

A AMBIVALÊNCIA MATERNA SEGUNDO A PSICOLOGIA ANALÍTICA: ENTRE A LUZ E A SOMBRA

Mariana de Souza Amancio¹

Mauro Sérgio da Rocha²

RESUMO

O presente estudo busca refletir, à luz da Psicologia Analítica, as consequências de projeções e expectativas sobre a maternidade. Visto que a mesma tem sido frequentemente representada de forma unilateral, expondo apenas seus aspectos luminosos como o cuidado, acolhimento, e nutrição. Essa construção desconsidera sua ambivalência e a existência de seus aspectos que são colocados na sombra, relacionados à culpa, frustrações e pressões simbólicas impostas, como a exigência de amor incondicional, dedicação integral e a expectativa de abnegação de si para suprir todas as necessidades do filho. Isso pode gerar desequilíbrios psíquicos que impactam a experiência materna e a relação entre mãe e filho. Sendo assim, faz-se necessário compreender a maternidade enquanto sua totalidade. Diante disso, o estudo tem como objetivo compreender de que forma a imagem arquetípica da Grande Mãe pode auxiliar na ampliação do olhar sobre mulheres que exercem o papel de mães, valorizando sua ambivalência. A pesquisa é qualitativa e de caráter bibliográfico, fundamentada na psicologia analítica e seus autores e numa leitura crítica e interpretativa. Os resultados apontam que a romantização reforça de forma excessiva o polo luminoso do arquétipo, produzindo expectativas inalcançáveis e, também, avalia que reconhecer os aspectos sombrios da personalidade permite a integração de seus paradoxos, favorecendo relações mais saudáveis. Conclui-se que a Psicologia Analítica contribui para desconstruir estereótipos e expectativas irreais sobre a maternidade, promovendo um entendimento mais sensível e humano dessa vivência.

Palavras-chave: Maternidade; Romantização; Psicologia Analítica; Grande Mãe; Ambivalência.

¹ Acadêmica do Curso de Psicologia

² Professor Orientador do Curso de Psicologia

ABSTRACT

The present study seeks to reflect, in light of Analytical Psychology, on the consequences of projections and expectations regarding motherhood. This is because motherhood has often been represented in a unilateral way, highlighting only its luminous aspects, such as care, nurturing, and support. Such a construction disregards its ambivalence and the existence of its shadow aspects, which are related to guilt, frustration, and imposed symbolic pressures, such as the demand for unconditional love, total dedication, and the expectation of self-denial in order to meet all the child's needs. This can generate psychological imbalances that impact both the maternal experience and the relationship between mother and child. Therefore, it becomes necessary to understand motherhood in its totality. In this sense, the study aims to understand how the archetypal image of the Great Mother can contribute to broadening perspectives on women who assume the role of mothers, valuing its ambivalence. The research is qualitative and bibliographic in nature, grounded in Analytical Psychology and its authors, as well as in a critical and interpretative reading. The results indicate that romanticization excessively reinforces the luminous pole of the archetype, producing unattainable expectations. It is also argued that recognizing the shadow aspects of personality allows for the integration of its paradoxes, fostering healthier relationships. It is concluded that Analytical Psychology contributes to the deconstruction of stereotypes and unrealistic expectations about motherhood, promoting a more sensitive and human understanding of this experience.

Keywords: Motherhood; Romanticization; Analytical Psychology; Great Mother; Ambivalence.

RESUMEN

El presente estudio busca reflexionar, a la luz de la Psicología Analítica, sobre las consecuencias de las proyecciones y expectativas en torno a la maternidad. Esto se debe a que la maternidad ha sido frecuentemente representada de forma unilateral, destacando únicamente sus aspectos luminosos, como el cuidado, la contención y la nutrición. Tal construcción desconsidera su ambivalencia y la existencia de sus aspectos sombríos, relacionados con la culpa, la frustración y las presiones simbólicas impuestas, como la exigencia de amor incondicional, dedicación total y la expectativa de abnegación de sí misma para satisfacer todas las necesidades del hijo. Esto puede generar desequilibrios psíquicos que impactan tanto la experiencia materna como la relación entre madre e hijo. Por lo tanto, se

hace necesario comprender la maternidad en su totalidad. En este sentido, el estudio tiene como objetivo comprender de qué manera la imagen arquetípica de la Gran Madre puede contribuir a ampliar la mirada sobre las mujeres que desempeñan el rol de madres, valorando su ambivalencia. La investigación es de carácter cualitativo y bibliográfico, fundamentada en la Psicología Analítica y en sus autores, así como en una lectura crítica e interpretativa. Los resultados indican que la romantización refuerza de manera excesiva el polo luminoso del arquetipo, produciendo expectativas inalcanzables. También se señala que reconocer los aspectos sombríos de la personalidad permite la integración de sus paradojas, favoreciendo relaciones más saludables. Se concluye que la Psicología Analítica contribuye a la deconstrucción de estereotipos y expectativas irreales sobre la maternidad, promoviendo una comprensión más sensible y humana de esta experiencia.

Palabras clave: Maternidad; Romantización; Psicología Analítica; Gran Madre; Ambivalencia.

INTRODUÇÃO

A maternidade tem sido frequentemente romantizada ao longo da história, essa idealização reduz a complexidade da experiência materna somente a seus lados positivos, impondo o papel primordial às mães de acolher, nutrir, cuidar e se abster de sua própria vida (Jung, 2002). Tal representação silencia os aspectos ambivalentes existentes, visto que a maternidade também pode se manifestar de forma aprisionadora e destrutiva. Nesse sentido, busca-se explorar os efeitos psíquicos dessa pressão social que exige que as mulheres correspondam às expectativas impostas à maternidade, para compreender como a exigência de atingir a um ideal de maternidade pode influenciar a vivência subjetiva de mulheres. Assim, tem-se como objetivo compreender a maternidade a partir da Psicologia Analítica, utilizando o arquétipo da Grande Mãe como foco central, a fim de evidenciar sua ambivalência, especialmente seus aspectos sombrios que são culturalmente silenciados.

A Psicologia Analítica nos permite ampliar a compreensão da maternidade para além de sua dimensão concreta, considerando seus aspectos simbólicos e inconscientes (Jung, 2002). Nesse contexto, o arquétipo da Grande Mãe representa uma estrutura universal da psique, cuja natureza ambivalente envolve tanto aspectos de cuidado e proteção quanto de destruição e sufocamento, conforme aprofundado por Neumann (2014). Assim, enquanto o arquétipo fornece a base simbólica dessa ambivalência, sua manifestação na experiência individual ocorre por meio do complexo materno, que expressa de forma singular esses

conteúdos na vivência de cada mulher (Kast, 1997). Dessa forma, o tema escolhido tem como finalidade favorecer o olhar consciente e integrado acerca da vivência materna, pois ao reconhecer e elaborar seus conteúdos reprimidos, torna-se possível a integração entre seus polos ambivalentes, de modo a contribuir para estudos acadêmicos, desconstruir estereótipos e ampliar o diálogo social. Busca também contribuir para práticas profissionais e valorizar a escuta ativa e o acolhimento de mães, possibilitando reflexões acerca de novas práticas e intervenções. Dessa forma, se estabelece uma relação entre a construção cultural da maternidade e os conteúdos psíquicos que atravessam essa experiência, promovendo uma compreensão mais ampla e integrada.

Diante deste cenário, a questão que levanta este estudo é: de que forma o arquétipo da Grande Mãe, à luz da Psicologia Analítica, pode contribuir para a compreensão da maternidade em sua natureza ambivalente, especialmente no que se refere aos seus aspectos sombrios culturalmente silenciados? Nesse sentido, o estudo articula a compreensão do arquétipo da Grande Mãe com a experiência concreta da maternidade, por meio da análise teórica que relaciona a dimensão simbólica dos arquétipos com suas manifestações na vivência subjetiva. Portanto, como objetivo geral, o estudo busca desenvolver o pensamento crítico sobre a maternidade, valorizando sua ambivalência a fim de compreender sua totalidade, para além da idealização, e promover um olhar mais sensível e humano sobre o maternar. Sendo assim, como objetivos específicos o estudo tem como finalidade analisar as consequências da romantização e idealização da maternidade à luz da Psicologia Analítica; investigar os pontos luminosos e sombrios da imagem arquetípica da Grande Mãe e compreender como eles se manifestam de acordo com seu contexto contemporâneo e, por fim, evidenciar a importância de reconhecer e valorizar a ambivalência da maternidade, favorecendo um olhar mais humano e amplo sobre essa experiência.

Para alcançar esses objetivos, o presente trabalho está estruturado da seguinte forma: Inicialmente, será abordado o conceito de inconsciente coletivo e arquétipos, com o foco no arquétipo da Grande Mãe; em seguida, será discutida a relação entre seus aspectos luminosos e sombrios, bem como a experiência da maternidade; posteriormente, será apresentado o conceito de sombra e suas implicações na vivência materna; e, por fim, serão expostos os resultados e discussões obtidos a partir da análise bibliográfica realizada.

A GRANDE MÃE E A MATERNIDADE

De acordo com Jung (2002), o inconsciente coletivo se define como uma camada mais profunda da psique humana herdada histórica e, ou seja, se diferencia do inconsciente pessoal

por ser constituído através de experiências coletivas, sendo comum a todos os indivíduos. Os conteúdos ali presentes constituem-se dos arquétipos, estruturas da psique que são inacessíveis à consciência, pois não se apresentam de forma direta ou consciente, mas como matrizes universais, que organizam a experiência humana. Os arquétipos ganham expressão a partir das imagens arquetípicas, que se manifestam por meio de representações simbólicas presentes em mitos, religiões e sonhos, e são meios de expressão do inconsciente coletivo. Nesse processo, as imagens arquetípicas influenciam a forma como o sujeito percebe e interpreta a si mesmo e o mundo, por serem estruturas organizadoras da experiência, orientam a atribuição de significados às vivências, e assim, contribuem para a constituição de padrões recorrentes de comportamentos. Esses padrões de comportamento não se estabelecem de forma fixa, ou seja, se atualizam de acordo com a subjetividade do indivíduo e o contexto em que está inserido (Jung, 2002), uma vez que, para o autor, embora os arquétipos sejam universais, suas manifestações não ocorrem de forma idêntica, sendo mediadas pelas experiências individuais e pelo contexto sociocultural. Dessa forma, os arquétipos funcionam como estruturas dinâmicas, que se atualizam continuamente na relação entre inconsciente e consciência, expressando-se de maneira singular em cada sujeito. Nesse sentido, Neumann (2014) complementa essa compreensão ao destacar que as imagens arquetípicas assumem diferentes formas ao longo da história e das culturas, evidenciando que, embora sua base seja universal, suas expressões são historicamente e simbolicamente configuradas.

Dentre os conteúdos do inconsciente coletivo, destaca-se o arquétipo da Grande Mãe, que assim como todo arquétipo, possui uma natureza ambivalente, visto que, para Jung (2002), os arquétipos englobam polaridades opostas que coexistem e expressam a complexidade da experiência psíquica. Ao integrar tanto dimensões de proteção e cuidado quanto de abandono e destruição, a Grande Mãe expressa sua natureza ambivalente ao reunir aspectos associados ao polo luminoso, considerado positivo, e ao polo sombrio, considerado negativo, por estar relacionada a experiências fundamentais da existência humana, como origem, nutrição e dependência, mas também separação, perda e ameaça, fazendo com que contenha, simultaneamente, forças que preservam e que limitam ou destroem (Neumann, 2014), evidenciando assim a coexistência de forças opostas em uma mesma estrutura. O arquétipo da Grande Mãe, por ser uma representação simbólica e universal, se diferencia da maternidade concreta, já que a experiência materna se constrói de forma singular, sendo atravessada por fatores históricos, culturais e subjetivos que variam de acordo com cada indivíduo, não podendo ser reduzida a uma estrutura universal fixa. No entanto, o arquétipo se torna uma ferramenta que auxilia na compreensão da experiência materna, pois, embora não

seja diretamente acessível à consciência, manifesta-se por meio de imagens, afetos e padrões de comportamento que podem ser reconhecidos e interpretados, permitindo compreender, em nível simbólico, os sentidos atribuídos à maternidade (Neumann, 2014).

O arquétipo da Grande Mãe surgiu inicialmente da História das Religiões, uma vez que sua formulação teórica foi construída a partir da análise comparativa de mitos, símbolos e imagens presentes em diferentes culturas, nas quais se identificam padrões recorrentes de representação do feminino associados à origem da vida, proteção e nutrição (Neumann, 2014), e se manifesta em diversas tradições religiosas e mitológicas por diferentes termos, como, por exemplo, Deusa-Mãe ou Grande Deusa, representando o amor, cuidado, bondade, sabedoria e sustentação. Essas características são descritas por Neumann (2014) a partir da análise de figuras simbólicas recorrentes, como deusas da fertilidade, da terra e da maternidade, que expressam o caráter nutritivo e protetor do feminino no plano arquetípico. As características da Grande Mãe mencionadas correspondem ao que Neumann (2014) denomina como aspectos positivos do arquétipo, conferindo seu lado considerado positivo, sendo compreendidas como fragmentos de seus aspectos luminosos. Esses aspectos luminosos referem-se às qualidades associadas à preservação da vida, ao cuidado e à proteção, evidenciando a dimensão construtiva do arquétipo. No entanto, por se tratar de uma estrutura ambivalente, tais características não esgotam o arquétipo, que também engloba aspectos sombrios, os quais são frequentemente negligenciados nas representações culturais da maternidade.

Neumann (2014), ao analisar figuras simbólicas recorrentes em diferentes culturas, revela uma estrutura psíquica existente, auxiliando na construção do conceito do arquétipo da Grande Mãe. Essas figuras, tais como divindades femininas, representações artísticas e figuras mitológicas, expõem padrões em comum e são entendidas como expressões dos conteúdos arquetípicos, ou seja, são manifestações do inconsciente coletivo, organizam uma parte da experiência humana em torno de temas fundamentais, como origem e proteção. Por exemplo, o autor evidencia que o feminino é representado a partir de elementos, como vasos de barro, casas e cavernas, que são atribuídos ao útero materno, o órgão responsável pela geração da vida e proteção do feto. Essas representações não remetem apenas à dimensão biológica do ser humano, mas também à uma dimensão simbólica da formação da psique, relacionada à ideia de contenção e acolhimento. O autor expõe que parte do caráter do feminino tem representações que envolvem proteção e acolhimento, sendo fundamental na formação da família e do lar. A partir disso, o feminino é compreendido como aquele que protege e sustenta, assumindo um papel fundamental na organização primária da vida psíquica, pois está relacionado às primeiras experiências de cuidado e vínculo do indivíduo, as quais

estruturam a forma como o sujeito se relaciona consigo mesmo e com o outro, influenciando diretamente seus padrões afetivos e sua constituição identitária. Entretanto, essas características não se restringem a um caráter exclusivamente positivo, uma vez que, na Psicologia Analítica, o arquétipo da Grande Mãe é compreendido como ambivalente, englobando tanto aspectos de proteção e nutrição quanto de controle, sufocamento e limitação do desenvolvimento da individualidade (Neumann, 2014). Assim, não apenas gera a vida, mas a mantém, preserva o que foi gerado e oferece espaço de pertencimento, o que evidencia sua dimensão construtiva e estruturante; contudo, esse mesmo potencial de acolhimento pode, em seu polo sombrio, manifestar-se como dependência excessiva, dificultando a autonomia do sujeito e restringindo seu processo de individuação, não se limitando, portanto, a uma função exclusivamente positiva.

Bolen (1990) evidencia como papéis específicos são definidos como aceitáveis em sociedades patriarcais. Para isso, a autora recorre às representações de deusas da mitologia, destacando que determinadas figuras femininas são valorizadas quando associadas aos papéis de jovem, esposa e mãe, como Perséfone, Hera e Deméter. Enquanto isso, outras formas de representação do feminino tendem a ser desvalorizadas ou restringidas, como aquelas associadas à autonomia, à sexualidade, à independência e à ruptura com os papéis tradicionais, que não correspondem às expectativas socialmente construídas para o feminino. Dessa forma, observa-se como os aspectos luminosos do arquétipo foram reforçados e cristalizados culturalmente, na medida em que são privilegiadas características como cuidado, docilidade, abnegação e dedicação ao outro, em detrimento de aspectos considerados socialmente indesejáveis, enquanto outros são desvalorizados. Esse movimento contribui para a construção de expectativas e normativas sobre as mulheres, pois, ao priorizar o lado luminoso da maternidade, a cultura tende a desconsiderar os seus aspectos ambivalentes, favorecendo sua idealização (Bolen, 1990).

Nesse sentido, é possível estabelecer uma relação entre a construção sociocultural do feminino e a dimensão simbólica proposta pela Psicologia Analítica, uma vez que a valorização unilateral desses aspectos luminosos reforça uma leitura incompleta do arquétipo da Grande Mãe, que, conforme Jung (2002) e Neumann (2014), é essencialmente ambivalente. Assim, ao negar seus aspectos sombrios, a cultura contribui para a repressão desses conteúdos, que permanecem ativos no inconsciente e podem se manifestar de forma indireta na experiência materna, gerando conflitos e sofrimento psíquico.

Kast (1997) evidencia que o complexo materno originalmente positivo pode constituir uma base estruturante da identidade, pois, na Psicologia Analítica, os complexos são núcleos

organizadores da psique formados a partir de experiências afetivas, mas que se estruturam com base em conteúdos arquetípicos, ou seja, os complexos correspondem à forma como conteúdos universais, provenientes dos arquétipos, são vivenciados e organizados na experiência individual do sujeito, adquirindo tonalidade emocional e significado pessoal. Nesse sentido, o complexo materno tem como fundamento o arquétipo da Grande Mãe, na medida em que o arquétipo fornece a base simbólica universal, enquanto o complexo materno representa a forma singular pela qual esse conteúdo é experienciado na vida psíquica de cada indivíduo, sendo, portanto, a manifestação individual de um conteúdo coletivo. Assim, o complexo materno configura-se como a forma singular pela qual esse conteúdo universal é vivenciado na experiência individual do sujeito, Conforme exemplifica a autora:

É fácil entender a reação depressiva: até esse momento Bárbara tinha obtido consideravelmente sua identidade a partir da identificação com o complexo materno originalmente positivo, na identificação com o papel da mãe. Ela já quase tinha experienciado uma forma arquetípica (p. 61).

Observa-se que, na história de Bárbara, apresentada por Kast (1997), sua organização psíquica havia sido intensamente estruturada no complexo materno originalmente positivo, estabelecendo uma identificação predominante com o papel de mãe. No entanto, ao se distanciar dos filhos, desencadeia-se um estado depressivo em decorrência da ruptura dessa identificação e da alteração da dinâmica de convivência. Tal movimento evidencia que, embora o complexo materno positivo atue como base de sustentação psíquica, sua predominância pode limitar o desenvolvimento de outras áreas importantes, tornando a mãe mais vulnerável diante de situações de mudança, uma vez que há uma fixação da identidade em um único eixo arquetípico, dificultando a integração de outros aspectos da psique. Nesse sentido, é importante destacar que não se trata do arquétipo em si, mas da forma como ele se manifesta por meio do complexo materno, que, quando predominante, pode restringir a experiência subjetiva, evidenciando a necessidade de integração de outros conteúdos psíquicos para o desenvolvimento mais amplo da personalidade.

Nesse sentido, enquanto o arquétipo da Grande Mãe corresponde a uma estrutura simbólica universal, o complexo materno representa a forma subjetiva em que a maternidade é experienciada. Assim, quando ocorre uma identificação intensa com esse complexo, marcada pela predominância dos aspectos luminosos do arquétipo, ou seja, quando o sujeito passa a se reconhecer predominantemente a partir do papel materno e dos aspectos associados ao cuidado, à dedicação e à abnegação, há uma tendência à redução da identidade a esse único aspecto, o que implica na repressão dos conteúdos sombrios da vivência, uma vez que aquilo

que não corresponde a essa identificação tende a ser negado ou excluído da consciência. Essa identificação ocorre com o complexo materno, pois é ele que se manifesta na experiência individual, enquanto o arquétipo permanece como base simbólica inconsciente. Dessa forma, o arquétipo da Grande Mãe fornece a base ambivalente, enquanto o complexo materno expressa essa ambivalência na vivência, evidenciando que a identificação unilateral com seus aspectos luminosos favorece a repressão do polo sombrio.

No entanto, Jung (2002) afirma não ser possível anular a sombra por meio da racionalização, uma vez que ela constitui um aspecto estrutural da psique, composto por conteúdos que foram reprimidos ou não reconhecidos pela consciência. Sendo assim, a Grande Mãe, em sua natureza ambivalente, possui um polo sombrio, cujos conteúdos, embora pertencentes ao nível arquetípico, manifestam-se na experiência individual por meio do complexo materno. Representada pela Mãe Terrível, essa configuração simbólica é aprofundada por Neumann (2014), que descreve a face negativa do arquétipo como parte constitutiva de sua ambivalência, associada a imagens de devoração, sufocamento e destruição, podendo representar também morte, perigo, fome, desamparo e impotência. Enquanto essas imagens pertencem ao arquétipo, é no complexo materno que elas se atualizam na vivência do sujeito, manifestando-se por meio de sentimentos, comportamentos e conflitos psíquicos. Dessa forma, o arquétipo da Grande Mãe fornece a matriz simbólica dessas imagens, enquanto o complexo materno corresponde à maneira singular pela qual tais conteúdos são vivenciados e manifestados na experiência concreta.

A SOMBRA E SUA RELAÇÃO COM A MATERNIDADE

De acordo com Whitmont (2010), a sombra é compreendida como o conjunto de conteúdos que foram reprimidos pelo ego, ou seja, aspectos da personalidade que o indivíduo não reconhece como parte de si, por serem incompatíveis com a imagem que construiu de si mesmo. Representando predominantemente o inconsciente pessoal, a sombra é constituída por conteúdos que foram excluídos da consciência ao longo da experiência individual, estando diretamente ligada a impulsos e padrões de comportamento que o indivíduo não consegue observar com facilidade, justamente por não os reconhecer como próprios. Embora não sejam plenamente conscientes, esses conteúdos podem ser parcialmente percebidos por meio de seus efeitos, como reações e comportamentos que o indivíduo não compreende totalmente, sendo, portanto, mantidos fora da consciência (Whitmont, 2010).

Na maternidade, esse processo torna-se evidente na medida em que experiências que entram em conflito com a imagem idealizada da maternidade são reprimidas e excluídas da

consciência, pois a mulher é frequentemente atravessada por ideais culturais, como visto anteriormente, que valorizam o cuidado, a dedicação e a abnegação, levando à repressão de vivências que não correspondem a esse modelo, como ambivalência, cansaço, frustração ou rejeição. Isso contribui para a não integração de seus conteúdos sombrios, uma vez que tais experiências não são reconhecidas como parte legítima da vivência materna, permanecendo ativas no inconsciente e influenciando a experiência materna de forma indireta, na medida em que interferem na forma como o sujeito percebe a si mesmo e vivencia a maternidade.

Conforme Jung (2002):

O encontro consigo mesmo pertence às coisas desagradáveis que evitamos, enquanto pudermos projetar o negativo à nossa volta. Se formos capazes de ver nossa própria sombra, e suportá-la, sabendo que existe, só teríamos resolvido uma pequena parte do problema. Teríamos, pelo menos, trazido à tona o inconsciente pessoal. A sombra, porém, é uma parte viva da personalidade e por isso quer comparecer de alguma forma. Não é possível anulá-la argumentando, ou torná-la inofensiva através da racionalização (p. 31).

Assim, evidencia-se que a sombra não pode ser eliminada ou ignorada por meio de processos racionais, pois constitui um aspecto ativo da psique, que tende a se manifestar mesmo quando não é reconhecido pela consciência. Esse entendimento evidencia que os conteúdos reprimidos não desaparecem, mas tendem a se manifestar de maneira indireta, por meio de comportamentos, afetos intensificados ou projeções, uma vez que, ao não serem integrados à consciência, continuam atuando no inconsciente e influenciando a forma como o sujeito percebe a si mesmo e se relaciona com o outro. Nessa perspectiva, a tentativa excessiva de corresponder às expectativas culturais do polo luminoso restringe o reconhecimento do polo sombrio, na medida em que reforça a negação de experiências que não se encaixam nesse ideal, processo em que conteúdos não integrados à consciência tendem a se repetir de modo cíclico, manifestando-se por meio de projeções, nas quais o sujeito atribui ao outro aquilo que não reconhece em si mesmo (Jung, 2002).

Tal dinâmica reforça a relevância do processo de conscientização, visto que, conforme afirma Lenoir (2023, p. 200), “quanto maior for o número de aspectos obscuros de nossa personalidade que voltarem à consciência, tanto mais facilmente eles serão corrigidos.” Assim, a Psicologia Analítica expõe a importância de trazer o lado sombrio da vivência materna à consciência, uma vez que o reconhecimento desses conteúdos possibilita sua elaboração, favorecendo uma relação mais integrada com a própria experiência e reduzindo a influência inconsciente desses aspectos na vivência materna.

O atual estudo foi conduzido pela pesquisa qualitativa, de natureza bibliográfica, com base na Psicologia Analítica de Carl Gustav Jung. A perspectiva junguiana permite compreender a maternidade em sua dimensão simbólica e inconsciente, principalmente através da integração de seus aspectos luminosos e sombrios. A pesquisa não envolve participantes, tendo como objeto de estudo o material bibliográfico coletado em bibliotecas virtuais e acervos digitais, como o Google Acadêmico, incluindo as obras clássicas de Carl Gustav Jung, que permitem investigar tanto as origens simbólicas quanto as consequências da idealização da experiência de ser mãe. Foram utilizadas também obras de autores posteriores que analisam e exploram os complexos familiares e a formação de identidade, como Verena Kast e Eric Neumann. Além disso, inclui-se a contribuição de Frédéric Lenoir para a compreensão do pensamento junguiano e seus processos históricos. A pesquisa respeita os princípios éticos da produção acadêmica, evitando qualquer forma de plágio. A análise dos dados será realizada por meio de leitura interpretativa e crítica dos materiais selecionados, permitindo a construção de uma compreensão aprofundada sobre a maternidade, seus complexos e paradoxos.

A análise da literatura evidencia que a maternidade, conforme representada culturalmente, é predominantemente idealizada, pois foi construída a imagem de mãe acerca do polo luminoso do arquétipo da Grande Mãe, o qual, segundo Neumann (2014), compreende aspectos simbólicos ligados à proteção, nutrição, acolhimento e sustentação da vida psíquica, especialmente nas primeiras experiências de vínculo e cuidado, ressaltando a necessidade de proteção, acolhimento e nutrição. O reforço dos aspectos positivos do arquétipo dentro da maternidade contribui para o desejo de suprir as expectativas sociais e pessoais excessivas, na medida em que tais expectativas se organizam a partir de uma imagem idealizada de total disponibilidade afetiva e perfeição materna, que não corresponde à experiência concreta da maternidade vivida.

No entanto, essas expectativas, por serem inalcançáveis, isto é, por exigirem um padrão de completude afetiva e comportamental que não se sustenta na realidade psíquica do sujeito, geram sentimentos de culpa, frustração e insuficiência nas mulheres que exercem o papel da maternidade. Por outro lado, evidencia-se que os aspectos sombrios, como restrição e sufocamento, compreendidos aqui como manifestações da ambivalência psíquica descrita na Psicologia Analítica, nas quais o cuidado pode coexistir com desgaste, ambivalência afetiva e tensão emocional, também fazem parte da experiência materna.

O estudo também expõe que esses conteúdos reprimidos se manifestam por meio de projeções, ou seja, é possível observar padrões de comportamento muitas vezes projetados

nos filhos, afetando a dinâmica familiar e ocasionando ciclos de sofrimento psíquico, uma vez que, conforme Jung (2002), conteúdos inconscientes não reconhecidos tendem a ser deslocados para o outro, sendo vivenciados como se pertencessem ao exterior do sujeito.

A partir das análises, é evidente que o reconhecimento e integração dos aspectos luminosos e sombrios permitem a redução de projeções, favorecendo as relações familiares, na medida em que a integração dos conteúdos inconscientes amplia a consciência e reduz a necessidade de deslocamento psíquico para o outro, promovendo maior diferenciação entre o que pertence ao sujeito e o que pertence à relação. A Psicologia Analítica, ao compreender a ambivalência da experiência materna, oferece ferramentas que permitem a promoção do autoconhecimento e conscientização para a prática do materno, bem como para o próprio processo de individuação das mães, entendido por Jung (2002) como o processo de integração progressiva dos conteúdos inconscientes à consciência, promovendo maior totalidade psíquica do sujeito.

A literatura sugere que a compreensão desses polos permite um manejo mais equilibrado das expectativas sociais e familiares, possibilitando relações mais saudáveis e a promoção do autoconhecimento materno, pois a Psicologia Analítica oferece ferramentas teóricas para integrar essas dimensões, a fim de compreender a totalidade da experiência. Dessa forma, a literatura aponta que o reconhecimento e a valorização da ambivalência da maternidade favorecem o bem-estar psíquico das mães por meio do autoconhecimento e consciência de sua sombra, auxiliando também em seu processo de individuação, bem como no processo de formação de identidade dos filhos, na medida em que a integração da sombra, conforme Whitmont (2010), possibilita a ampliação da consciência e a diminuição da influência de conteúdos inconscientes sobre os comportamentos e relações do sujeito.

CONCLUSÃO

A maternidade, frequentemente idealizada, apresenta tanto pontos luminosos quanto sombrios, e a romantização desse papel enfatiza apenas seu lado positivo. Ao aprofundar o estudo do presente trabalho, evidencia-se que a maternidade engloba diversos fatores, enquanto a romantização da maternidade apresenta uma visão unilateral, evidenciando apenas os pontos luminosos. A partir da Psicologia Analítica foi possível compreender que essa unilateralidade decorre da predominância dos aspectos luminosos do arquétipo da Grande Mãe na construção sociocultural da maternidade, o que contribui para a repressão dos conteúdos sombrios e para sua manifestação indireta por meio de projeções, conforme discutido ao longo do estudo. Nesse sentido, foi possível identificar que o complexo materno

atua como mediador entre o arquétipo e a experiência individual, de modo que sua identificação excessiva com o polo positivo pode restringir a experiência psíquica da maternidade e dificultar a integração da ambivalência constitutiva do arquétipo. Assim, compreender a dinâmica entre arquétipo, complexo e sombra permite visualizar que os conteúdos não reconhecidos não desaparecem, mas permanecem atuantes no inconsciente, influenciando comportamentos, afetos e relações familiares, conforme apontado por Whitmont (2010) e Jung (2002).

Dessa forma, evidencia-se a importância do processo de conscientização e integração dos aspectos sombrios da vivência materna, uma vez que tal movimento possibilita maior diferenciação psíquica, redução de projeções e ampliação da consciência. Nesse sentido, a Psicologia Analítica contribui para a compreensão da ambivalência da maternidade, a fim de possibilitar a criação de novas ferramentas para lidar com as adversidades e complexos emocionais que influenciam tanto a prática do maternar quanto a formação da identidade dos filhos. Visto que, ao trazermos os aspectos sombrios de nossa personalidade para a consciência, mais fácil se torna integrá-los de forma construtiva (LENOIR, 2023), esse processo pode ser compreendido, em termos junguianos, como parte do processo de individuação, no qual há ampliação da totalidade psíquica por meio da integração dos conteúdos inconscientes. Por fim, conclui-se que o reconhecimento da ambivalência materna permite a possibilidade de transformação subjetiva, favorecendo relações familiares mais conscientes e menos marcadas por projeções inconscientes.

REFERÊNCIAS

- Bolen, J. S. (1990) *As deusas e a mulher: nova psicologia das mulheres*. Paulus.
- Jung, C. G. (2002). *Os arquétipos e o inconsciente coletivo* (Vol. 9/1). Vozes.
- Lenoir, F. (2023). *Jung, uma viagem em direção a si mesmo*. Vozes.
- Neumann, E. (2014). *A Grande Mãe: um estudo fenomenológico e psicológico do arquétipo*. Vozes.
- Kast, V. (1997). *Pais e filhas, mães e filhos: caminhos para a auto-identidade a partir dos complexos materno e paterno*. Loyola.
- Whitmont, E. C. (2010). *A busca do símbolo*. (6. ed.). Cultrix.