



Importance of the Jungian Psychotherapeutic Approach to Patients Suffering from Generalized Anxiety Disorder

(A Importância da Abordagem Psicoterapêutica Junguiana a Pacientes Acometidos por Transtorno de Ansiedade Generalizada)

Aila Gomes Lima¹, Julianna de Souza Santiago², Antonio Thiago Beserra¹, Aretha Feitosa de Araújo¹, Isabelita Rodrigues de Alencar¹, Joathan de Sousa Magalhães³, Wagner Gabriel Belém Moraes de Caldas², Jade Oliveira Brito Peixoto¹, Matheus Souza Brito¹, Laís Sampaio Maia², Júlio César Silva¹, Lucas Yure Santos da Silva¹

^{1.} Departamento de Medicina, Universidade Regional do Cariri (URCA), Crato – CE, Brasil.

^{2.} Departamento de Medicina, Centro Universitário Dr. Leão Sampaio (UNILEÃO), Juazeiro do Norte – CE, Brasil.

^{3.} Departamento de Recursos Humanos, Instituto Dom José, Crato – CE, Brasil

Article Info

Received: 9 June 2025

Revised: 12 June 2025

Accepted: 12 June 2025

Published: 12 June 2025

Keywords:

Transtorno de ansiedade generalizada, psicoterapia junguiana, inconsciente coletivo, individuação, arquétipos.

Palavras-chave:

Generalized anxiety disorder, Jungian psychotherapy, collective unconscious, individuation, archetypes.

Corresponding author:

Antonio Thiago Beserra

Departamento de Medicina, Universidade Regional do Cariri (URCA), Crato – CE, Brazil

antoniothiago.beserra@urca.br

CC BY Licence

This is an open access article under the CC BY license (<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>).

ABSTRACT

Cancer patients often face severe symptoms and treatment side effects, leading to Generalized Anxiety Disorder (GAD) is characterized by excessive, diffuse, and persistent worries, accompanied by somatic symptoms that significantly compromise the individual's quality of life. Although conventional therapeutic approaches, such as pharmacotherapy and cognitive-behavioral therapy, are effective, there is a growing interest in Jungian Analytical Psychology, whose symbolic and archetypal foundations offer a broader understanding of psychological distress. This narrative literature review aimed to analyze, from a critical and holistic perspective, the contributions of Jungian psychotherapy in the clinical approach of patients diagnosed with Generalized Anxiety Disorder, emphasizing its theoretical foundations, therapeutic mechanisms, and evidence in the specialized literature. Scientific productions between 1964 and 2025 were selected, consulting the PubMed, SciELO, PsycINFO, PePSIC, and Google Scholar databases. The reviewed studies indicate that the Jungian approach favors the symbolization of unconscious contents, the activation of the transcendent function and the integration of psychic polarities, promoting profound subjective transformations. Although there are limitations regarding quantitative empirical validation, its clinical potential in the resignification of anxiety as an ontological process of individuation is evident.

RESUMO

O Transtorno de Ansiedade Generalizada (TAG) caracteriza-se por preocupações excessivas, difusas e persistentes, acompanhadas de sintomas somáticos que comprometem significativamente a qualidade de vida do indivíduo. Embora abordagens terapêuticas convencionais, como a farmacoterapia e a terapia cognitivo-comportamental, apresentem eficácia, observa-se crescente interesse pela Psicologia Analítica Junguiana, cujos fundamentos simbólicos e arquetípicos oferecem uma compreensão ampliada do sofrimento psíquico. Esta revisão narrativa da literatura objetivou analisar, sob uma perspectiva crítica e holística, as contribuições da psicoterapia junguiana na abordagem clínica de pacientes diagnosticados com Transtorno de Ansiedade Generalizada, enfatizando seus fundamentos teóricos, mecanismos terapêuticos e evidências na literatura especializada. Foram selecionadas produções científicas entre 1964 e 2025, consultando as bases PubMed, SciELO, PsycINFO, PePSIC e Google Scholar. Os estudos revisados apontam que a abordagem junguiana favorece a simbolização dos conteúdos inconscientes, a ativação da função transcendente e a integração das polaridades psíquicas, promovendo transformações subjetivas profundas. Embora existam limitações

quanto à validação empírica quantitativa, evidencia-se seu potencial clínico na ressignificação da ansiedade como processo ontológico de individuação

INTRODUCTION / INTRODUÇÃO

O Transtorno de Ansiedade Generalizada (TAG) configura-se como uma condição psicopatológica prevalente, crônica e incapacitante, caracterizada por preocupação excessiva e persistente, acompanhada de sintomas somáticos como tensão muscular, insônia, irritabilidade e fadiga (1). Estima-se que o TAG acometa entre 3% a 5% da população mundial, com maior incidência entre mulheres e indivíduos em idade produtiva, impactando significativamente a funcionalidade global e a qualidade de vida (2).

No cenário terapêutico, diversas abordagens têm sido exploradas, notadamente as de cunho cognitivo-comportamental, farmacológico e psicodinâmico. Todavia, observa-se crescente interesse pelo enfoque junguiano, cujo fundamento repousa nos conceitos de inconsciente coletivo, arquétipos e processo de individuação. A psicoterapia analítica de Carl Gustav Jung visa não apenas à remissão sintomatológica, mas à ampliação da consciência e integração psíquica do indivíduo em sua totalidade (3).

Diante da complexidade fenomenológica do TAG, torna-se relevante explorar alternativas terapêuticas que transcendam a lógica sintomática e abarquem a subjetividade do sofrimento psíquico. Nesse contexto, a presente revisão narrativa propõe uma reflexão crítica e fundamentada acerca da pertinência da abordagem junguiana frente ao tratamento do TAG, considerando sua eficácia simbólica e transformadora nos domínios do inconsciente.

Objective / Objetivo

Analisar, sob uma perspectiva crítica e holística, as contribuições da psicoterapia junguiana na abordagem clínica de pacientes diagnosticados com Transtorno de Ansiedade Generalizada, enfatizando seus fundamentos teóricos, mecanismos terapêuticos e evidências na literatura especializada.

METHODS / METODOLOGIA

Trata-se de uma **revisão narrativa da literatura**, com o intuito de proporcionar uma compreensão aprofundada e conceitualmente embasada sobre o tema proposto. A busca bibliográfica foi realizada entre março e maio de 2025, nas bases de dados **PubMed**, **SciELO**, **PsycINFO**, **PePSIC** e **Google Scholar**, utilizando os descritores em português e inglês: “Transtorno de Ansiedade Generalizada”, “Psicoterapia Junguiana”, “Abordagem Analítica”, “Individuação” e “Inconsciente Coletivo”.

Critérios de inclusão englobaram artigos originais, revisões, dissertações e capítulos de livros publicados entre 1964 e 2025,

que abordassem diretamente a interface entre o TAG e a psicologia analítica. Foram excluídos textos opinativos e materiais sem rigor metodológico. A análise dos conteúdos selecionados foi conduzida por meio da técnica de análise temática, identificando categorias recorrentes relacionadas aos benefícios terapêuticos da abordagem junguiana.

RESULTS & DISCUSSION / RESULTADOS E DISCUSSÃO

A literatura analisada indica que a psicoterapia junguiana promove, em pacientes com TAG, uma ressignificação dos conteúdos ansiógenos, por meio da simbolização dos afetos inconscientes e da exploração dos arquétipos que permeiam a psique. A Psicologia Analítica Jung, explicada por Ewen (2010), propõe que a ansiedade pode representar uma cisão entre a consciência e o inconsciente, exigindo reconciliação por meio do processo de individuação – caminho terapêutico no qual o self busca integração das polaridades internas.

Corroborando a ideia supramencionada, os autores Medeiro, Fonte e Costa (3), em seu trabalho intitulado “Concepções psicológicas da ansiedade na perspectiva Analítica Junguiana: uma análise reflexiva”, salientam que:

Para falar sobre a ansiedade do ponto de vista analítico junguiano, temos que decorrer um pouco sobre seu criador, o psiquiatra suíço Carl Gustav Jung (1875- 1961), que sem dúvida é uma das figuras mais emblemáticas da história do século XX. Psiquiatra de formação, fundou a Psicologia Analítica após seu rompimento com Sigmund Freud por divergência, principalmente, da pluralidade das pulsões.

A princípio, Jung se diferencia de Freud por causa de alguns princípios básicos, como no caso do conceito de libido. Jung achava que a ideia de libido era mais ampla, assim, como o modelo de inconsciente freudiano. O livro de Jung (1924/1986) *Símbolos de Transformação* selou suas divergências e ele evidenciou as diferenças teóricas entre ele e Freud.

[...] Pensar sobre sua obra e conceitos é propiciar discussões sobre a ansiedade, a partir de outro prisma, sendo que a psicologia analítica pode contribuir para refletir o conceito de ansiedade como algo que paralisa, mas também move, a ansiedade traz e antecipa o que, na realidade, aqui e agora e este trabalho deseja explorar estas vertentes.

É atual e necessária, uma revisão sobre o tema da ansiedade como conhecimento científico, pois está intrinsecamente ligado a uma emergência de saúde global moderna, além de envolver a postura de todos os profissionais de saúde envolvidos.

Nesse enredo, estudos clínicos e relatos de caso (4,5) destacam que, durante o acompanhamento junguiano, pacientes com

TAG conseguem acessar imagens arquetípicas por meio dos sonhos, da imaginação ativa e da análise simbólica, permitindo o reequilíbrio psíquico e a atenuação dos sintomas ansiosos. Nessa abordagem, o sintoma é interpretado não como patologia isolada, mas como mensagem do inconsciente, sinalizando um desequilíbrio a ser integrado.

Além disso, a função transcendente – conceito junguiano que designa a mediação entre os opostos internos – é frequentemente ativada durante o processo terapêutico, facilitando a reconciliação entre persona (máscara social) e sombra (aspectos reprimidos). Essa reconciliação revela-se especialmente terapêutica para sujeitos com TAG, cujo perfil tende à hipervigilância, ao perfeccionismo e à dificuldade de autorregulação emocional (6).

Ademais, evidências apontam que a psicoterapia junguiana proporciona melhora progressiva na autonomia, insight emocional e sentimento de propósito existencial. Em oposição ao modelo biomédico reducionista, a abordagem junguiana concebe a ansiedade como fenômeno ontológico, inerente ao processo de crescimento e transformação psíquica (7).

Apesar dos relatos positivos, ressalta-se a escassez de estudos quantitativos robustos e ensaios clínicos randomizados sobre a eficácia comparativa dessa abordagem, o que limita sua validação empírica em larga escala. Todavia, a natureza fenomenológica e qualitativa da psicoterapia junguiana, centrada na experiência simbólica e na subjetividade do paciente, frequentemente escapa aos critérios tradicionais de avaliação clínica, exigindo metodologias integrativas (8,9).

CONCLUSION

A abordagem psicoterapêutica junguiana revela-se uma alternativa promissora e clinicamente relevante no manejo do Transtorno de Ansiedade Generalizada, sobretudo por privilegiar a compreensão simbólica do sofrimento e a integração das dimensões conscientes e inconscientes do ser.

Embora ainda carente de validação empírica comparável às terapias cognitivo-comportamentais, sua eficácia subjetiva e transformadora é atestada por inúmeros relatos clínicos e estudos qualitativos. A ampliação do escopo terapêutico para além do alívio sintomático, com foco na individuação e no autoconhecimento, torna a psicoterapia analítica um instrumento valioso, especialmente para pacientes cuja ansiedade exprime conflitos arquetípicos e existenciais profundos.

Portanto, recomenda-se a ampliação de estudos interdisciplinares que investiguem a interface entre psicologia analítica e transtornos ansiosos, visando à consolidação de evidências e à oferta de cuidados mais humanizados e integrativos na clínica contemporânea.

REFERENCES

1. Lopes AB, Souza LL, Camacho LF, Nogueira SF, Vasconcelos APMC, Paula LT, Fernandes RWB. Transtorno de ansiedade generalizada: uma revisão narrativa. *Rev Eletr Acervo Científ.* 2021;35:e8773.

2. Reis I. Relação da ansiedade e depressão com a nutrição [undergraduate thesis]. Teixeira de Freitas: Faculdade Pitágoras; 2021.
3. Medeiro KP, Fonte PE, Costa ER. Concepções psicológicas da ansiedade na perspectiva Analítica Junguiana: uma análise reflexiva. Araçatuba: UniSalesiano; 2024. Accessed April 5, 2025. <https://unisalesiano.com.br/aracatuba/wp-content/uploads/2024/11/Artigo-Concepcoes-psicologicas-da-ansiedade-na-perspectiva-Analitica-Junguiana-uma-analise-reflexiva.pdf>
4. Clemente HN. Visualização criativa do transtorno de personalidade afetivo dependente: relato de caso. *Rev Bras Hipnose.* 2014;25(1):15-24.
5. Pascoal BPB, Stone JBS, Silva LF, Govea SL, Silva RT, Silva MN. A psicologia junguiana no tratamento de problemas emocionais de idosos no processo psicoterapêutico. *Epitaya E-books.* 2024;1(57):9-26. doi:10.47879/ed.ep.2024991p9. Accessed June 7, 2025. <https://portal.epitaya.com.br/index.php/ebooks/article/view/938>
6. Oliveira PLC, Santos DM, Souza Oliveira IF, Passos AN. Transição do Ensino Fundamental II para o Ensino Médio: uma visão sociocognitiva da ansiedade. *Caminhos Educ Dialog Cult Divers.* 2023;5(1):1-15.
7. Lima MSS, Lemos TCR, Sousa SL. Compulsão e contemporaneidade: uma leitura junguiana através de estudo de caso. In: Congresso Acadêmico de Saberes em Psicologia – CAOSPsi; 2022; Palmas. Palmas: CEULP/ULBRA; 2022. Accessed June 7, 2025. <https://fswceulp.nyc3.cdn.digitaloceanspaces.com/caos/2022/artigos/compulsao-e-contemporaneidade-uma-leitura-junguiana-atraves-de-estudo-de-caso.pdf>
8. Golfeto JH. Psicoterapia infantil: uma abordagem junguiana. *Arq Bras Psicol.* 1989;41(3):79-94.
9. Ramos L. A psicoterapia das psicoses na visão de Jung. *Arq Bras Psicol (Rio J).* 2001;85-91.