

O conceito de regressão no processo de individuação: uma análise junguiana da obra de Byung-Chul Han

Bruno Bonato Mendes¹ , Luca Maler Guapo² , Vitoria Ferraz Manente³  e Michel Alexandre Fillus⁴ 

Pontifícia Universidade Católica do Paraná (PUC-PR), Curitiba-PR

Resumo: O presente artigo aborda a tensão entre as exigências sociais modernas descritas nas obras de Byung-Chul Han, como produtividade e adaptação, em contraste com a necessidade de espaço para confrontar as demandas do mundo interior, parte importante do processo não linear de individuação. Na perspectiva da teoria junguiana, a energia psíquica regressiva é parte integrante e fundamental do processo de desenvolvimento psíquico, no entanto, tal necessidade é recorrentemente rotulada como patológica, apesar do seu amplo potencial de desenvolvimento. O objetivo da pesquisa, assim, foi analisar aspectos psicológicos da contemporaneidade e sua relação com o movimento de regressão da energia psíquica e processo de individuação, por meio de uma análise bibliográfica qualitativa de caráter básico e exploratório. Os fenômenos analisados foram obtidos nas obras de Byung-Chul Han, selecionadas intencionalmente, caracterizando os fenômenos psicológicos da contemporaneidade. A partir da análise das obras, depreenderam-se os seguintes temas de análise: positividade e esgotamento, vida pobre em “negatividades”, algofobia, ausência de sentido na dor, poética e dialética da dor, a natureza do Eros e a absolutização do poder e as relações humanas, para subsequente análise psicodinâmica. Os resultados da pesquisa permitiram a observação dos efeitos do ideal produtivo persistente dos dias atuais, demonstrando a importância de vivenciar as diferentes formas de expressão da psique, que exercem papel fundamental no processo de desenvolvimento humano.

Palavras-chave: byung chul-han, energia psíquica, regressão, processo de individuação

The concept of regression in the process of individuation: a Jungian analysis of the work of Byung – Chul Han

Abstract: This article addresses the tension between modern social demands, described in the works of Byung-Chul Han, such as productivity and adaptation, in contrast with the need for space to confront the demands of the inner world, a crucial part of the non-linear process of individuation. From the perspective of Jungian theory, regressive psychic energy is an integral and fundamental part of the process of psychic development. However, this need is often labeled as pathological, despite its broad potential for development. The aim of the study, therefore, was to analyze psychological aspects of contemporary society, considering the role of regression, and describing its place within the individuation process, through a qualitative bibliographical analysis of a basic and exploratory nature. The analyzed phenomena were obtained from the intentionally selected works of Byung-Chul Han, which characterize the psychological phenomena of contemporary times. From the analysis of the works, the following themes emerged: positivity

¹ Acadêmico do curso de Psicologia pela Pontifícia Universidade Católica do Paraná (PUC-PR). Curitiba-PR, Brasil. *E-mail:* bbonatomendes@outlook.com

² Acadêmico do curso de Psicologia pela Pontifícia Universidade Católica do Paraná (PUC-PR). Curitiba-PR, Brasil. *E-mail:* luca.guapo08@gmail.com

³ Acadêmica do curso de Psicologia pela Pontifícia Universidade Católica do Paraná (PUC-PR). Curitiba-PR, Brasil. *E-mail:* vivsmanente@gmail.com

⁴ Doutor em Psicologia Clínica (PUC-SP) e docente do curso de Psicologia da Pontifícia Universidade Católica do Paraná (PUC-PR). Curitiba-PR, Brasil. *E-mail:* michelfillus@gmail.com

and exhaustion, a life poor in “negativities,” aliphobia, absence of meaning in pain, the poetics and dialectics of pain, the nature of Eros, the absolutization of power, and human relationships, followed by psychodynamic analysis. The research results allowed the observation of the effects of the persistent productive ideal of today, demonstrating the importance of experiencing the different forms of expression of the psyche, which play a fundamental role in the process of human development.

Keywords: byung chul-han, psychic energy, regression, individuation process

Introdução

Nota-se, na atualidade, uma grande expectativa social em relação à velocidade de adaptação, produtividade e atividade constante dos indivíduos. Han (2015), por meio de um ensaio perspicaz, explicita várias características da sociedade dos dias atuais, apontando para a sua excessiva positividade, ritmo frenético e cobrança intensa de desempenho. As experiências que por vezes prejudicam a produção e “funcionalidade” acabam por ser rotuladas como patologias e devem passar por intervenções ou alterações imprudentes, obstruindo a naturalidade, os aspectos saudáveis e necessários do desenvolvimento da psique e suas facetas, que caracterizam o processo de individuação.

Como individuação, entende-se o amplo processo de integração da personalidade como um todo, isto é, de forma consciente e profunda, tornar-se aquilo que lhe seria em potencial, unificando os diferentes aspectos que compõem o sistema psíquico, visando, em última instância, a expressão do *Self*, um todo distinto (Stein, 1998/2004). Tal curso de unificação, entretanto, provém de expressivos e, muitas vezes, longos conflitos internos, obstruções na fluidez da vida e tensões entre opostos, elementos que contrariam o ideal de produtividade contemporâneo quando, naturalmente, afastam o indivíduo do rendimento pleno, trabalho constante e ajustamento, levando-o ao confronto com o problema da alma, ou seja, as demandas do mundo psíquico interior, isto é, da parte inconsciente da psique (Jung, 1928/2011a).

Nesse processo, a dinâmica da energia psíquica assume papel central. Para Jung (1928/2011a), a energia psíquica não é estática, mas flui entre polos conscientes e inconscientes, orientada pelos

princípios da equivalência, entropia e compensação. Quando um polo da vida psíquica é excessivamente privilegiado – como o da adaptação ao meio externo –, inevitavelmente ocorre uma compensação, que mobiliza conteúdos inconscientes a fim de restaurar a totalidade. Esse movimento é o que caracteriza a regressão, que, longe de representar um retrocesso patológico, pode ativar conteúdos arquetípicos, imagens primordiais que estruturam o psiquismo humano. Tais conteúdos emergem com força emocional, solicitando da consciência uma ampliação de perspectiva e um esforço egóico para a sua integração. O processo de individuação depende, portanto, dessa constante tensão e integração entre os pares opostos.

Desse modo, é importante considerar como, cultural e historicamente, os movimentos regressivos da psique têm sido interpretados sob uma ótica patologizante, em detrimento de sua função simbólica e compensatória. Embora igualmente importantes, como partes do processo mais amplo de individuação, é notória a persistente desqualificação dos conteúdos regressivos, caracterizados, historicamente, como sintomas em um quadro patológico. Ainda que, a curto prazo, a regressão da energia psíquica tenha aparência desadaptativa, a longo prazo a ativação do mundo interior impele novas possibilidades de vida. Seus conteúdos, muitas vezes incompatíveis, confusos, primitivos e de aparência imoral, formidavelmente, carregam um imenso potencial de desenvolvimento (Jung, 1928/2011a).

A regressão é um movimento que pode acontecer seja de modo espontâneo ou como consequência diante de fenômenos do dia a dia, tais como o ócio e a espera, a morte e o luto, a exaustão e o *burnout*, o fracasso e a rejeição. Como, por exemplo, na perda de um emprego, o divórcio, a traição e um relacionamento abusivo, o contato pessoal ou próximo à doença, uma crise financeira, um conflito interno, até em um período de mudanças e transições, como o promovido pela pandemia. A depressão e ansiedade também influenciam no contato com a regressão, podendo atuar tanto como causa quanto consequência. Esses fenômenos também hão de ser relacionados aos processos simbólicos, uma vez que promovem o contato com o mundo exterior, fundamentais para a compreensão subjetiva (Rueda & Bonfim, 2014).

Portanto, perante o ideal de positividade em detrimento da negatividade, da sociedade descrita por Han (2015), essa pesquisa tem como objetivo analisar fenômenos psicológicos contemporâneos a partir do conceito de regressão psíquica de Carl Gustav Jung. Visa não apenas a contribuição à prática da psicoterapia, mas, também, à compreensão das vivências culturais contemporâneas e suas peculiaridades.

Materiais e Métodos

Trata-se de uma pesquisa de análise bibliográfica de caráter exploratório. A amostra foi definida intencionalmente, tendo em vista os objetivos da pesquisa. Foram incluídos materiais que se atêm ao objeto de estudo, isto é, fenômenos psicológicos da contemporaneidade, disponíveis em português. A escolha das obras de Byung-Chul Han foi guiada por sua centralidade na discussão sobre as peculiaridades na expressão de diferentes fenômenos psicológicos no contexto contemporâneo, bem como pela abordagem direta de temas como Eros, sofrimento e esgotamento — aspectos de grande relevância para a psicologia analítica.

Foi realizada a análise bibliográfica das seguintes obras:

- a) Han, B. C. (2017). *Agonia do Eros*. Editora Vozes.
- b) HAN, B.C. (2015). *Sociedade do cansaço*. Editora Vozes.
- c) HAN, B.C. (2021). *Sociedade paliativa: a dor hoje*. Editora Vozes.

Utilizou-se a técnica de análise temática, conforme Bardin (1977/2011). As categorias foram extraídas de forma indutiva, a partir da leitura fluante das obras. Os conteúdos foram codificados em unidades de sentido e, posteriormente, agrupados por temas recorrentes e significativos, expressos nas figuras dos resultados. Esses temas foram então interpretados com base na psicologia analítica, considerando conceitos de energia psíquica (ênfase em regressão) e de processo de individuação. A interpretação, preconizada no método de Bardin (1977/2011), como ponte entre conteúdos manifestos e sentidos latentes, ocorreu por meio de uma leitura psicodinâmica da psicologia

analítica, que visou compreender os fenômenos descritos por Han (2015, 2017, 2021).

Os dados foram organizados em figuras que sintetizam os temas principais e os aspectos psicológicos associados. A escolha por esse recurso visou facilitar a visualização da análise e oferecer uma estrutura à argumentação interpretativa do estudo.

Reconhece-se, por fim, que o diálogo entre a psicologia analítica e a filosofia crítica envolve epistemologias distintas. Essa interlocução foi conduzida de modo atento às especificidades de cada autor, buscando convergências sem perder de vista suas diferenças teóricas e metodológicas.

Resultados

Foram selecionadas três obras do filósofo sul-coreano Byung-Chul Han, as quais retratam e problematizam algumas particularidades da sociedade contemporânea. São elas, respectivamente, *Sociedade do Cansaço* (2015), *Sociedade Paliativa: a dor hoje* (2021) e *Agonia do Eros*, (2017). Os temas selecionados estão descritos na figura abaixo:

Figura 1

Obras e temas selecionados para análise

OBRA	TEMAS SELECIONADOS
Sociedade do cansaço (Han, 2015) <i>Relação do indivíduo com o desempenho e produtividade nos dias atuais.</i>	<i>Positividade e esgotamento:</i> trata-se da ênfase e valorização da produtividade e suas consequências. <i>Vida pobre em “negatividades”:</i> aborda a falta de momentos de reflexão e ócio na vida.
Sociedade Paliativa: a dor hoje (Han, 2021) <i>Ensaio crítico do fenômeno da dor na contemporaneidade.</i>	<i>Algofobia:</i> refere-se ao medo e a evitação da dor. <i>Ausência de sentido na dor:</i> a noção de que a dor é uma mera aflição sem sentido. <i>Poética e dialética da dor:</i> a potencialidade da dor como elemento criativo.
Agonia do Eros (Han, 2017) <i>Formas pelas quais as relações se estabelecem na atualidade.</i>	<i>A natureza do Eros:</i> compreensão do amor na atualidade. <i>Absolutização do poder e as relações humanas:</i> poder acima do amor nas relações.

Nota: Adaptado de Han (2015, 2017, 2021)

Esses temas foram selecionados intencionalmente pela sua afinidade com o tema de estudo: a regressão da energia psíquica na sociedade atual. Foi possível compreender, sob a visão do autor, que a sociedade na atualidade está voltada exageradamente a uma produtividade, influenciando diretamente a forma pela qual se percebe a dor e como se estabelecem as relações.

Os temas selecionados de cada obra foram detalhados em aspectos psicológicos, com os quais foi estabelecido um paralelo psicodinâmico - a partir da noção de regressão da energia psíquica. Os resultados foram apresentados nas figuras e, logo abaixo, suas respectivas análises psicodinâmicas.

Figura 2

Análise dos temas em aspectos psicológicos da obra “Sociedade do Cansaço” (Han, 2015)

TEMA	ASPECTOS PSICOLÓGICOS OBSERVADOS
Positividade e esgotamento	<ul style="list-style-type: none"> • Ideal de positividade. • Esgotamento. • Auto exploração em prol do desempenho. • Ênfase na performance.
Vida pobre em “negatividades”	<ul style="list-style-type: none"> • Dificuldade em permitir/lidar com o ócio. • Reflexão como improdutividade. • Impossibilidade de interrupções na atividade produtiva.

Nota: Adaptado de Han (2015)

Em uma análise psicodinâmica, o ideal de positividade, assim como qualquer forma de unilateralidade, segundo Jung (1916/2011d), leva inevitavelmente à estagnação psíquica. Quando há uma rejeição da negatividade em favor da unilateralidade do movimento progressivo, isso acaba por comprometer o fluxo natural do desenvolvimento da psique e provoca esgotamento no indivíduo. Jung argumenta que o crescimento psíquico não ocorre de maneira linear, mas sim por meio de um movimento dialético, no qual forças opostas se complementam e se transformam mutuamente. Conforme Kast (2007/2019), esse processo de desenvolvimento envolve necessariamente a interação entre polaridades, o que significa que é fundamental reconhecer e integrar os aspectos considerados

“negativos”. A negação desses elementos cria um desequilíbrio, impedindo o desenvolvimento completo da personalidade e a integração plena dos conteúdos conscientes e inconscientes.

Os momentos de ócio, interrupções na atividade produtiva e reflexão, isto é, de “negatividade”, desempenham um papel crucial na dinâmica da psique. Isso ocorre porque esses momentos oferecem uma polaridade essencial à progressão da energia psíquica, que, de outra forma, seria direcionada de forma unilateral para a adaptação ao mundo externo, como se dá no cenário descrito por Han (2015), no qual o indivíduo realiza uma autoexploração em prol de potencializar seu desempenho e competitividade. Esses períodos de interrupções são fundamentais para o empreendimento da imaginação, que, por sua vez, é crucial para a adaptação ao mundo interno, ajudando na criação e na percepção de significado (Jung, 1928/2011a). Embora esses aspectos sejam notavelmente importantes, eles frequentemente são ignorados no contexto excessivamente produtivo descrito por Han.

Figura 3

Análise dos temas em aspectos psicológicos da obra “Sociedade Paliativa: a dor hoje” (Han 2021)

TEMA	ASPECTOS PSICOLÓGICOS OBSERVADOS
Algofobia	<ul style="list-style-type: none"> • Medo da dor. • Busca individual por motivação, auto-otimização e autorrealização. • Anestesia permanente das dores individuais e sociais. • Alienação da realidade pela fuga da dor.
Ausência de sentido na dor	<ul style="list-style-type: none"> • Dor “coisificada”, reduzida a uma mera aflição corporal. • Dor como sinal de fraqueza. • Dor como barreira à performance.
Poética e dialética da dor	<ul style="list-style-type: none"> • Avivamento da fantasia pela dor. • Dor como favorecedor da dialética. • Ferida emocional como abertura ao outro. • Dor e finitude como fundamentos da vida humana.

Nota: Adaptado de Han (2021)

De acordo com Portella (2021), a anestesia voluntária das dores atua como uma barreira para o processo de individuação e amadurecimento da consciência. Isso se dá porque a dor faz parte do ritmo e do processo natural da vida, envolvendo ganhos e perdas, que se alternam ao longo do tempo. Hollis (2015), nesse sentido, enfatiza que as vivências dolorosas são como um convite para a tomada de consciência e, conseqüentemente, para o processo de individuação. Ademais, a vivência da dor como catalisador do processo de individuação não se restringe ao sujeito em sua individualidade, pois, segundo Gambini (2008), também enquanto coletividade, a dor tem finalidade transformadora, de tomada de consciência e desalienação social.

Ao tratar a dor como algo contrário à lógica de desempenho e de performance e como um sinal de fraqueza, corre-se o risco de extirpá-la de seu potencial de significado e transformação. Sob essa perspectiva, a dor acaba por ser reduzida a uma mera aflição corporal a ser evitada a qualquer custo, resultando em frustração e impotência ao evadir-se de a sentir inteiramente. Por outro lado, Jung (1947/2011c) sugere que a vivência regressiva da dor pode, na verdade, representar um estágio prévio e essencial para a realização de atos criativos e transformadores da psique.

O pensamento junguiano aproxima-se da perspectiva de Han (2021), o qual reconhece a dor como favorecedora da fantasia e do processo dialético. Jung (1921/2013) descreve a fantasia como elemento “ponte” para promover um diálogo entre as exigências opostas do sujeito e do objeto (função transcendente dos opostos). A dor, que aviva a fantasia, serve, assim, como catalisador do processo de individuação.

Conforme Portella (2021), a dor perpassa a própria concepção simbólica do que é o “viver humano”, a qual separa o “divinizado” do “humanizado”. Suportar as dores da diferenciação entre si e o outro e da exposição mútua das vulnerabilidades e defeitos de cada um faz parte da natureza das relações humanas.

Figura 4

Análise dos temas em aspectos psicológicos da obra “Agonia do Eros” (Han, 2017).

TEMA	ASPECTOS PSICOLÓGICOS OBSERVADOS
A natureza do Eros	<ul style="list-style-type: none"> • Eros como força vital. • Vulgarização do Eros. • Amor reduzido a produto. • Cultura do desempenho nas relações. • Culpa e vergonha. • Narcisismo. • Depressão e ansiedade. • Eros vence a depressão.
Absolutização do poder e as relações humanas	<ul style="list-style-type: none"> • Atopia do outro: impossibilidade de caracterizar, classificar, tipificar o outro. • Automotivação. • Absolutização do poder. • Lógica de consumo sobre o outro.

Nota: Adaptado de Han (2017)

Han (2017) destaca a dicotomia entre a sexualidade superficial e desprovida de significado, promovida pela pornografia e pela cultura do desempenho, e o verdadeiro amor, no qual não há ênfase sobre o desempenho e são aceitas as negatividades da vida e do outro em sua alteridade.

Nesse sentido, a falha em acompanhar o desempenho exacerbado na sociedade traz ao indivíduo o sentimento de culpa e vergonha por sua incapacidade de sustentar sua *persona* performática. Jung (1928/2007) define a *persona* como uma construção que busca uma imagem ideal. A vergonha surge quando o indivíduo se sente indigno ou impuro, podendo acarretar episódios depressivos e de ansiedade. Embora doloroso, o reconhecimento desses fenômenos pode ser positivo, pois permite a conscientização da sombra na personalidade (Oliveira & Bonfatti, 2021).

Em Eros, encontrar o amor é encontrar-se a si mesmo. O sujeito depressivo e narcisista é incapaz de formular uma imagem clara de si, e conseqüentemente de estabelecer relações verdadeiras e duradouras. Com a ausência da negatividade e da vitalidade as relações se tornam um mero produto e o sexo se torna apenas desempenho (Han, 2017).

Jung (2015, p. 41) afirma que “a base essencial de nossa personalidade é a afetividade. Pensar e agir são, por assim dizer, meros sintomas de afetividade”. Assim, o Eros se manifesta como uma composição qualitativa da energia psíquica, relacionada à intensidade da emoção, surgindo de maneira espontânea e influenciando na vontade e consciência do indivíduo.

Ademais, segundo Jung (1954/2011b), as tendências regressivas em análise abrangem uma genuína busca do indivíduo por algo significativo para si mesmo, oportunizando a consciência de suas próprias potências e transformação posterior. Dessa forma, como afirma Han (2017), “o Eros vence a depressão”.

Nesse sentido, conforme Jung (1916/2011d), o Eros só floresce quando há harmonia entre o espírito e o instinto – “excesso de animalidade deforma o homem cultural; o excesso de cultura cria homens doentes”. No ideal de positividade descrito por Han (2015), não há tal harmonia, o poder impera em detrimento do Eros. Em um cenário funcional, espera-se que a polaridade Eros e Poder possam se relacionar de forma democrática, dentro de um padrão dialético de alteridade, que vise alcançar a qualidade dialógica das relações humanas (Baltazar, 2011).

Em geral, os aspectos psicológicos predominantes na figura demonstram excessos, manifestados na dinâmica de produtividade, no crescente egocentrismo e na postura exacerbada de adaptação ao meio externo.

O excesso resulta em esgotamento, seja ele da energia do indivíduo, do sentido que ele deriva de sua existência e suas vicissitudes, ou das possibilidades que ele tem de transformação de sua personalidade e de sua psique. No contexto clínico podem aparecer síndromes de *burnout*, quadros de depressão, ideação ou comportamento suicida, ansiedade generalizada ou por desempenho, pânico ou outras manifestações particulares ao sujeito.

Outro aspecto a ser destacado é a unilateralidade — da postura psíquica voltada à progressão—, a qual é componente reforçador do esgotamento descrito acima, prejudica o equilíbrio da psique, sua capacidade criativa e exaure o sujeito.

Ademais, dado o egocentrismo, narcisismo e utilitarismo nas relações, os indivíduos se encontram isolados, mesmo estando cada vez mais amontoados nos grandes polos urbanos. É comum a percepção de uma massa dissociada e de crescente desconexão e desvinculamento entre seus membros, com dificuldades para qualquer aprofundamento em termos de sentido. Um cenário sem reentrâncias, minimalista ao extremo, o qual poderia resultar em demandas clínicas de solidão extrema, depressão e suas consequências.

Discussão

A visão de Han (2015, 2017, 2021) explicita diversos desafios da pós-modernidade, caracterizando uma sociedade que idealiza estar desprovida de negatividade, perpassando as diferentes vivências humanas, como trabalho, arte, consumo e, especialmente, as relações. Esse cenário é marcado por uma ausência de momentos de interrupção, contemplação e conexão profunda com a vida, resultando em uma realidade pobre em experiências consideradas “negativas”. Han (2017) descreve essa dinâmica como uma absolutização da potência positiva, que retira do sujeito sua vivacidade e promove a alienação da realidade como um todo.

A visão delineada pelo autor (2015, 2017, 2021) promove a identificação de importantes fenômenos psicológicos majoritariamente regressivos que são rejeitados veementemente em decorrência da dinâmica produtivista. Dentre os aspectos observados, foram destacados pelo autor a depressão, o narcisismo, a ansiedade, a vergonha, a culpa, a auto-otimização e a inibição.

O problema reside na repressão e evitação desses afetos, uma vez que podem acarretar a perda de respeito pela totalidade do indivíduo (Oliveira & Bonfatti, 2021), pois os fenômenos regressivos podem conter as sementes de uma nova progressão como função compensatória do inconsciente, simbolizando a necessidade de renovação psicológica. Por trás dos sintomas comuns da regressão, reside um significado simbólico, um exemplo é a jornada do herói na mitologia, na qual se enfrenta o abismo materno, visando a sua superação (Sharp, 1991/2013).

Jung (1928/2011a) defende a observação dos fenômenos psíquicos a partir do ponto de vista energético e, assim, considera que o desenvolvimento do psiquismo possui caráter finalista, isto é, um objetivo e uma direção. Portanto, a colaboração mútua entre consciente e inconsciente mostra-se vital para o desenvolvimento do sujeito, para que haja posteriores estados de adaptação mais adequados, com o decorrer de toda a sua trajetória de vida.

Han (2015, 2017, 2021), nas obras discutidas na presente pesquisa, expõe, em diferentes contextos, uma tendência da sociedade contemporânea a um ideal utilitário de positividade, que se traduz, principalmente, como uma unilateralidade da persona produtiva, que de longe não compreende a totalidade do ser. Mais do que isso, tal unilateralidade apresenta-se como uma ameaça ao desenvolvimento saudável da psique. Jung (1967/2018a) argumenta que as neuroses estão intimamente relacionadas à unilateralidade da consciência e, nesse sentido, são nada mais que sintomas de um desajustamento, que devem ser compreendidas a partir de sua finalidade, isto é, a progressão potencial da energia.

Ainda que, segundo Jung (1947/2011c), a unilateralidade seja uma característica humana inevitável, a repressão da negatividade da psique, descrita por Han (2021), por exemplo, na anestesia permanente das dores, contraria o processo tensional saudável e natural de autorregulação e desenvolvimento da psique e representa um sério risco à saúde mental da sociedade contemporânea como um todo — compreendendo-a não como uma adaptação plena à realidade externa ou ausência de sofrimento, mas, conforme Jung (1954/2011b), como a capacidade de obter firmeza e paciência frente ao sofrimento e integrar os opostos psíquicos das vivências humanas, característica essencial do processo de individuação. O utilitarismo em favor da produtividade contradiz a atitude esperada para que o processo de individuação aconteça. Isto é, conforme Von Franz (1964/2008), o entregar-se do ego ao impulso de crescimento interior, sem qualquer outro propósito ou utilidade.

Por fim, ainda que partam de epistemologias distintas, Jung e Han oferecem contribuições complementares à compreensão da subjetividade

contemporânea. Jung constrói sua teoria a partir de uma epistemologia hermenêutica, ancorada na experiência clínica com seus pacientes e enfatiza o dinamismo entre consciente e inconsciente e seus processos que visam o desenvolvimento da personalidade, atrelada ao processo de individuação. Han, por outro lado, insere-se no campo da filosofia, com raízes fenomenológicas e influências de pensadores como Heidegger e Foucault, adotando uma abordagem ensaística que discorre principalmente sobre sociedade e o ser humano, promovendo discussões profundas acerca dos mal-estares sociais do presente (Oliveira, 2018).

Apesar dessas diferenças de origem e método, ambos compartilham uma crítica contundente à unilateralidade da razão e da produtividade como ideais absolutos. Jung (1960/2015) trata sobre a falta de sentido de seu tempo — que, mesmo 60 anos depois, permanece bastante atual — o vazio e a unilateralidade que prejudicam o equilíbrio da psique. Han (2015), ao descrever a lógica da positividade e a eliminação da negatividade, denuncia fenômenos sociais que, à luz da psicologia analítica, podem ser compreendidos como manifestações coletivas da repressão da sombra. O esgotamento, o narcisismo e a evitação da dor se aproximam, simbolicamente, dos efeitos da negação dos aspectos regressivos.

Assim, ambos os autores, ainda que por caminhos distintos, convergem na análise dos impactos de uma sociedade que nega o conflito, a pausa e a interioridade. A dissociação entre sujeito e experiência emocional genuína, para ambos, é compreendida como fonte de adoecimento, vislumbrando, cada um à sua maneira, a necessidade de reintegrar aspectos da totalidade do ser como parte importante da resposta à crise contemporânea.

Conclusão

Os resultados da pesquisa permitiram a observação e a análise de fenômenos psicológicos da contemporaneidade que evidenciam os processos de regressão, compreendendo-os como o movimento da energia psíquica de retroagir na busca de compreensão e realização de si mesmo. Ter consciência dos efeitos do ideal produtivo da

sociedade do desempenho (Han, 2015), persistente nos dias de hoje, mostra-se essencial para interromper o fluxo performativo e permitir-se sentir as negatividades presentes na contemplação da integralidade da vida. Compreender e vivenciar as diferentes formas de expressão da psique, sejam elas depressão, ansiedade ou narcisismo, é mister para que se atinja o amadurecimento psíquico.

Ainda que as áreas de conhecimento dos autores abordados, Byung Chul-Han (filosofia) e Carl Gustav Jung (psicologia), não sejam as mesmas, foi possível relacioná-los por meio de aproximações, visto que as vivências psíquicas e os fenômenos socioculturais são, na prática, indissociáveis; contudo, sem deixar de considerar as limitações inerentes à análise de produções com diferentes bases epistemológicas.

Por fim, a partir da análise dos fenômenos explorados na filosofia, articulados ao arcabouço teórico da psicologia analítica, tornaram-se visíveis algumas tendências e ideais proeminentes da contemporaneidade que acabam por gerar estagnação ao evitar as “negatividades” da vida excetuando-as do seu papel fundamental no processo de desenvolvimento humano.

Referências

- Baltazar, T. R. (2011). *Vida de babá: reflexões acerca das vivências profissionais à luz da psicologia analítica*. [Tese de Mestrado em Psicologia Clínica, Pontifícia Universidade Católica de São Paulo]. Repositório PUC-SP. <https://repositorio.pucsp.br/jspui/handle/handle/15066>
- Bardin, L. (2011). *Análise de conteúdo*. Edições 70. (Original publicado em 1977).
- Foucault, M. (2014). *Vigiar e punir: nascimento da prisão* (42ª ed.). Editora Vozes. (Original publicado em 1975).
- Gambini, R. (2008). *A voz e o tempo: reflexões para jovens terapeutas*. Ateliê Editorial.
- Han, B.-C. (2015). *Sociedade do cansaço*. Editora Vozes.
- Han, B.-C. (2017). *Agonia do Eros*. Editora Vozes.
- Han, B.-C. (2021). *Sociedade paliativa: a dor hoje*. Editora Vozes.
- Hollis, J. (2015). *Os pantanais da alma: nova vida em lugares sombrios*. Paulus.
- Jung, C. G. (2007). *O Eu e o Inconsciente* (20a. ed.). Vozes. (Original publicado em 1928).
- Jung, C. G. (2008). *O Homem e seus Símbolos* (2ª ed.). Nova Fronteira. (Original publicado em 1964).
- Jung, C. G. (2011a). *A energia psíquica*. Editora Vozes Limitada. (Original publicado em 1928).
- Jung, C. G. (2011b). *A prática da psicoterapia*. Editora Vozes Limitada. (Original publicado em 1954).
- Jung, C. G. (2011c). *A natureza da psique*. Editora Vozes Limitada. (Original publicado em 1947).
- Jung, C. G. (2011d). *Psicologia do inconsciente*. Editora Vozes Limitada. (Original publicado em 1916).
- Jung, C. G. (2013). *Tipos psicológicos* (L. M. E. Orth, Trad.). Vozes. (Original publicado em 1921).
- Jung, C. G. (2015). *Psicogênese das doenças mentais*. Vozes. (Original publicado em 1960).
- Jung, C. G. (2018a). *Estudos alquímicos* (Vol. 13). Editora Vozes Limitada. (Original publicado em 1967).

- Jung, C. G. (2018b). *Os arquétipos e o inconsciente coletivo* (Vol. 9/1). Editora Vozes Limitada. (Original publicado em 1959).
- Kast, V. (2019). *Jung e a Psicologia profunda: um guia de orientação prática*. Editora Cultrix. (Original publicado em 2007).
- Neumann, E. (1990). *História das origens da consciência*. Cultrix. (Original publicado em 1968).
- Oliveira, A. L. F., & Bonfatti, P. F. (2021). Aspectos psicológicos da vergonha: possíveis reflexões à luz da psicologia analítica. *Cadernos de Psicologia*, 3(6), 205-225. <https://doi.org/10.5281/zenodo.13684062>
- Oliveira, G. F. de. (2018). Resenha do livro Sociedade do cansaço, de Byung-Chul Han. *Horizontes Antropológicos*, 24(52), 375–382.
- Portella, R. (2021). *O Lugar da dor: uma beleza obscura na vida humana*. Editora Appris.
- Rueda, C. V., & Bonfim, J. M. (2014). A remitologização da psique: de Freud a Jung. *Revista Humanidades*, 29(1), 122-132. <https://doi.org/10.5020/23180714.2014.29.1.122-132>
- Sharp, D. (2013). *Jung Lexicon: A Primer of Terms & Concepts The Jung Page*. (Original publicado em 1991).
- Stein, M. (2004). *Jung - O mapa da alma*. Editora Cultrix. (Original publicado em 1998).
- Von Franz, M.-L. (2008). O processo de individuação. In Jung, C. G., Von Franz, M.-L., Henderson, J. L., Jacobi, J., & Jaffé, A. *O Homem e seus Símbolos* (M. L. Pinho, Trad., pp. 158 - 229). Nova Fronteira. (Original publicado em 1964).