que as pessoas estão muito angustiadas, os meus contemporâneos assim... tem sempre um insatisfação.” (Marcelo, 50 anos)

“Ninguém aqui tá cheio de plástica, botóx ou roupa de garotão. Também ninguém está de roupa de velho ou velha, como víamos nossas avós e avôs se vestirem quando tinham a nossa idade, porque a sociedade exigia ser mais sisuda.” (Marina, 54 anos)

A categoria **RELAÇÃO COM A SOCIEDADE** se revelou muito rica para a compreensão de profundas características da metanoia na atualidade. Nessa categoria, foram expressas dinâmicas psicológicas típicas dessa fase do desenvolvimento da personalidade. As características da sociedade contemporânea exigem intensos processos de adaptação da personalidade. Os dados elencados neste tema nos remetem às considerações teóricas apresentadas no capítulo 6. O termo “adaptação” em psicologia analítica refere-se à capacidade de adaptação psicológica, no sentido do equilíbriodas necessidades tanto do mundo interno quanto do mundo externo, trazendo constantes mudanças no fluxo de energia psíquica. Jung declarava que as pessoas teriam necessidade de novas adaptações durante toda a vida. Num mundo de constantes transformações, essa afirmação não poderia ser mais precisa. As adaptações devem obrigatoriamente levar para a transformação que exige que a energia seja utilizada de maneira equilibrada e criativa.

Jung atribuía quase que exclusivamente à introversão a tarefa da segunda metade da vida. Compreendia que o processo de individuação teria nesse período existencial sua base mais importante, às vezes vista como a única base importante. Um profundo diálogo ego-self seria, então, o único movimento que realizaria o processo de individuação. Contudo os dados desta pesquisa apontaram para uma necessária diversidade de diálogos do ego com diferentes partes da psique, para que possa haver desenvolvimentos saudáveis no processo de individuação.

Ao observarmos os relatos surgidos nos encontros grupais, podemos perceber que as necessidades de construção de novos papéis e de adaptações egoicas para a realização destes novos papéis, bem como a construção de novas formas de exercer papéis já consolidados, permanecem muito ativas nas pessoas entre os quarenta e os sessenta anos de idade. Como foi dito, a sociedade atual atravessa rápidas transformações, e responder às demandas da realidade social sem se perder de si mesmo, mantendo o processo de individuação ativo e saudável, requer não apenas introversão e diálogo ego-self, mas requer, de forma igualmente importante, o diálogo ego-persona e extroversão.

Se observamos na metanoia essa relação ego-self se intensificar, podemos também observar que esse movimento ocorre inclusive pelas demandas da realidade externa. Manter-se ativo no mercado de trabalho, preservando e conquistando novos empregos, sustentar e renovar relacionamentos afetivos e as amizades, assim como conquistar novos relacionamentos afetivos e também boas amizades, além de manter uma vida cultural e com lazer são necessidades relatadas amplamente pelo grupo de participantes da pesquisa. Isso mostra que a vida continua pulsante e desafiadora na meia-idade, não apenas na conquista de uma ampliação da personalidade consciente por meio do contato com o self, mas também por intermédio da relação com o social mais amplo, o que implica em intensas trocas entre ego e persona.

As funções da persona de auxílio na estruturação do ego e do desenvolvimento e adaptação a diversos papéis são, portanto, fortemente ativadas na meia-idade. Como descrito no capítulo 6, Freitas (2005) relata ser o diálogo do ego com a persona o que propicia o “encontro de uma maneira de ser, e estar com os outros, sem precisarmos, para isso, abandonar nossa individualidade, ou os símbolos operantes a cada momento” (p. 47). A pessoa na meia-idade tem a tarefa egoica de se adaptar a um novo lugar na sociedade, lugar este que não é mais o espaço ocupado pela juventude, posição valorizada socialmente, mas sim o lugar de adulto que está envelhecendo e que já sofre os preconceitos sociais do envelhecimento.

Ampliando a compreensão de Ulson (2006) de que a persona do indivíduo só se transforma a partir de profundos diálogos ego-self, nos quais o ego teria que

ceder o controle ao self, Freitas (2005) afirma que só é possível expressar a multiplicidade do self com a integração da persona e que isso em nossa sociedade é de vital importância, afinal, multiplicidade, diversidade, constantes mudanças são imperativos da sociedade atual.

Pudemos perceber através dos relatos dos participantes do grupo que a relação com o mundo externo, o estar no mundo de forma ativa, produtiva e também criativa, parece mobilizar o eixo ego-self também de fora pra dentro, em intensas trocas no fluxo da energia psíquica, tanto em movimentos de introversão como em movimentos de extroversão. E a articulação com o funcionamento do eixo ego-persona é fundamental nesse processo.

Não só períodos de desenvolvimento e satisfação foram relatados pelos participantes nos encontros grupais. Eles também falaram de períodos de fixação e paralisação, devido às dificuldades de adaptação e transformação da personalidade típicas da metanoia, assim como das vicissitudes do processo de envelhecimento, que muitas vezes parecem antagônicas com as exigências da sociedade. Esses dados corroboram com o material da literatura apresentada nos capítulos 1 e 2, que descrevem as crises típicas da metanoia, com períodos de paralisação, fixações, medos e inseguranças. Tais períodos apareceram com menor intensidade emocional nos participantes do grupo do que a literatura descreve. Também não foram relatados intensos períodos de depressão ou de sensação de despersonalização, como sugere a literatura a respeito do tema.

Foi na relação com o social mais amplo que estas fixações e paralisações ficaram mais demonstradas.

A persona também está ligada ao corpo, às roupas que o indivíduo usa, ao estilo jovial ou senhorio de falar e de se vestir, enfim, à maneira de se comportar. Em vários momentos dos encontros grupais, os colaboradores disseram não se sentirem velhos. Ao contrário, sentem-se com menos idade do que realmente têm, embora sejam vistos como pessoas mais velhas pela sociedade. Atribuem esse sentimento de serem mais jovens do que realmente são ao fato de terem uma mente jovem. E percebem que quando jovens fantasiavam que estar na meia-idade era ser

velho e ter uma mente (psique) muito diferente da que eles têm no momento. Ressentem-se do fato de a sociedade vê-los como mais velhos do que eles próprios se sentem e de como se veem.

Nesse sentido, observamos movimentos de fixação da persona, quando aparece o estranhamento ao serem chamados de senhor ou senhora, ao apresentarem certa melancolia quando os outros veem a pessoa de meia-idade como uma pessoa que não é jovem ou, pior, que é velha. Há um grande hiato entre corpo e psique na meia-idade, principalmente em pessoas que estão enfrentando um processo de metanoia mais intenso. Isso porque a personalidade se amplia, se enriquece, se transforma e se fortalece com o processo, mas o corpo envelhece, se fragiliza, adoce e necessita cada vez mais de cuidados. O corpo vai perdendo a aparência de juventude, ao mesmo tempo em que, segundo o relato dos participantes, permanece uma sensação de ainda ser jovem em muitos momentos.

Também pudemos observar bastante nos dados colhidos nos encontros grupais o funcionamento do diálogo ego-persona, o que impedia que o ego se perdesse no olhar do outro. A capacidade para esse diálogo entre o ego e uma persona flexível possibilitou aos indivíduos uma forma de se relacionar com o outro sem que perdessem sua própria maneira de ser e sua individualidade e originalidade. Essa persona flexível, que possibilita a expressão da multiplicidade do self e ajuda a manter o sentimento de unicidade, tão ricamente trazida pelo contato do ego com o self nas diversas formas de viver na meia-idade, mostrou ser um importante pilar nas dinâmicas psíquicas que levam ao alcance de uma vida rica de significados emocionais.

Os dados coletados mostraram claramente que na relação com o social mais amplo há a necessidade da ativação de todas essas instâncias psíquicas – ego, persona e self –, levando a um profundo reconhecimento de si em uma sociedade em constante transformação.

Na metanoia, essa identificação do contato entre ego e self é amplamente descrita pela literatura, mas a importância da intensa troca entre ego e persona tem sido pouco mencionada.

Observamos no material do grupo que os impactos da visão da sociedade sobre o indivíduo fomentam funcionamentos emocionais intensos, levando muitas

vezes ao que é descrito como crise da meia-idade ou, em uma linguagem mais familiar à psicologia analítica, levando a uma crise de metanoia.

A visão da sociedade sobre as pessoas entre os quarenta e sessenta anos, muitas vezes tão diferente dos sentimentos que os participantes têm do que é estar na meia-idade, provocou a construção de novos papéis exercidos de maneira própria e não identificada com o que a sociedade ou parte dela espera do adulto nessa faixa etária. Também os papéis consolidados ao longo da vida receberam intensas modificações nessa fase, influenciados tanto pelos impulsos do mundo interno quanto pelas demandas e exigências da realidade externa.

O que observamos no grupo, contudo, foi que as necessidades de construção de novos papéis e de adaptações egoicas permanecem muito ativas neste período, conjuntamente com um aprofundamento do diálogo entre o mundo interno e o mundo externo.

A persona quase sempre deve se adaptar ao ego transformado pelas experiências da realidade social e, no caso das pessoas adultas no meio da vida, às experiências emocionais advindas da metanoia. A articulação entre desenvolvimento de novos papéis e novas formas de realizar antigos papéis por meio da função da persona e da originalidade de ação do ego autônomo propicia que participem de um contexto social que projeta limitações para a vida das pessoas na meia-idade, sem se identificarem com tais limitações. As pessoas que apresentam esse funcionamento emocional, como é o caso dos participantes desta pesquisa, podem inclusive contribuir para mudanças nessa visão da sociedade por meio de uma existência que se baseia na sabedoria conquistada com as experiências de vida e obviamente com seus profundos diálogos com os conteúdos do inconsciente.

A forma de se estabelecer relacionamentos interpessoais, de exercer a vida profissional, bem como as atividades de lazer, as atividades culturais, as diversas formas de construir diariamente a vida afetiva relatadas pelo grupo expressam que na relação com o social mais amplo há a necessidade da ativação de diversas instâncias psíquicas. Além dos já citados diálogo ego-self e articulações do ego com a persona, o contato com as potencialidades dos arquétipos de puer e senex e sua articulação e integração na consciência aliam-se a um funcionamento da personalidade que promove a experiência de diversos papéis, novos e antigos,

vividos de maneira criativa. Assim, observa-se o funcionamento de um ego forte, com profundos diálogos com o self e com a persona e também com o eixo arquetípico puer-senex.

Ficou muito ressaltado neste trabalho que as fases de extroversão e introversão da energia psíquica ocorrem conjuntamente, na busca do equilíbrio da personalidade na personalidade adulta. Talvez o maior desafio para aqueles que estão nessa fase da vida seja sustentar na consciência as trocas entre introversão e extroversão. Ouvir a originalidade da psique dada pelo contato com os impulsos do self e se relacionar com a sociedade a partir dessa originalidade – sem se perder de si mesmo e sem se dissolver em comportamentos fixados pelo social que valoriza a juventude em detrimento das pessoas mais velhas, mas que ao mesmo tempo exige um comportamento produtivo e realizador nas pessoas na meia-idade – é um fator promotor de extraordinária força psicológica.

Se o olhar do outro e o social mostram o hiato entre a aparência do corpo que envelhece e da alma que se amplia, o eixo ego-persona deve funcionar no sentido de confrontar a dor das mudanças físicas e do *status quo* decorrentes do passar da idade.

Essa vivência não pode ser simplesmente negada, reprimida para a sombra, pois se corre o risco da perda de importante contato com conteúdos psíquicos e de empobrecimento da personalidade.

Fernandes (2012) diz:

Não é apenas pelos sonhos que os símbolos se expressam, mas também pela dor narcísica. É pela percepção da dor e não por atitude reativa inconsciente que tomamos conhecimento de nós mesmos. Não existe evolução da consciência sem que passemos, na vida adulta, por territórios onde fomos machucados. A ressignificação de nossas feridas narcísicas e a adoção de nova conduta frente aos eventos traumáticos caracterizam a consciência expandida (p. 269).

Assim como a confrontação com antigas feridas emocionais é fundamental para o contato com os símbolos, a confrontação com sofrimentos e dificuldades que surgem a partir do segundo período da vida adulta, ainda que causem dor e mobilizem inseguranças, também é fundamental para a expressão e elaboração dos símbolos, processo este que amplia a consciência e fortalece a personalidade.

O contato consciente com a dor das perdas físicas típicas do envelhecimento e a necessidade de adaptação a uma nova realidade abrem, então, um espaço para o contato com símbolos que podem aprofundar o autoconhecimento e a força psíquica. É na ativação, manutenção e intensificação dos diálogos entre o eixo ego-self e o eixo ego-persona que a personalidade da pessoa na maturidade encontra uma fonte importante de força psíquica.

Há ainda outro eixo importante para sustentar essa força psíquica frente ao envelhecimento. Trata-se do eixo puer-senex. No capítulo 4 deste trabalho, algumas questões sobre o funcionamento deste eixo na metanoia foram levantadas. A escolha para a discussão sobre esse eixo a partir do tema sociedade se deu porque foi nesta relação que o hiato olhar do outro e autoimagem e autoconceito se mostrou mais forte.

Permanecer psicologicamente jovem, característica do contato do ego com o puer, foi um sentimento compartilhado por todos os membros do grupo. Esse sentimento de juventude emocional foi demonstrado pela capacidade de desejar e planejar coisas novas para o futuro, de ter energia para empreender novos desafios e se manter atuante nos desafios cotidianos. Nesse sentido, os potenciais do puer mostraram-se claramente integrados na consciência dos participantes do grupo.

O mesmo se deu com os potenciais do senex em seu funcionamento criativo, cuja integração na consciência enseja na pessoa na maturidade a paciência e a perseverança para lidar com as transformações da personalidade e também com as novas necessidades de cuidados com o corpo. O grupo demonstrou também a sabedoria ensinada pelo senex no sentido de reconhecer a própria força e capacidade de realização de objetivos diversos, mesmo quando há algum tipo de preconceito ou rejeição por parte da sociedade. O diálogo ego-puter-senex fortalece a experiência acumulada pelos anos de vida, trazendo significado para essas vivências diversas, fazendo com que as pessoas na meia-idade, quando em um processo de metanoia, tenham uma forte ligação com os aspectos positivos desse eixo.

Nos encontros grupais, várias vezes se revelaram funcionamentos de integração do ego com essas duas forças psíquicas tão criativas.

Os dados dos encontros grupais corroboraram com as seguintes descrições dos potenciais do puer e do senex apresentadas no capítulo 4: a emergência do novo, característica do puer, na personalidade consciente, por meio de novas visões de mundo, novas visões de si mesmo, novos mecanismos adaptativos, novas formas de se exercer relacionamentos interpessoais diversos. No entanto, esses novos comportamentos são exercidos por meio da articulação com o aspecto criativo do senex, com perseverança, com paciência para enfrentar o caos que muitas vezes se instala em meio à transformação da personalidade.

Observou-se que a criatividade e a imaginação do puer não foram reprimidas na personalidade dos participantes do grupo, mas que foram elaboradas e continuamente presentificadas por meio da sabedoria do senex. Esses mecanismos ajudaram fortemente na manutenção de uma mente jovem, como os participantes descrevem sua juventude psicológica, sem haver o desejo de uma aparência ou um tipo de comportamento copiado dos modelos exercidos pela juventude contemporânea.

Poderíamos afirmar que um dos fundamentos para que a metanoia ocorra verdadeiramente na psique do sujeito, no sentido do desenvolvimento da personalidade, é de que não predomine cisão entre puer e senex, mas sim integração.

Foi observada, nos participantes do grupo, a plasticidade adaptativa do puer para receber os novos impulsos do self, bem como para adaptarem suas vidas em uma sociedade cujo olhar provoca estranhamento neles mesmos. Ser adulto em uma sociedade cujas exigências de produtividade, atualização do conhecimento, inclusive tecnológico, são cada vez mais imperiosas, a fim de poder se manter participante e ativo no mundo mostrou ser um constante desafio. A expansão no mundo externo, característica tão típica do puer, permanece como uma pauta cotidiana para pessoas nessa faixa etária.

Características típicas do senex foram também trazidas nas falas do grupo, como, por exemplo, o discernimento, que permite escolhas de modos de viver e de manter relacionamentos interpessoais diversos a partir do reconhecimento das próprias necessidades emocionais e espirituais, tais como justiça, liberdade, verdade, reconhecimento da beleza interior, investimento na polifonia de Eros e

expansão no mundo interno. Isso traz uma segurança e um conforto emocional que todos os participantes relataram não terem tido na juventude. Eles contaram que os modos de funcionamento descritos acima, conquistados apenas na maturidade, trazem enorme satisfação pessoal.

As possibilidades criativas da metanoia, alcançadas por meio do equilíbrio puer-senex ficaram demonstradas nas expressões do grupo. O amplo contato com as duas polaridades é uma capacidade da psique em pessoas na maturidade, que se encontram num processo ativo de metanoia. Essa capacidade mostrou ser um importante fator de sustentação de saúde mental e de boa qualidade de vida. A possibilidade de o ego ter um fluxo mais livre de energia psíquica entre os dois polos – essa fluência que permite a utilização dos potenciais de ambos, puer e senex, quando necessário para auxiliar nas exigências da vida interna e externa, mas sem se identificar com nenhum deles – protege as pessoas na maturidade da armadilha das certezas absolutas tão frequentes na juventude. A armadilha da petrificação em um único polo, puer ou senex, também é dissolvida por tal fluência. A fixação é uma patologia bastante frequente na idade adulta, principalmente na segunda parte dela. É comum observamos adultos nessa faixa etária tentando desesperadamente ser o eterno “*playboy*” ou a eterna “*Barbie*”. Ou o contrário disso: pessoas precocemente envelhecidas, enrijecidas e amargas.

O grupo criticou fortemente as pessoas que funcionam dessas maneiras fixadas e observou que entre eles não havia pessoas assim. Isso não aparecia nem nos modos de se vestir, nem na maneira de falar, nem mesmo de estar no mundo. Não se perder nas fixações é um dos mais importantes ganhos do processo de metanoia. O processo de recriação da personalidade, que em certos momentos é tão angustiante, também traz um grande prazer à existência.

Todas as categorias analisadas nessa discussão dos dados obtidos convergem para a categoria a seguir: MATURIDADE e TRANSFORMAÇÃO. As falas que se inserem nesta categoria ilustram uma síntese do processo de metanoia observado nos participantes do grupo.

MATURIDADE e TRANSFORMAÇÃO

“Maturidade traz segurança. Sofro menos. Me prefiro hoje. Eu acho que a gente só aprende isso com a idade. E é a melhor coisa que pode acontecer na nossa vida, é saber que tudo depende de nós e ponto final. É uma coisa que o jovem não tem. Que bom a meia idade nesse sentido.” (Marina, 54 anos)

“Agora na meia-idade não me angustio tanto. Não pode ver o envelhecimento como algo negativo. Tem que ir mais aberta, ir mais livre.” (Letícia, 46 anos)

“Do ponto de vista psíquico-emocional, eu acho que nunca existe estabilidade, nunca... Eu sempre me senti o tempo inteiro é em transformação. Então, talvez exista uma certa expectativa da sociedade, talvez até muito cruel, com relação a isso que você diz, né? Acho que é muita crueldade essa questão de achar que tem um modelo pronto e acabado, porque emocionalmente eu acho que não existe estabilidade. Eu acho que existe possibilidade de ouvir os seus conflitos de um outro jeito, mas estabilidade eu acho que não exista; agora eu entendo mais ou menos uma linha que você segue assim.” (Beatriz, 47 anos)

“Por conta de estar mais maduro, você acaba tendo uma estabilidade num sentido de não se sentir tão chacoalhado às vezes.” (Paulo, 49 anos)

“O valor da idade é uma síntese de sua história.” (Iara, 59 anos)

“Chegando neste momento, que construção fizemos? Se a psique não para mesmo, porque ela não vai parar, ela não vai se organizar para você relaxar. Eu acho que a grande questão é não se contaminar com isso e perceber que isso é um movimento e a que movimento isso está me levando e como eu vou deter algumas coisas, abandonar outras, reconstruir e olhar para ver se tem alguma coisa que eu não quero mais. Acho que isso é o polêmico.” (Iara, 59 anos)

“Essa coisa de ela falar de ‘pô, eu não gosto de ser chamada de senhora’ quer dizer, de um certo modo, que a gente tem uma certa vaidade também, né? Isso é inerente ao ser humano. Mas desde o começo, quando ela citou o texto do Drummond, me veio na cabeça aquela música do Raul Seixas: ‘Eu prefiro ser essa metamorfose ambulante do que ter aquela velha opinião formada sobre tudo’. Quer dizer, quando você não se renova... Se você ficar preso numa opinião que está datada, você

dançou, você não pode mais esquentar a cabeça com isso e, tipo assim, eu às vezes lembro de coisas lá de trás que você falou que dá saudade. Às vezes, eu lembro assim e, puta, como eu era bobo. Sabe assim? Como eu era bobo. Nossa, fatal. E aí aquele negócio... Já me vi fazendo isso com quarenta pensando nos vinte, já me vi agora com quase cinquenta pensando nos trinta, trinta e poucos. Puta, como eu era bobo.” (Paulo, 49 anos)

“Vi [recentemente] um filme meu com 22 anos falando... Então, a entrevista, né, perguntando coisas toda cheia de filosofia de vida, como se eu já tivesse vivido muito. Eu comecei a ver aquilo e comecei a rir, porque você fala: ‘Nossa, quanta bobagem, né? Quanta bobagem’. Já estou realizada profissionalmente. Eu tinha acabado de... Quando eu vi aquele filme, em nenhum momento eu falei ‘nossa, como eu era bonita, como eu magrinha, como eu não tinha rugas’, [mas sim] ‘nossa, como eu era tonta, que bobagem que eu falei’.” (Marina, 54 anos)

“Mas voltando ao estranhamento que você falou, o estranhamento na meia-idade, para mim, eu acho que tem um coisa muito nítida que eu lembro do meu pai quando ele tinha quarenta e poucos anos. Ele falava assim: ‘Eu não me sinto com essa idade. A minha cabeça não tem essa idade. A minha cabeça tem vinte e poucos, tem trinta’. E eu brincava. Então, quando eu comecei a falar assim também, eu falei: ‘Nossa, eu já estou ficando velha. Eu estou falando igual ao meu pai falava antigamente’. Mas eu acho que daí esse estranhamento. O envelhecimento vai de fora para dentro, não vem de dentro para fora. O nosso lado de dentro está jovem. Claro, eu não penso como eu pensava aos vinte e poucos anos, mas eu me sinto uma pessoa jovem. Todos nós nos sentimos pessoas jovens. A gente quer andar sobre as pedras, a gente quer correr, fazer as mesmas coisas... Sambar, né? O corpo e a sociedade é quem não deixam. Eu acho que o grande estranhamento está nisso: que nós temos dois, o psicológico... essa parte interna, não é só o psicológico, a alma, sei lá... e a parte física, que são coisas diferentes. Você vê uma pessoa de setenta, oitenta anos que a cabeça é de jovem de trinta anos, que conversa e fala coisas que você fica babando e fala: ‘Puxa, quanto conhecimento, quanta coisa boa ele passa e, ao mesmo tempo, quanta jovialidade ele tem ali’. Então, acho que é isso que pega mais. Pelo menos, pra mim essa... Existe um estranhamento aí... Existe um estranhamento aí, porque se fosse uma coisa normal que a gente... Se

por dentro a gente também envelhecesse, se nossas ideias criassem rugas, mas não é. Quanto mais a gente tem idade, mais a gente se sente melhor, mais a gente acha que ‘agora eu estou mais certo’, ‘nossa, que bom eu não sofro tanto’. Eu vejo isso e não passo mais por sofrimento, porque isso aí eu já sei que eu tiro de letra. Então, se tem tanta coisa que melhora, porque é que o resto tem que piorar, por que a força da gravidade tem que ser tão radical? Eu acho que é isso.” (Marina, 54 anos)

“Eu acho que a gente fez isso. Porque eu fico pensando que até certa altura quem girava algo em mim era meu ego e, de repente, eu desbanco, eu viro almada, eu vou para a alma, é mais uma energia de alma. É isso que eu fico pensando. Por isso que de repente a gente olha e fala: ‘Pô, mas eu não tenho mais aquela complicação pra falar tal negócio assim’ – coisa que o ego me propunha a fazer: ‘Vai lá, briga, mostra isso, mostra aquilo’. E agora é de uma outra dimensão. Acho, então, que é quase como se fosse uma coisa se deslocando. Mas não para ficar. É... é algo dentro da gente mesmo que se desloca para... Quer dizer, ele está se aproximando, mas dá um ideia de deslocamento, porque é uma... É um feito, é um feito, eu abandono um pouco o ego e vou viver um pouco a alma. Eu acho que fica mais uma coisa alinhada e acho que esse desarranjo é porque eu fico querendo dar uma resposta do meu ego e eu não sei se vai dar. Isso seria retroceder, então, tem ganhos, tem ganhos.” (Iara, 59 anos)

“O adolescente é o super-homem, acha que nada vai acontecer com ele. Nós sabemos que não é assim. Percebemos a finitude.” (Paulo, 49 anos)

GRUPO

“Por que só dois encontros? Eu mesma achei ótimo serem só dois quando recebi a carta-convite, mas agora sinto a necessidade de mais encontros para falarmos de meia-idade.” (Beatriz, seguida pela concordância de todos os membros do grupo)

“Para mim, fez muito sentido [participar do grupo], porque eu fiquei pensando isso: como será que as pessoas têm vivido essa questão? O que é que está pegando? Como a gente se relaciona com os nossos conflitos, com essas demandas, com o

que a gente talvez ache que a gente tem que dar uma resposta para os outros, mas para os outros quem? Que outros são estes? Como a gente está se relacionando com o nosso próprio desejo, com o nosso próprio tempo? Porque eu fico sempre indo e voltando, indo e voltando.” (Beatriz, 47 anos)

É e acho que hoje (trata-se do segundo encontro), por exemplo, a gente já chegou talvez um pouco menos formal a gente já conversou sobre várias coisas ali fora foi bem bacana, então eu fiquei pensado, mas independente disso o que eu achei bacana o que eu gostei o que me chamou muita atenção é que com tudo que está posto a maturidade que existe neste grupo né neste grupo específico porque a gente poderia ter pessoas de idades parecidas que não fossem tão maduras, mas a maturidade que parece que está presente nas pessoas neste grupo que fez com que a gente sentisse vontade de estar aqui, porque eu senti vontade de estar aqui. (Beatriz, 46 anos)

“Não sei esse estamos sendo sábios, mas compartilhar as experiências aqui é um ganho.” (Marina, 54 anos)

“Essa exclamação aqui... Eu fiquei pensando o seguinte: que foi uma grata surpresa este grupo para mim, foi uma grata surpresa. Poderia ter sido muitas coisas, poderia ser inclusive chato, eu poderia ter desistido, poderia ter sido uma decepção, mas foi uma grata surpresa. Gostei, por isso que eu pus uma exclamação.” (Beatriz, 46 anos)

“Quando a gente foi fazendo, a gente foi olhando, eu já fui meio que pensando coisas, eu já fui pensando que a gente falou de várias coisas, que a gente de uma forma bem humorada ou não, a gente tocou em pontos difíceis. Mas, independente de serem questões difíceis, me parece que a gente tem um pique, um desejo de se conhecer, um desejo de se questionar, um desejo de estar em questão, de saber o que o outro pensa. Eu fiquei pensando o seguinte: ‘Não é simples às vezes’. A gente tem amigos homens, mas é diferente você conversar com um amigo descontraidamente e falar com vocês, que a gente nem conhecia, e vocês trazerem algumas temáticas de uma forma corajosa; e a gente falar assim, poxa, diferente, né, tocar nesses assuntos de uma forma que você tem uma intencionalidade de falar sobre aquilo, você não está ao acaso falando sobre aquilo. Então, eu gostei. Acho

que a gente está caminhando, estamos aí com as nossas questões, estamos nos surpreendendo, mas acho que estamos saindo daqui bem, né? Parece que foi um processo legal esse.” (Beatriz, 46 anos)

“Sim. O que eu achei é que depois de tanto a gente falar, nós trouxemos questões boas, questões negativas – isso daqui é melhor por isso ou por aquilo, mas é pior do que outros grandes motivos... Mas no fundo, no fundo, o que eu sinto é que ninguém está sofrendo com a meia-idade, este sofrimento... Nós não temos um sofrimento. Temos uma constatação do que é a meia-idade, e todo mundo tem seus altos e baixos, né, todo mundo tem um dia que fala ‘estou envelhecendo’, ‘eu não estou bem’, ‘a saúde não está bem’, sei lá...” (Marina, 54 anos)

“E isso não é o que move nossa vida, ficar remoendo, reclamando o tempo todo. É um grupo coeso, nesse sentido de que todo mundo está lidando muito bem com este momento de vida.” (Marina, 54 anos)

“A definição de metanoia tem um pouco a ver com isso, né? Tem a ver com o recomeço, né? E você acredita na coisa da... nas coisas que não foram possíveis serem retomadas? A metanoia é uma segunda chance.” (Marcelo, 50 anos)

Pesquisadora (no fechamento do último encontro grupal, quando foi perguntada pelo grupo se eles haviam trazido assuntos interessantes para a pesquisa e quando, na sequência, perguntaram o que eu queria mesmo investigar):

“A ideia geral da psicologia analítica é que há recomeços, que há uma retomada, que há uma possibilidade de crescimento, desenvolvimento no meio da vida, a partir do meio da vida, que a vida continua pulsando e que você pode descobrir coisas novas, resgatar coisas velhas, enfim, novas adaptações, no bom sentido. E a minha pesquisa era sobre isso, porque isso não acontece só nos livros, porque isso acontece hoje em São Paulo, na contemporaneidade. O que vocês acham?”

“Acontece sim!” (O grupo em uníssono)

“Acontece, né? (risos). Você é uma das provas vivas, nós também, e você vai falar ‘acontece’!” (Beatriz, 46 anos)

“É... você fazer uma entrevista ou uma terapia sozinha, você usa o seu referencial, mas não tem a troca, não tem esse momento de reflexão do que o outro pensa, que é diferente do que eu penso; peraí, então eu penso que é uma coisa até mais rápida do que na terapia, porque na terapia a gente fica muito tempo num assunto, porque você tem que sozinho descobrir um caminho, e quando você está num grupo e você fala alguma coisa e vê cinco opiniões diferentes você vai para casa pensando ‘porque é diferente?’” (Marina, 54 anos)

“Porque, por exemplo, tem algumas questões que eu pincei que estão circulando na minha cabeça do que vocês falaram aqui, mas, por exemplo, uma questão que você [Marina] apontou muito e eu fico pensando ‘eu não consigo’, que é essa questão do outro, de uma certa preocupação com o outro, no sentido... Claro que eu tenho preocupação com o outro e que eu sou sensível ao outro, não sou nenhuma... né? Claro que eu tenho sensibilidade às pessoas. Enfim eu gosto muito das pessoas, gosto de conviver, mas eu não tenho uma preocupação se eu estou agradando muito, eu não tenho muito essa preocupação, muito do que o outro... Eu tento, assim, ter uma noção do todo e um bom senso, mas não fico muito preocupada com o que o outro está pensando sobre mim, porque eu penso assim, e eu não posso ficar pensando diferente disso. E você trouxe muito isso de se preocupar com os outros, vocês também trouxeram, e eu falei: ‘Meu, pra mim, isso não é assim como é para eles, é de um outro jeito, vai por um outro caminho, e porque será que para mim vai por um outro caminho e para eles vai por...?’ Eu fiquei tentando imaginar porque nesse quesito eu fazia uma curva meio diferente de vocês assim.” (Beatriz, 46 anos)

“O grupo traz... Tem o outro, né? Quando a gente fez a entrevista individual com você, era um depoimento nosso do que era viver esta meia-idade. E aqui tem a experiências dos outros, né? Cada um traz um pouco a sua experiência e vai juntando com a sua própria experiência. Então, foi mais rico.” (Marcelo, 50 anos)

“Você trilha – eu tinha usado essa imagem a semana passada – um pouco das estradas que se cruzam e depois vão espalhar de novo. A estrada de cada um é diferente, a vista fica diferente ou, se a vista era a mesma, cada um enxergou de um modo diferente. Então, chovendo no Einstein, é tudo relativo. Cada um enxerga de um jeito a mesma questão, e isso tem a ver com a história de cada um, com o que

viveu e com o que não viveu. E isso é o que enriquece, o que enriquece é essa variedade.” (Paulo, 49 anos)

“É, e é isto... Pode ter algumas questões, as convergentes ou divergentes, e vocês [Marcelo e Paulo] são dois homens de uma idade parecida e que vivem e que têm uma percepção das coisas. É muito legal ver vocês dois assim e ficar lembrando das coisas que vocês falam, e como um fala e o outro fala. Eu fico pensando em nós duas, já que a Letícia e a Lara não estão aqui, mas como é interessante, como a gente vive de forma diferente...” (Beatriz, 46 anos)

“A gente tem convergências, mas como a gente é diferente nessa forma de visualizar, eu nunca mais vou esquecer. Eu falei isso pra tanta gente, isso que você falou [João] assim: ‘Meu, mata a bola no peito, bota a bola no chão e sai jogando’. Eu nunca mais vou esquecer isso daí.” (Beatriz, 46 anos)

“Porque, inclusive fechando, falando sobre as riquezas dos encontros do grupo, os cartazes só ficaram assim tão interessantes, porque tem a visão de todo mundo, senão, não teria ficado desse jeito. Teria ficado muito menos.” (Paulo, 49 anos)

“É claro, teriam ficado muito menos. Só ficaram tão bons porque o grupo foi ótimo.” (Marina, 56 anos)

“Obrigado pela oportunidade de participar do grupo. Foi muito bom.” (Paulo, 49 anos)

“É, foi ótimo participar do grupo.” (Marina, 54 anos)

PAINÉIS

Foi pedido ao grupo para que utilizassem cartolinas (papel cartão) de diversas cores e tons – dez ao todo – e revistas e gravuras para recortarem e que construíssem juntos um ou mais painéis sobre a experiência de estar na meia-idade. Após a escolha de diversas imagens por cada um dos participantes do grupo, eles reuniram todos os recortes e confeccionaram os painéis conjuntamente. As fotos dos painéis estão em anexo.

O grupo escolheu para a confecção do primeiro painel a cor da cartolina branca para sua montagem. Foi dado a ele o título de Sabedoria. Nesse painel, encontram-se imagens de uma grande coruja, um grande ponto de exclamação, pessoas entre quarenta e sessenta anos as seguintes frases recortadas: “A sabedoria não nos é dada, temos de descobri-la sozinhos”, “O que você quer fazer de diferente?”, “Tudo o que a gente vê ou toca tem história para contar”, “Curta sem moderação” e “Viva”.

Para o segundo painel, escolheram a cor lilás escuro ou roxo claro. Foi dado a ele o título de “Transformação”. Nesse painel, encontram-se as seguintes frases recortadas: “O fim de uma era”, “A ordem é reinventar”, “O que vem por aí”, “Feliz”, “Consciência a gente tem, atitude a gente muda”, “As nuances”, “Completa”, “A supermáquina do tempo”, “Em paz” (em letras bem grandes), “Senhora de seu destino” (essa frase está colada em cima de uma foto de uma pessoa deficiente física, com próteses de pernas, praticando corrida).

Para o terceiro painel, escolheram a cor vermelho vivo. Foi dado a ele o título de “Quente, sexo comida, tempo”. Foram coladas nesse painel imagens de pessoas se beijando, em posições eróticas, de diversas pimentas e bebidas alcoólicas e comidas e de um homem gordo com chapéu de mestre cuca se alimentando. Também foram coladas as frases: “Tempo de qualidade”, “Sem parar” (numa alusão a sexualidade), “O que é fundamental para você”, “As melhores coisas da vida são de graça” (colada sobre a foto de um beijo), “O que faz você voltar no tempo”.

Para o quarto painel, escolheram a cor amarelo vivo. Foi dado a ele o título de “Infância” e nele foram coladas uma grande foto dos Beatles nos anos 60, para representar a década em que nasceram, assim como um desenho de pessoas na meia-idade em um escritório olhando para jovens voando com alegria sobre eles, o que representava o desagrado de serem vistos como uma multidão sem diferenças entre si. Também havia imagens com preocupação com os cuidados com saúde e beleza corporal, para representar preocupações típicas da meia-idade, e uma imagem de lata de sardinha, para representar o desagrado em ser visto como uma multidão indiferenciada. Havia ainda uma foto de uma pessoa vestida de mergulhador, em cima de uma cadeira, pronto para dar um grande salto dentro de

uma piscininha de plástico de apenas trinta centímetros de profundidade, representando as atitudes exageradas e descabidas que se toma na juventude para resolver as situações da vida.

O último painel confeccionado foi feito sobre uma cartolina de cor azul celeste com o título “Serenidade, tranquilidade”. Ele tem uma única foto de uma mulher de aproximadamente cinquenta anos, dizendo a seguinte frase: “Dores e alegrias são passageiras, a vida é um ciclo de continuidade. Isso me ajuda nos momentos difíceis”.

Os dados acima demonstram de maneira ainda mais precisa a riqueza de se trabalhar em grupo com pessoas vivendo um tema comum: nesse caso, estar na meia-idade e experienciar a metanoia. A princípio, o objetivo de fazer encontros grupais neste trabalho limitava-se apenas à coleta de dados, embora nos parecesse que o trabalho com grupos fosse extremamente pertinente como espaço de compartilhamento de vivências comuns e como campo privilegiado de transformações e desenvolvimentos emocionais para essa população.

O convite para participar da pesquisa determinava apenas dois encontros grupais, e foi surpreendente que logo no início do segundo encontro os participantes questionaram o porquê de apenas dois encontros. A partir dessa demanda foi trabalhada a possibilidade de ocorrerem mais um ou dois encontros, prontamente aceita pelo grupo.

O trabalho com o grupo pode ter excelência em refletir e promover um espaço de continência para um dos pontos centrais do trabalho junguiano: a observação dos símbolos. Estes podem se manifestar nos sonhos, em devaneios ou apropriados de eventos do mundo externo ou mesmo oriundos da interação grupal.

O trabalho com o símbolo ajuda a representar o material básico da experiência humana e transformá-lo em evolução e realização pessoal. Nesse sentido, o grupo demonstrou o fluxo e refluxo das dinâmicas coletivas, mas não em detrimento das dinâmicas pessoais. Os participantes comentaram que foi muito rica a experiência de participar do grupo, pois por meio dela puderam refletir com maior profundidade sobre as dificuldades do envelhecimento e também sobre os ganhos, a sabedoria advinda da passagem do tempo. Além disso, relataram que conhecer aspectos diferentes da maturidade também ampliou a própria compreensão do que é

estar na maturidade. A riqueza das trocas aconteceu pela constatação das igualdades e também das diferenças. Houve uma linguagem grupal, formada pela interação das personalidades de cada um dos participantes do grupo.

As profundas reflexões aconteceram dentro da linguagem do grupo, sem que, contudo, houvesse uma indiscriminação ou simbiose entre os membros do grupo. Podemos afirmar que houve durante cada encontro a constituição de um self grupal.

Freitas (2005), por meio de seu trabalho com grupos vivenciais, estabelece conceitos centrais da dinâmica do grupo na perspectiva junguiana. São eles: o campo interacional específico no qual se relacionam forças dinâmicas que põe em contato todos os participantes; a partir desse campo interacional, cria-se uma coesão, que estabelece uma consciência grupal, assim como uma sombra grupal e símbolos grupais. Freitas explica ainda que o campo simbólico constelado acolhe e conduz o self grupal. A autora, em seu trabalho sobre grupos vivenciais, explica que o self grupal é algo que transcende o físico, promove acolhimento, pertinência, criação de sentido e surgimento de imagens. Por meio da formação do self grupal, cria-se um espaço em que os símbolos podem ser expressos e compartilhados, pois o *setting* analítico grupal se torna um espaço que cria intimidade e comunhão.

A respeito do trabalho de grupo, a autora ainda introduz a ideia de que o self grupal estabelece a configuração da promoção do processo de individuação em cada membro do grupo, o compartilhar experiências, emoções e ideias sob o enfoque do diálogo ego-self. Ela explica que o self grupal é algo que transcende o físico, promove acolhimento, pertinência, criação de sentido e surgimento de imagens.

Também Parisi (2009) fala desse self grupal, que ela chama de identidade grupal e que funciona como uma unidade viva de um grupo, onde os participantes se sentem como um grupo e pertencendo a um grupo. Para essa autora, a identidade ou self grupal cria um sentimento de união ou inclusão, união esta que respeita as diferenças, sem negá-las, mas com a constatação da igualdade dentro da diferença.

Verificou-se que durante os encontros todas as dinâmicas descritas pelas autoras acima foram amplamente experimentadas. Os encontros acolheram as imagens de cada participante, surgidas espontaneamente, e essas imagens foram acolhidas, compartilhadas e articuladas entre si, criando um acervo simbólico do self

grupal. Com a construção desse self grupal foi possível um aprofundamento dos relatos das vivências do que é estar na meia-idade e a expressão dos diversos símbolos trazidos por tais vivências. Foram percebidas igualdades, mas também diferenças, e a partir disso, trocas significativas puderam ocorrer, promovendo um sentimento de união no grupo. Tanto foi assim que no último encontro grupal, os participantes pediram que a pesquisadora enviasse por e-mail os endereços eletrônicos e telefones de todos, pois eles queriam continuar a se encontrar em outros momentos, como em atividades de lazer, por exemplo.

A intimidade e a comunhão relatadas por Freitas como uma característica da constituição do self grupal foram intensamente experimentadas no transcorrer dos encontros. Por diversas vezes, os colaboradores falaram sobre a coragem que todos tiveram de trazer temas delicados, até mesmo difíceis de lidar. Comentaram também sobre a profundidade na exposição dos temas e como haviam se sentido bem em participar do grupo. Relataram que essa participação os ajudara a refletir e a se conhecer melhor, e, sobretudo, a se enriquecer com a visão do outro. Ficou claro que nos encontros grupais foi possível preservar a individualidade de cada um, ao mesmo tempo em que ela era ampliada e fortalecida pelo contato com a diversidade trazida pelo outro.

Zinkin (1998) ressalta que no trabalho grupal é possível a preservação das mesmas possibilidades que existem no trabalho individual e determina que, reconhecidas as diferenças, pode-se perceber que há suficientes semelhanças para que a individuação tenha lugar no grupo.

O material coletado corroborou com o trabalho de Ettin (1993), Zinkin (1990) e Freitas (2005), que afirmam ser o trabalho grupal, na perspectiva da psicologia analítica, um trabalho emocional profundo e transformador, pois no fluxo e refluxo das dinâmicas coletivas acolhidas no self grupal a elaboração pode ocorrer, tanto no que tange ao individual, como no que é coletivo.

Uma diferenciação se faz importante: a questão do grupo e a questão da massa. A compreensão dos processos grupais de Ettin, Freitas e Zinkin são diametralmente opostos ao funcionamento do que Jung preconizava a respeito do funcionamento do self grupal. Para este último, o self grupal é uma expressão coletiva da participação mística, ou seja, refere-se ao rebaixamento da consciência.

Ele acreditava que nesse estado de primitividade uma parte (ou um membro do grupo) controla os outros membros. Dessa forma, não haveria ampliações da personalidade consciente dos participantes, pois o contato com os conteúdos do inconsciente do outro produziria apenas identificação projetiva, simbiose e indiferenciação eu-outro. Essa descrição trata, na verdade, de fenômenos de massa e não de grupo.

Não foi observado nos encontros realizados para esta pesquisa momentos em que apenas um dos membros tomava a liderança na expressão dos significados emocionais oriundos do fato de se estar na meia-idade, ou mesmo dos símbolos emergentes do contato com as questões típicas da metanoia. Também não foram observados movimentos de indiscriminação entre os participantes.

Pudemos observar nos relatos dos colaboradores a respeito da experiência de participar de um grupo de reflexão que por meio do contato com o outro no grupo os participantes puderam reconhecer inclinações pessoais que não haviam acessado até então. A experiência de ter tais inclinações legitimadas pelo grupo, que foi em todos os encontros muito acolhedor e respeitoso, mostrou para cada participante novas possibilidades de integração de conteúdos ou novos modos de funcionamento psicológico sem que, com isso, ocorresse perda da individualidade.

Um grupo reflexivo como este levou os participantes a reconhecerem dentro dos conteúdos significativos surgidos as vivências comuns (coletivas) e as próprias vivências. Também puderam descobrir características pessoais projetadas no outro, assim como reconhecer aquilo que era de cada um e que também estava presente no outro.

O trabalho de grupo mostrou-se de extrema validade para esta pesquisa, que trata de um tema sobre o desenvolvimento da personalidade típico da faixa etária dos participantes. Ele promoveu o reconhecimento do que há de coletivo na experiência da passagem do tempo, como também a conscientização dos processos da metanoia por meio do reconhecimento das semelhanças das vivências de cada participante. Isso aconteceu porque o trabalho com o grupo permitiu contatos diversificados com emoções e pensamentos que não haviam sido profundamente

considerados até então. A participação nos encontros levou a elaborações mais profundas.

Faria (2003) esclarece que o self também está fora e não só dentro do indivíduo, o que faz da coleta de dados com encontros grupais uma técnica que viabiliza colher conteúdos mais profundos do inconsciente. O presente trabalho pôde corroborar com essa afirmação. Também pôde demonstrar a forma como o self é compartilhado pelo grupo, pois para os colaboradores o encontro com o coletivo – o aqui pensado principalmente pela característica coletiva da metanoia, no sentido de ser um processo arquetípico – foi também facilitado pelo encontro com o coletivo no outro.

No quarto encontro, foi utilizada uma técnica imagética, que consistia na utilização de cartolinas (papel-cartão) de diversas cores e revistas e gravuras para recortar e construir em conjunto painéis sobre as elaborações realizadas durante os encontros.

O material imagético também apontou para a emergência dos símbolos e a elaboração destes por parte do grupo, dentro do funcionamento do self grupal. A princípio, os colaboradores resistiram um pouco para recortar imagens, dizendo que gostavam mais de falar a respeito do tema. Mas logo depois se prontificaram a fazer a atividade. Primeiro, escolheram suas próprias imagens, mas ao terminarem essa tarefa, rapidamente quiseram construir painéis juntos. Nesse momento, pareciam se divertir com a escolha das cores do papel-cartão e depois ofereceram suas imagens para compor o painel com as imagens dos outros. A montagem ocorreu de forma lúdica e, ao mesmo tempo em que se detinham nessa confecção, também traziam ainda mais conteúdos a respeito do tema levantado em cada um dos painéis. O uso de técnicas imagéticas intensificou e proporcionou a emergência de símbolos, bem como processos de elaboração destes símbolos.

Por meio da análise dos resultados obtidos na coleta de dados desta pesquisa, pensamos que, sendo a metanoia um processo típico de desenvolvimento emocional da segunda parte da fase adulta, o trabalho com essa população em grupos vivenciais, que possibilitam reflexão, pode se tornar um ritual de iniciação para essa fase de vida, a meia-idade.

Neste sentido Whitmont (1991) afirma que o *setting* analítico (no trabalho individual ou grupal) deve funcionar como um ritual. O ritual, esclarece o autor, é um espaço protegido por regras ou normas de funcionamento e se torna um continente para afetos que precisam desse lugar continente para a sua elaboração. O autor nos conta que no ritual:

A personalidade consciente pode aprender a desidentificar-se dos afetos evocados, ao mesmo tempo em que se relaciona com eles. Configura-se um padrão de totalidade que permite ao indivíduo resistir a tensões de emoções opostas e equilibrar os afetos com as necessidades e objetivos do ego (p. 259).

Whitmont (1991) diz que dentro da unidade protetora do ritual e do grupo, as forças arquetípicas podem ser integradas e disponibilizadas para as necessidades pessoais e coletivas. Ao afirmar que o self fala não só do interior da pessoa, mas também de fora, ele mostra que o trabalho grupal conduzido como um ritual pode levar a um ego novo e diferente, realizado e amadurecido na troca com o grupo. No ritual, explica ele, é possível transformar o padrão dos eventos, por meio da consciência e dos significados que ele traz. A interação grupal promove redirecionamento no fluxo da energia, por meio da participação de todos os seus membros e dentro de cada um deles.

A visão da função do ritual preconizada por Whitmont (1991) é muito próxima do que a literatura e os resultados deste trabalho descrevem sobre aspectos da metanoia: maior contato com a tensão entre os opostos, redirecionamento da energia, possibilidades de intensificação dos diálogos entre os diversos polos dos conteúdos inconscientes e ampliação da personalidade consciente. Contudo, as experiências da metanoia podem ser caóticas, difíceis de serem compreendidas ou de elaboradas. São experiências emocionais que nem sempre encontram espaços de continência na vida cotidiana. O trabalho grupal que abarca essa forma ritualística de funcionar, tal como descrita por Whitmont, pode proporcionar o espaço de continência e auxiliar no direcionamento da energia psíquica para a população na meia-idade.

Whitmont (1991) afirma ainda que nossa cultura está carente de rituais, mas segundo ele, a necessidade da sociedade atual seria de rituais coletivos que produzissem desenvolvimento individual. Nesse sentido, o trabalho de grupo com pessoas na meia-idade pode ser um espaço de excelência para propiciar esse tipo

de ritual – um ritual que não seja apenas para celebrar as conquistas realizadas, como nossa cultura costuma preconizar, com festas comemorativas, por exemplo, mas um ritual de iniciação, que auxilie o processo de desenvolvimento da maturidade psicológica.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

CONSIDERAÇÕES FINAIS

O desenrolar da vida mobiliza uma série de experiências emocionais ligadas à senescência, que é o processo saudável do envelhecimento. A partir da meia-idade inicia-se uma série de possibilidades novas de desenvolvimento da personalidade. Contudo, para que isso ocorra, é necessário o estabelecimento de intensos diálogos do ego com diversas partes do inconsciente, seguidos de elaborações e adaptações às novas demandas pessoais que surgem na consciência. Se as pessoas nessa fase da vida reconhecem esses movimentos interiores e se permitem lidar com essas dinâmicas psicológicas renovadoras, podemos dizer que elas se encontram na metanoia.

A metanoia é um processo psicológico de aprofundamento do diálogo ego-self, tema que é muito explorado pela literatura da psicologia analítica. No entanto, é também um processo em que o diálogo do ego com outros eixos, principalmente o diálogo ego-persona e o diálogo ego-puer-senex se fazem fundamentais nas transformações da personalidade.

Muito se tem falado a respeito da relação ego-self nesse momento existencial, mas os achados deste trabalho demonstraram que a metanoia só pode ocorrer de maneira transformadora em pessoas com capacidade de exercer autonomia egoica para entrar em contato com as expressões de diversas partes da psique, sem se identificar com nenhuma delas nem com nenhum polo delas.

O contato com o self proporciona ao ego sensação de unicidade mesmo em momentos turbulentos ou caóticos da vida, bem como a percepção de necessidades de integração de novos conteúdos e modos de funcionamento. Esse contato é muito fascinante, porque enche de energia a consciência e aponta caminhos originais e muito significativos no desdobramento da vida. A criatividade psicológica é fortemente impulsionada pelo contato com o self.

No entanto, para haver a realização dos caminhos apontados pelo self, a pessoa na meia-idade necessita igualmente do contato com as demandas que a sociedade em que vive lhe impõe. E, nesse sentido, observamos nos dados coletados na pesquisa que é muito importante o contato do ego com a persona. Isso

permite que toda a expressividade do self seja realizada por meio dos diversos papéis que a pessoa pode exercer. Proporciona também o desenvolvimento da capacidade de não se enrijecer numa única forma de desempenhar tais papéis. Nas trocas com o social é que a pessoa na meia-idade pode reconhecer dissonâncias entre os sentimentos a respeito de si, sua autoimagem e a imagem projetada pela sociedade a respeito das pessoas que estão nessa faixa etária. Foi nessa relação que os colaboradores da pesquisa relataram as maiores sensações de estranhamento – por exemplo, ao serem chamados de senhor e senhora e não mais de você. O eixo puer-senex também é bastante mobilizado nesses momentos, pois no diálogo com esses dois potenciais arquetípicos a pessoa na meia-idade não se fixa em um único comportamento.

Pudemos observar um grande hiato entre o corpo que se transforma, no sentido de perdas de potência e beleza física, e psique que se amplia ao longo dos processos da metanoia. Lidar com o declínio do corpo e ao mesmo tempo com o crescimento da psique é um desafio típico da metanoia e foi muito comentado pelos participantes do grupo.

É interessante ressaltar que no primeiro encontro grupal as falas iniciais foram justamente sobre as dores ligadas ao passar do tempo, o corpo que declina e exige mais cuidado e atenção, ao mesmo tempo em que as pessoas se conscientizam sobre os limites e a finitude da vida. A percepção da diminuição da energia física também foi relatada com sentimentos de tristeza.

Já o último encontro se fechou com a constatação de que só um processo de metanoia pode trazer sabedoria para ampliar e fortalecer a personalidade das pessoas adultas na meia-idade. Todos os participantes relataram que se sentiam mais confiantes com a sabedoria desenvolvida ao longo da vida, mesmo tendo tantos novos desafios a enfrentar.

Ao longo dos encontros, foram demonstrados sentimentos de tristeza, os quais costumam ocorrer na metanoia quando se percebe que a energia é menor do que nos tempos da juventude. Porém, de maneira paradoxal, também surgiram sentimentos de alegria e satisfação com as transformações emocionais e com o desenvolvimento da sabedoria e criatividade do período.

Quando está na metanoia, a pessoa tem sua personalidade consciente ampliada e fortalecida, mesmo que à custa de enfrentamento de crises e sentimentos de tristeza e depressão, bem como da percepção de que nessa fase a energia disponível é menor.

Hollis (2006) esclarece a respeito da metanoia:

A experiência consciente da passagem do meio requer que separemos quem nós realmente somos da soma das experiências que interiorizamos. Nosso pensamento então se desloca do mágico para o heroico, e finalmente para o humano. Nossas relações se tornam menos dependentes, exigindo menos delas e mais de nós mesmos. Nosso ego sai perdendo e temos de nos reposicionar em relação ao mundo exterior - carreiras, relacionamentos, fontes de fortalecimento e satisfação. (...) Tornamo-nos cada vez mais conscientes do aspecto finito do corpo e da fragilidade de todas as coisas humanas (p. 160).

Nos encontros grupais, pudemos observar amplamente todas essas transformações apresentadas pelo autor.

Muitos temas foram elencados pelo grupo como fatores de grandes mudanças na forma de se relacionar e manejar essas questões. Esses temas foram: energia/corpo/saúde, sexualidade, envelhecimento, tempo e finitude, trabalho e aposentadoria, relacionamentos afetivos, relacionamentos de amizade, relacionamento entre pais e filhos, maturidade e transformações, relações com a sociedade.

Ao observarmos que as mais fundamentais questões da vida foram contempladas nas reflexões trazidas pelos participantes do grupo, podemos compreender que o processo de metanoia mobiliza todos os aspectos fundamentais da existência humana e pode, nesse sentido, transformar profundamente a personalidade. Se o adulto encontra espaços para acolher e refletir sobre essas transformações, a metanoia pode se tornar um caminho muito rico para o fortalecimento e desenvolvimento da personalidade.

A análise dos dados coletados deixa claro que esses colaboradores estão num típico processo de metanoia. Diferente do que a literatura aponta, eles não expressaram necessariamente um processo de despersonalização, de caos turbulento nem mesmo de sentimentos de perda da vida. Nesse grupo, a metanoia parece ocorrer de maneira menos intensa em relação às depressões e tristezas que ela pode mobilizar e foram observadas novas formas de funcionamento, mais

maduras e criativas no eixo ego-self, no eixo puer-senex, nos diálogos ego-sombra-persona, na maturidade do ego, que deixa de ser heroico para se tornar reflexivo, nas interações do ego com anima e animus e suas decorrentes projeções no outro, nas interações do ego com os complexos parentais e com o complexo fraterno.

O material do grupo apontou para o desenvolvimento da consciência de alteridade, pois os participantes relataram uma liberdade muito maior para reconhecer os diversos aspectos de cada demanda da vida e os diversos sentimentos gerados por essas demandas. Há mais autonomia nas relações interpessoais e nos diversos papéis que exercem na vida, tanto os já consolidados quanto os novos papéis que vão surgindo. Os participantes relataram que não mais se identificavam com as certezas da juventude e, podemos dizer, que não se fixam mais a um único polo das diversas partes do inconsciente, mas que articulam esses polos conforme as necessidades de desenvolvimento emocional.

É interessante notar que a idade adulta na segunda metade da vida é uma fase de grandes aprendizados, tal como a adolescência e a juventude. A meia-idade, quando vivida dentro de um processo de metanoia, promove muito aprendizado. Não é costume projetar aprendizado na maturidade. Normalmente, cremos que não há mais o que aprender na segunda fase da vida adulta. Mas essa fase é de grande ampliação de autoconhecimento e de sabedoria.

Depararmo-nos com o tema da metanoia mostrou uma trajetória que levou a dois caminhos de descobertas: o primeiro foi poder conhecer com mais profundidade como ocorre a metanoia na contemporaneidade, e o segundo foi constatar intervenções psicológicas que são benéficas para a população da meia-idade em suas necessidades de desenvolvimento da personalidade – no caso, o trabalho de grupo de reflexão.

Nesse sentido, o trabalho de grupo mostrou-se extremamente valioso no processo de reflexão sobre a meia-idade e a metanoia. A princípio, o convite para participar da pesquisa consistia em apenas dois encontros. A pedido dos participantes, o entanto, foram ampliados para quatro. O grupo relatou como foram surpreendentes as trocas realizadas entre as pessoas e como foi enriquecedor perceber semelhanças e diferenças no enfrentamento do processo de estar na meia-idade. Por se tratar de um grupo em que todos já haviam feito análise ou estavam

em análise, surgiram também comentários sobre como o grupo agiliza o aprofundamento das questões da meia-idade e como as trocas entre os participantes ajudam a construir mais criativamente novos modos de lidar com essas questões.

Os participantes relataram que a participação na pesquisa foi uma experiência muito gratificante e significativa e que ela ampliou a compreensão de seus processos emocionais relativos a estar na meia-idade.

A pessoa que pode refletir sobre a metanoia amplia sua personalidade consciente e apresenta, com isso, um fortalecimento egoico que, além de transformar esse período de vida em um período de muita satisfação, também prepara para o enfrentamento mais saudável da velhice.

Novas pesquisas com populações de outras regiões do Brasil, com pessoas com outros tipos de escolaridade e pessoas de classes sociais diversas da do grupo estudado aqui podem fornecer dados mais completos sobre as necessidades do desenvolvimento emocional do adulto.

Esta tese abre uma discussão sobre a importância dos cuidados com a população adulta, no sentido de fornecer subsídios para se pensar programas de atendimento inclusive na rede pública, que tem programas específicos para crianças, adolescentes, idosos, mas não reconhece a importância de programas específicos para adultos na meia-idade. Atendimentos grupais, inclusive de maior duração do que quatro encontros, podem ser criados no serviço público, para fomentar formas mais saudáveis e benéficas de experienciar a passagem do tempo.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ANDRADE, C. D. **Alguma poesia**. Rio de Janeiro: Recorde, 2001.

BARCELLOS, G. **O irmão – psicologia do arquétipo fraterno**. São Paulo: Vozes, 2009.

_____. **Voos e raízes: ensaios sobre psicologia arquetípica, imaginação e arte**. São Paulo: Ágora, 2006.

BAUMAN, Z. **Modernidade líquida**. Rio de Janeiro: Zahar, 2005.

BERNARDI, C. Senex-et-puer: esboço da psicologia de um arquétipo. In MONTEIRO, D. M. R. (org.) **Puer-Senex: dinâmicas relacionais**. Petrópolis: Vozes, 2008.

BYINGTON, C. A. B. **O Arquétipo da vida e da morte: um estudo da Psicologia Simbólica**. São Paulo, 2002.

_____. **Psicologia simbólica junguiana – a viagem de humanização do cosmo em busca da iluminação**. São Paulo: Linear B, 2008.

_____. **A viagem do ser em busca da eternidade e do infinito**. São Paulo: Linear B, 2013.

BOECHAT, W. As questões com o Self: espiritualidade, finitude, individuação. In MONTEIRO, D. M. R. (org). **Espiritualidade e finitude: aspectos psicológicos**. São Paulo: Paulus, 2006.

BORGES, C., SANTOS, M. Aplicações da técnica do grupo focal: fundamentos metodológicos, potencialidades e limites. **Rev. SPAGESP**, v. 6, n. 1, jun. 2005.

BREHONY, K. A. **Despertando na meia idade: tomando consciência de seu potencial de conhecimento e mudança**. São Paulo, Paulus, 1999.

BRENNAN, A., BREWI, J. **Meia-idade e vida**. São Paulo: Paulus, 1991.

CAROTENUDO, A. **Eros e Pathos – amor e sofrimento**. São Paulo: Paulus, 1994.

CAVALHEIRO, F. Metanoia e história: conflitos e rupturas da meia-idade. In MONTEIRO, D. M. R. (org). **Metanoia e meia-idade: trevas e luz**. São Paulo: Paulus, 2008.

CUPERTINO, A. P. F. B., ROSA, F. H. M., RIBEIRO, P. C. C. Definição de envelhecimento saudável na perspectiva de indivíduos idosos. **Psicologia: reflexão e crítica**. 20(1), p. 81-86, 2007.

EDINGER, E. **Anatomia da psique: o simbolismo alquímico na psicoterapia**. São Paulo: Cultrix, 1990.

ETTIN, M. The spirit of jungian group psychotherapy: from taboo to totem, **International journal of group psychotherapy**, 450-470, 1993.

FARIA, D. L. **O pai possível: conflitos da paternidade contemporânea**. São Paulo: Educ: Fapesp, 2003.

FERNANDES, R. R. **Narcisismo e espiritualidade: o desenvolvimento da consciência pela elaboração simbólica**. São Paulo: Escuta, 2012

FREITAS, L. V. Grupos vivenciais sob uma perspectiva junguiana, **Psicologia USP**, v. 16, p.45-70, 2005.

_____. O calor e a luz de Héstia: sua presença nos grupos vivenciais. **Cadernos de educação UNIC**, p. 131-145, CPG Edição especial, 2005.

GALIÁS, I. Desenvolvimento progressivo na maturidade: introdução, In: **Novo velho: envelhecimento, olhares e perspectivas**. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2012.

GUGGENBÜHL-CRAIG, A. O arquétipo do inválido e os limites da cura. **Junguiana**, n. 1, p. 97-106, 1983.

HALL, J. **A experiência junguiana: análise e individuação**. São Paulo: Cultrix, 1988.

HILLMAN, J. **O livro do puer: ensaios sobre o arquétipo do puer aeternus**. São Paulo: Paulus, 1999.

HOLLIS, J. **A passagem do meio: da miséria ao significado da meia-idade**. São Paulo: Paulus, 1995.

JOHNSON E RUHL, R. **Viver a vida não vivida**. São Paulo: Vozes, 2010.

JUNG, C. G. **Aion: Estudos sobre o simbolismo do si-mesmo**. In Obras completas de C. G. Jung (Vol. IX/2). Petrópolis: Vozes, 1988.

_____. **A energia psíquica**. In Obras completas de C. G. Jung (Vol. VIII/1). Petrópolis: Vozes, 2000.

_____. **A natureza da psique**. In Obras completas de C. G. Jung (Vol. VIII/2). Petrópolis: Vozes. 1991

_____. **A vida simbólica**. In Obras completas de C. G. Jung (Vol. XVIII/2). Petrópolis: Vozes. 1991

_____. **Memórias, sonhos e reflexões**. Rio de Janeiro: Nova Fronteira, 1989.

_____. **Mysterium Coniunctions**. Petrópolis: Vozes, 1985.

_____. **O desenvolvimento da personalidade.** In Obras completas de C. G. Jung (Vol. XVII). Petrópolis: Vozes, 2002.

_____. **O eu e o inconsciente.** In Obras completas de C. G. Jung (Vol. VII/2). Petrópolis: Vozes, 1987.

_____. **O homem e seus símbolos.** Rio de Janeiro: Nova Fronteira, 1990.

_____. **Psicologia do inconsciente.** In Obras completas de C. G. Jung (Vol. VII/1). Petrópolis: Vozes, 1995.

_____. **Tipos psicológicos.** In Obras completas de C. G. Jung (Vol. VI). Petrópolis: Vozes, 1991.

KAST, V. **Sísifo: a mesma pedra – um novo caminho.** São Paulo: Cultrix, 1992.

KELEMAN, S. **Mito e corpo: uma conversa com Joseph Campbell.** São Paulo: Summus, 2001.

LEÃO, M. A. B. G., GIGLIO, J. S. Psicodinâmica da mulher trabalhadora de meia-idade em fase de pré-aposentadoria. **Psico-USF**, v. 7, n. 2, p. 185-194, jul./dez, 2002.

LIPOVETSKY, G., SEBASTIEN, C. **Os tempos hipermodernos.** São Paulo: Barcarolla, 2004.

LOPES-PEDRAZA, R. **Ansiedade Cultural.** São Paulo: Paulus, 1997.

MARRACCINI, E. **Encontro de mulheres: uma experiência criativa no meio da vida.** São Paulo, Casa do Psicólogo, 2002.

MORI, M. E., COELHO, V. L. D. A vida ouvida: a escuta psicológica da mulher de meia-idade. **Revista de Estudos e Pesquisas em Psicologia**, UERJ, revispsi.uerj.br, v. 3, n.2, p. 45-49, 2002.

_____. Mulheres de corpo e alma: aspectos biopsicossociais da meia-idade feminina. **Psicologia: reflexão e crítica**, 17(2), p.177-187, 2004.

MONTEIRO, D. M. R. Ao envelhecer... O puer revitalizando o senex. In: MONTEIRO, D. M. R. (org.) **Puer-Senex: dinâmicas relacionais.** Petrópolis: Vozes, 2008.

_____. Metamorfoses da alma após a meia-idade. In: MONTEIRO, D.M.R. (org.) **Metanoia e meia-idade: trevas e luz.** São Paulo: Paulus, 2008

OTTA, E., FIQUER, J. Bem-estar subjetivo e regulação de emoções. **Psicologia em revista**, v 10, n.15, p. 144-149, 2004.

PARISI, S. **Separação amorosa e individuação feminina: uma abordagem em grupo de mulheres na abordagem da psicologia analítica**. 2009, Tese de doutorado. Instituto de Psicologia da Universidade de São Paulo, São Paulo, 2009.

PENNA, E. M. O paradigma junguiano no contexto da metodologia qualitativa de pesquisa. **Psicologia USP**, v.16, n.3, 2005.

_____. Pesquisa em Psicologia Analítica: reflexões sobre o inconsciente do pesquisador. **Boletim de Psicologia**, vol. LVII, n.127: 127-138 2007.

PIERI, P. F. **Dicionário junguiano**. São Paulo: Paulus/Vozes, 2002.

QUEROZ, N. C., NÉRI, A. L. Bem-estar psicológico e inteligência emocional entre homens e mulheres na meia-idade e na velhice. **Psicologia: reflexão e crítica**, 18(2), p. 292-299, 2005.

RAMOS, D. G. **A psique do corpo: uma compreensão simbólica da doença**. São Paulo, Summus, 1994.

ROTHENBERG, R. E., **A jóia na ferida: o corpo expressa as necessidades da psique e oferece um caminho para a transformação**. São Paulo: Paulus, 2004.

SABINO, F. **O encontro marcado**. Rio de Janeiro: Record, 1981.

SALLES, C., MELO, J. **Sexualidade e individuação**. São Paulo: Vetor, 2007.

SAMUELS, S. **Jung e os pós-junguianos**. Rio de Janeiro: Imago, 1989.

SAMUELS, SHORTER E PLAUT, A. B. F. **Dicionário crítico de análise Junguiana**. Rio de Janeiro: Imago, 1988.

SHARP, D. **Ensaio de sobrevivência: anatomia de uma crise de meia-idade**. São Paulo: Cultrix, 1990.

SERINO, S. A. L. **Diagnóstico compreensivo simbólico: uma psicossomática para a prática clínica**. São Paulo: Escuta 2001.

SILVA, W. A. **Lendas e mitos dos índios brasileiros**. São Paulo FTD 1999.

STAUDE, J. R. **O desenvolvimento adulto de C. G. Jung**. São Paulo: Cultrix, 1990.

STEIN, M. **No meio da vida: uma perspectiva junguiana**. São Paulo, Paulus, 2007.

STEIN, M. **Transferência Contratransferência**. São Paulo: Cultrix, 2008.

_____. Jung o mapa da alma. São Paulo, Editora Cultrix, 2005. STEIN, M. Divinity express the self... An investigation In: **Journal of Analytical Psychology**, 2008, 53, 305-327.

TACEY, D. **Negotiating the numinous: Toward a Taxonomy of Jungian Studies**, conference of the IAJS and IAAP. July 7-10 2005

ULSON, G. Integração da persona na segunda metade da vida. In MONTEIRO, D. M. R. (org) **Espiritualidade e finitude: aspectos psicológicos**. São Paulo: Paulus, 2006.

VON FRANZ, M. L. **Puer Aeternus: a luta do adulto contra o paraíso da infância**. São Paulo: Paulus, 1992.

WEBER, N. Etapas psicológicas da vida humana e envelhecimento saudável, segundo a Weltanschauung da Psicologia Analítica. **RBCEH - Revista Brasileira de Ciências do Envelhecimento Humano**, Passo Fundo, p. 11-21, jul. /dez 2006.

WERRES (2008) A contemporaneidade na perspectiva puer-senex. In MONTEIRO, D. M. R. (org.) **Puer-Senex: dinâmicas relacionais**. Petrópolis: Vozes, 2008.

WHITMONT, E. C. A busca do símbolo: conceitos básicos de psicologia analítica. São Paulo: Cultrix, 1994.

_____ **O retorno da Deusa**. São Paulo: Summus, 1991.

ZIMERMAN, D. **Fundamentos básicos das grupoterapias**. Porto Alegre, Artmed, 2000.

ZINKIN, L., **Dialogue in the Analytic setting**. Chapter 8: The grail and the group. London and Philadelphia: Jéssica Kingsley Publ. 1998.

ANEXO A
CARTA CONVITE

**UNIVERSIDADE DE SÃO PAULO
INSTITUTO DE PSICOLOGIA**

CONVITE PARA PARTICIPAÇÃO NA PESQUISA

***“CAMINHOS PARA O DESENVOLVIMENTO
NO MEIO DA VIDA”***

**Uma abordagem dos aspectos psicológicos
da meia-idade em grupo vivencial**

A fase de vida denominada meia-idade ocorre aproximadamente entre os 40 e 60 anos e se caracteriza por ser um período potencial de transformações na personalidade. Vivências ligadas à crise no modo de desempenhar diversos papéis, exigências de recuperar aspectos da vida deixados para trás bem como necessidade de desenvolver novas qualidades pessoais podem surgir levando a realizações positivas, mas também podem provocar ansiedade e depressão em algum grau. Este momento da existência provoca sensações de paralisação e também de expansão da consciência. O período pode trazer a impressão de um senso de identidade que se modifica, trazendo modos novos e criativos de ser.

Sou psicóloga clínica e realizo uma pesquisa de doutorado voltada para a experiência de estar no meio da vida nos tempos atuais. Através de um trabalho grupal utilizando diálogos, recursos expressivos, poesias, histórias e mitos, os encontros se voltam para a troca de vivências e a busca de caminhos para lidar com as questões típicas desta fase.

Se você tem entre 40 e 60 anos e se interessa em aprofundar as experiências deste período de vida, participando do grupo e colaborando com a pesquisa entre em contato comigo. Serão dois encontros, realizados uma vez por semana com duração de 2 horas. A participação é voluntária e gratuita.

Data: quinta-feira das 20:30h às 22:30 h ou sábado das 10:00 h às 12:00 h.

Local: Rua Pará 65 cj 12 Higienópolis São Paulo

Informações: (11) 99730-8491 ou (11) 96195-8517

e mail: ana.pandini@uol.com.br

Deixe seu nome e telefone para contato ou envie um e mail.

Pesquisadora: ANA LUCIA RAMOS PANDINI

Orientadora: Prof^a Dr^a LAURA VILLARES DE FREITAS

ANEXO B

APROVAÇÃO DO PROJETO NA PLATAFORMA BRASIL

Saúde

Ana Lucia Ramos Pandini - Pesquisador | V2.19

Cadastros

Sua sessão expira em: 39min 35

Você está em: Pesquisador > Gerir Pesquisa > Detalhar Projeto de Pesquisa

DETALHAR PROJETO DE PESQUISA

Dados do Projeto de Pesquisa

Título da Pesquisa: Metanoia na contemporaneidade: caminhos para o desenvolvimento no meio da vida.

Pesquisador: Ana Lucia Ramos Pandini

Área Temática:

Versão: 1

CAAE: 01045513.8.0000.0076

Submetido em: 20/10/2013

Instituição Proponente: UNIVERSIDADE DE SAO PAULO

Situação: Aprovado

Localização atual do Projeto: Pesquisador Responsável

Patrocinador Principal: Financiamento Próprio

Documentos Postados do Projeto

Tipo Documento	Situação	Arquivo	Postagem
Parecer Consubstanciado do CEP	A	PB_PARECER_CONSUBSTANCIADO_CEP_443234.pdf	01/11/2013 09:57:24
Informações Básicas do Projeto	A	PB_INFORMAÇÕES_BÁSICAS_DO_PROJETO_10455.pdf	20/10/2013 23:57:49
Interface REBEC	A	PB_XML_INTERFACE_REBEC.xml	20/10/2013 23:57:49
Outros	A	Plataforma Brasil Mudanças realizadas no projeto Metanoia na contemporaneidade.docx	20/10/2013 23:56:24
Projeto Detalhado	A	Plataforma Brasil Projeto de pesquisa Metanoia na contemporaneidade.docx	20/10/2013 23:25:11
TCLE - Modelo de Termo de Consentimento Livre e Esclarecido	A	Plataforma Brasil TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO CEPHU.docx	20/10/2013 21:51:43
Folha de Rosto	A	Plataforma Brasil Folha de rosto com assinaturas USP.docx	12/03/2012 11:53:20

»

Listar Todos

Tipo Documento	Situação	Arquivo	Postagem
Informações Básicas do Projeto	A	PB INFORMAÇÕES BÁSICAS DO PROJETO_10455.pdf	18/10/2013 09:06:16
Informações Básicas do Projeto	A	PB INFORMAÇÕES BÁSICAS DO PROJETO_10455.pdf	08/10/2013 17:49:54
Outros	A	Currículo Lattes Ana Pandini primeira pagina.docx	08/10/2013 16:24:31
Outros	A	Cadastro de Protocolo de Pesquisa HU.docx	08/10/2013 16:19:34
Informações Básicas do Projeto	A	PB INFORMAÇÕES BÁSICAS DO PROJETO_10455.pdf	25/07/2013 15:36:19
Informações Básicas do Projeto	A	PB INFORMAÇÕES BÁSICAS DO PROJETO_10455.pdf	23/07/2013 22:40:12
Informações Básicas do Projeto	A	PB INFORMAÇÕES BÁSICAS DO PROJETO_10455.pdf	12/03/2012 12:01:49

Tramitação:

CEP Trâmite	Situação	Data Trâmite	Parecer	Informações
« « 1 2 » » »				
CONEP	Submetido para avaliação do CEP	12/03/2012		
Hospital Universitário da Universidade de São Paulo - HU/USP	Rejeição do PP	16/03/2012		A SRa terá de descrever no projeto onde será feita... Ver mais>>
Hospital Universitário da Universidade de São Paulo - HU/USP	Submetido para avaliação do CEP	23/07/2013		
Hospital Universitário da Universidade de São Paulo - HU/USP	Rejeição do PP	25/07/2013		Instituição proponente é o Instituto de Psicologia... Ver mais>>
Hospital Universitário da Universidade de São Paulo - HU/USP	Submetido para avaliação do CEP	25/07/2013		
Hospital Universitário da Universidade de São Paulo - HU/USP	Rejeição do PP	31/07/2013		Documentação incompleta- no Projeto submetido à PI... Ver mais>>
Hospital Universitário da Universidade de São Paulo - HU/USP	Submetido para avaliação do CEP	08/10/2013		
Hospital Universitário da Universidade de São Paulo - HU/USP	Rejeição do PP	11/10/2013		Não conseguimos identificar em que área do Hospita... Ver mais>>
Hospital Universitário da Universidade de São Paulo - HU/USP	Submetido para avaliação do CEP	18/10/2013		
Hospital Universitário da Universidade de São Paulo - HU/USP	Rejeição do PP	18/10/2013		O TCLE não foi corrigido. 1- substituir o título C... Ver mais>>

Este sistema foi desenvolvido para os navegadores Internet Explorer (versão 7 ou superior), ou Mozilla Firefox (versão 9 ou superior).

ANEXO C**TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO**

TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO

A pesquisa “Metanoia na contemporaneidade: caminhos para o desenvolvimento no meio da vida” tem como objetivo investigar os processos psicológicos advindos do desenvolvimento adulto, particularmente no período da meia-idade, período existencial compreendido entre os 40 e 60 anos. Metanoia é um termo da Psicologia Analítica que visa descrever as transformações emocionais e cognitivas naturais e típicas da vida adulta a partir dos 40 anos. A pesquisa se faz relevante devido ao grande aumento dessa população (pessoas entre 40 e 60 anos) no Brasil, sendo a fase adulta a menos estudada pela Psicologia.

O projeto tem como proposta uma pesquisa qualitativa, modelo de investigação em que o pesquisador procura compreender o processo através do qual as pessoas constroem significados, utilizando-se da observação e buscando interpretar os significados de natureza psicológica e complementarmente sócio-cultural. (TURATO, 2005). Em primeiro lugar, faz-se necessária revisão bibliográfica: a) das produções relacionadas aos temas eleitos pelo projeto, dentro da teoria da Psicologia Analítica; b) das produções teóricas dedicadas a explicitar aspectos fundamentais da contemporaneidade. Desta forma não se trata apenas de um contato com o que já foi pesquisado sobre o tema, mas de uma reflexão sobre como podem ocorrer às transformações emocionais típicas da meia-idade no mundo globalizado.

O método de investigação (coleta de dados) será composto pela realização de uma entrevista de triagem individual, realizada pela pesquisadora-psicóloga e pela observação-participante de dois encontros grupais. Nos encontros grupais haverá a participação de uma psicóloga-observadora, que apenas anotará em papel os dados colhidos no grupo. As entrevistas e encontros serão gravados em áudio, se houver consentimento dos participantes.

Caso não haja o consentimento por parte de algum dos participantes, não será realizada gravação em áudio, o que não interfere na realização da pesquisa. Somente participarão da pesquisa os participantes que aceitarem a presença da psicóloga-observadora nos encontros. Esta não fará nenhuma intervenção verbal durante a realização destes.

A entrevista e os encontros grupais serão realizados no consultório particular da pesquisadora, localizado à Rua Pará 65, cj. 12, CEP 01243-020, Higienópolis, na cidade de São Paulo, SP. O local permite que seja resguardada a garantia do sigilo e da privacidade. O grupo será constituído por uma psicóloga-coordenadora (pesquisadora), uma psicóloga-observadora e seis participantes de pesquisa de ambos os sexos com idade compreendida entre 40 e 60 anos. O grupo funcionará como grupo vivencial, pois segundo Freitas (2005, p.66), “o grupo vivencial possibilita a dimensão psicológica em si, na medida em que é o próprio campo interacional em que ocorre a experiência, sendo um método de grupo que possibilita que experiências psicológicas aconteçam”. As observações e condução do grupo se farão a partir das idéias advindas da Psicologia Analítica. Os dados serão categorizados para facilitar a reflexão teórica e a construção do conhecimento científico (GONZÁLES REY, 2005). O material oriundo dos encontros grupais será analisado dentro dos construtos da Psicologia Analítica.

Será garantido o sigilo absoluto das informações obtidas e a não identificação dos participantes. Por tratar-se de estudo acadêmico esta pesquisa poderá ser publicada no meio científico, com a intenção de contribuir para um maior

conhecimento do tema estudado, sendo garantido o sigilo dos nomes dos participantes.

A pesquisa não provoca risco à integridade física e psicológica dos participantes, (não oferece nenhum grau de risco), mas caso sinta necessidade, qualquer um dos participantes poderá entrar em contato com a pesquisadora responsável através dos telefones e mail que constam na Termo de Consentimento Livre e Esclarecido, mesmo fora do horário reservado para os encontros grupais.

Poderão ser realizados encontros individuais extras, caso o contato proporcione alguma forma de mobilização emocional, ainda que mínima. Caso o grupo também deseje um ou mais encontros grupais extras por qualquer motivo, também poderão ser realizados no mesmo local. Se houver necessidade os participantes serão ressarcidos em suas despesas com transporte e estacionamento pela pesquisadora.

A participação na pesquisa tem como benefício à troca de experiências e reconhecimento das semelhanças e diferenças individuais no processo de desenvolvimento da vida adulta, o que gera uma ampliação no autoconhecimento e um maior contato com os potenciais criativos dos indivíduos neste período existencial e a novas formas de lidar com os desafios da maturidade e envelhecimento.

Por tratar-se de pesquisa em Psicologia, com a utilização de métodos de pesquisa já consagrados como éticos e que não trazem riscos aos participantes, esta pesquisa não utilizará métodos experimentais, não oferecendo nenhum grau de risco. Os participantes poderão a qualquer tempo ter acesso à pesquisadora para esclarecimento de eventuais dúvidas e informações sobre os procedimentos, riscos e benefícios relacionados à pesquisa.

Se for detectado na pessoa que está sendo selecionada para participante na pesquisa algum problema de saúde, ela será orientada e encaminhada pela pesquisadora-psicóloga para acompanhamento em equipamentos de saúde do SUS. (Sistema Único de Saúde).

Além disso, caso queira, o participante pode, a qualquer momento, retirar seu TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO e deixar de participar da pesquisa.

_____ Participante da pesquisa

_____ Pesquisadora

Os dados coletados serão utilizados na pesquisa de doutoramento de Ana Lucia Ramos Pandini, RG 15531481, SSP, SP, realizado no Instituto de Psicologia da Universidade de São Paulo, sob orientação da Professora Doutora Laura Villares de Freitas.

Ana Lucia Ramos Pandini
Tel. para contato: 99730-8491
96195-8517
E mail: ana.pandini@uol.com.br

Instituto de Psicologia USP
Laboratório de Estudos da Personalidade
R.Prof. Mello Moraes, 1721. Bloco D, sala 232. CEP: 05508-030 Cidade
Universitária.
e mail lep@usp.br

Pelo presente instrumento, que atende às exigências legais, o (a) senhor(a) _____, após a leitura da
TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO, ciente dos
procedimentos aos quais será submetido, não restando quaisquer dúvidas a respeito
do lido e explicado, aceita participar como participante de pesquisa firmando seu
CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO de concordância em participar da
pesquisa proposta.

_____ Participante da pesquisa

_____ Pesquisadora

Fica claro que o(a) participante de pesquisa ou seu representante legal podem, a
qualquer momento, retirar seu **CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO** e
deixar de participar do estudo alvo da pesquisa e fica ciente que todo trabalho
realizado torna-se informação confidencial guardada por força do sigilo profissional.

Nome do(a) participante da pesquisa: _____

Nº do documento de identidade: _____

Data de nascimento: _____

Sexo: _____

Endereço: _____

Telefone: _____

Declaro que, após convenientemente esclarecido pela pesquisadora e ter entendido
o que me foi explicado, consinto em participar do presente projeto de pesquisa
intitulado **Metanoia: caminhos para o desenvolvimento no meio da vida**.

São Paulo, _____ de _____, 20 ____.

Assinatura do(a) participante de pesquisa

Assinatura da pesquisadora
Ana Lucia Ramos Pandini

Comitê de Ética em Pesquisa do Hospital Universitário da Universidade de São Paulo. CEP-HU/USP

Av. Prof. Lineu Prestes, 2565 – Cidade Universitária CEP: 05508-000 – São Paulo – SP

Tel.: (11) 3091-9457 Fax: (11) 3091-9452 E-mail: cep@hu.usp.br

ANEXO D

FICHA DE IDENTIFICAÇÃO DOS PARTICIPANTES

UNIVERSIDADE DE SÃO PAULO – INSTITUTO DE PSICOLOGIA
“METANOIA: CAMINHO PARA O DESENVOLVIMENTO NO
MEIO DA VIDA”

Uma abordagem dos aspectos psicológicos da meia-idade em grupo
vivencial

FICHA DE IDENTIFICAÇÃO

DADOS DE IDENTIFICAÇÃO:

Nome: _____

Idade: _____

R.G.: _____

Data de nascimento: _____

Endereço: _____

Mora só ou com _____

Pais: _____

Nº de irmãos: _____

Natural de: _____

Escolaridade: _____

Profissão: _____

Estado civil: _____

Filhos: _____

Religião: _____

Outros dados: _____

- Como se sente em relação a essa fase da vida em que se encontra?

ANEXO E

PAINÉIS CONFECCIONADOS NOS ENCONTROS DO GRUPO

PAINEL 1

PAINEL 2

PAINEL 3

PAINEL 4

PAINEL 5