



# CAPÍTULO 8

## INDIVIDUAÇÃO FEMININA: UMA ANÁLISE FEMINISTA E JUNGUIANA DO ARQUÉTIPO DA MULHER SELVAGEM

**Talissa Machado Guimarães**

ttalissa@gmail.com

**Meg Gomes Martins de Ávila**

coordpsicomaua@gmail.com

### RESUMO

Esse artigo tem como objetivo apresentar o autoconhecimento feminino abordando o processo de individuação da Psicologia Analítica e as questões culturais que prejudicam a saúde mental da mulher e dificultam esse processo. O artigo utilizou como metodologia revisão de literatura, analisando capítulos de livros e artigos científicos de 2001 a 2021. Conclui-se que a individuação feminina é um processo reconhecido no ciclo de vida-morte-vida, sendo mencionado ao longo do artigo pelo arquétipo da Mulher Selvagem, onde a mulher desconstrói e ressignifica muito do que aprendeu socialmente, para que se torne quem verdadeiramente é.

**PALAVRAS-CHAVE:** arquétipo da Mulher Selvagem; Psicologia Analítica; individuação e feminismo.

### 1 INTRODUÇÃO

Este artigo originou-se através de vivências e percepções acerca do lugar que a mulher ocupa na sociedade e no mundo, da busca incessante de cumprir com padrões sociais e de ser aceita tal como é sem esforços. Busca-se viabilizar a conscientização dos fatores socioculturais que debilitam e enfraquecem psicologicamente as mulheres, trazendo grande sofrimento psíquico e poucas direções para o reconhecimento de seu *Self*, sua verdadeira essência.

Procura-se refletir sobre o processo de socialização feminina e o quanto as questões culturais e sociais invalidam a voz feminina e reprimem sua natureza instintiva. Dito isso, pretende-se abordar a individuação feminina por meio de uma perspectiva coletiva, cultural e social, apresentando o feminismo como uma forma de conscientização do patriarcado, além de apresentar a perspectiva baseada na teoria junguiana de Carl Gustav Jung e na obra “Mulheres que correm com os lobos” da autora junguiana Clarissa Pinkóla Estés.

A compreensão das teorias feministas é necessária para ampliar o entendimento sobre o patriarcado, sendo este, o sistema social que impõe uma estrutura de poder. O sexismo na sociedade patriarcal, é a discriminação e a desqualificação da mulher em relação ao homem,



uma concepção social que foi construída, na qual as mulheres são inferiores aos homens (MURTA et al, 2012).

Durante muitos anos as mulheres foram submetidas a diversos tipos de violência, sendo o silenciamento, a repressão e a imposição de valores algumas das violências que ainda permeiam na atualidade. Entre as consequências mais diretas do sexismo, existe a violência contra a mulher e o controle que é estabelecido sobre seus corpos e sexualidade. Os valores herdados de uma sociedade predominantemente patriarcal ainda influenciam e dificultam o desenvolvimento da mulher no mundo e o reconhecimento de sua verdadeira identidade, seu verdadeiro eu.

Para facilitar o entendimento do(a) leitor(a), o artigo será dividido em três eixos, o primeiro abordando o processo de individuação, como a realização de si mesmo, por meio da perspectiva junguiana. O segundo eixo pretende viabilizar, a partir de um recorte histórico, a conscientização de como a socialização feminina interfere no processo de individuação da mulher, apresentando a importância do feminismo. E no terceiro eixo será apresentado o arquétipo da Mulher Selvagem exposto na obra “Mulheres que correm com os lobos” da autora junguiana Clarissa Pinkóla Estés como um percurso para individuação feminina.

O arquétipo da Mulher Selvagem surge como o simbolismo de características que a sociedade reprimiu, silenciou e retirou das mulheres por muito tempo. Representa a essência feminina. A compreensão da natureza da Mulher Selvagem é uma prática, manifestando o sentido original da Psicologia em sua etimologia: conhecimento da alma. Dessa forma, o termo “selvagem” não é utilizado em seu atual sentido pejorativo, mas sim no sentido original, de viver uma vida natural, com sua integridade inata e limites saudáveis, reconhecendo assim, suas potencialidades, sua força interna e seus ciclos naturais (ESTÉS, 2014).

Dito isso, a relevância desse artigo é compreender, a partir da perspectiva da Psicologia Analítica e das teorias feministas, a importância da desconstrução de ideais e valores impostos social e culturalmente. Busca-se com esse estudo, contribuir no processo de realização da mulher no mundo e na conscientização de seus aspectos coletivos e individuais. Sendo de extrema importância na aplicação prática da clínica psicológica, contribuindo para os estudos de uma Psicologia feminista, na qual a análise do contexto sociocultural é tão importante quanto as questões subjetivas das mulheres.

A pesquisa desenvolvida é uma revisão da literatura, caracterizada em nível exploratório, por ter como finalidade desenvolver, esclarecer e/ou atualizar conceitos e ideias,



podendo auxiliar no desenvolvimento de futuros estudos, fornecendo maiores informações sobre a temática. Tendo como objetivo a compreensão de um assunto ainda pouco conhecido, pouco explorado (GIL, 2008).

O delineamento da pesquisa foi desenvolvido a partir de materiais obtidos em livros e artigos científicos. Os materiais retirados em livros foram selecionados dentro da literatura feminista e/ou com o embasamento da teoria junguiana. Os materiais obtidos em formato eletrônico, foram escolhidos em de fontes de revistas científicas de psicologia e saúde, nas seguintes bases de dados: SciELO (Scientific Electronic Library Online) e PePSIC (Portal de Periódicos Eletrônicos de Psicologia), selecionados no idioma português e publicados no período de 2001 a 2021.

## **2 O PROCESSO DE INDIVIDUAÇÃO**

O autoconhecimento abordado nesse artigo será a partir da realização de si mesmo, na perspectiva junguiana, nomeado de “processo de individuação”. De acordo com Jung (2000), a psique é formada por duas metades contrárias que, juntas, formam um todo. O processo de individuação é o percurso de desenvolvimento, no qual há assimilação entre essas duas partes, consciente e inconsciente, para que juntas possibilitem a realização do indivíduo no mundo. Dessa união manifestam novas situações, estados de consciência e perspectivas. “Consciência e inconsciente não constituem uma totalidade, quando um é reprimido e prejudicado pelo outro.” (JUNG, 2000, p. 281)

De acordo com Stein (2020), na psicologia junguiana, o processo de individuação vai além de uma descrição básica do desenvolvimento individual ao longo da infância e da juventude. A construção das vivências experienciadas pelos indivíduos são praticamente o acúmulo de formações biogenéticas e psicogenéticas e de influências culturais. A individuação, portanto, é um princípio psicológico que produz a ampliação da consciência que vai além do pessoal e alcança o arquetípico ou o campo coletivo.

### **2.1 Inconsciente pessoal, inconsciente coletivo, arquétipo e persona**

Na teoria junguiana existem duas camadas do inconsciente. O inconsciente pessoal que, segundo Jung (1980), representa a parte subjetiva, sendo formado por conteúdos que se tornaram inconscientes tanto pelo seu baixo limiar de valor afetivo, e por isso, não chegam à consciência ou de conteúdos que chegaram à consciência, mas em baixa intensidade. E a outra camada que compõe junto com o inconsciente pessoal de cada indivíduo, é o inconsciente coletivo que vai além das individualidades, sendo a parte da psique que não contém conteúdos



relacionados à experiência pessoal, mas sim conteúdos adquiridos hereditariamente, arquétipos e instintos de toda a humanidade ao longo do tempo.

Em cada indivíduo existe além das recordações pessoais, imagens humanas universais e originárias que são herdadas e se repetem mundialmente. Essas imagens primordiais foram denominadas por Jung como “arquétipos”, sendo os aspectos mais antigos e universais da imaginação humana, atingindo simultaneamente sentimento e pensamento. São considerados uma experiência primordial do não-eu da alma, podendo se tornar conscientes, sendo feita a reinterpretação do acontecimento original de acordo com as vivências e símbolos individuais (JUNG, 1980).

Desse modo, os arquétipos não tem um ponto específico de origem, mas provém de vivências constantemente revividas pela humanidade, por meio de impressões gravadas pela repetição e reações subjetivas, procedendo empiricamente como tendências à reprodução das mesmas experiências, como uma força que influencia na ação, dessa forma, representam o modelo básico do comportamento instintivo. (GUGGENBHUL-CRAIG, 1980 *apud* PARISI, 2009).

Os arquétipos, assim como a cultura, estão sempre sendo atualizados dentro de cada contexto, podendo ser representados na união do momento de vida particular e único de cada ser e nas referências coletivas e históricas. Cada época histórica tem seus arquétipos dominantes tanto femininos quanto masculinos, sendo o comportamento determinado pelos padrões predominantes naquele contexto no inconsciente coletivo.

De acordo com Stein (2005), os arquétipos, sendo aspectos coletivos e culturais, estão sempre em movimento, sempre se atualizando, de forma que algumas características se alteram conforme o desenvolvimento de seus papéis durante a história. Um arquétipo para ser considerado uma referência coletiva, deve se manifestar em diferentes culturas ao longo do tempo, por isso tem como características a universalidade e o dinamismo, por se desenvolver e se atualizar conforme o curso da humanidade.

Cada momento histórico atribui características como orientações a serem seguidas, assim como determina as que não devem ser seguidas. Por isso, ao tratar de um valor, de princípios, de uma tendência, é importante considerar fatores como a estrutura familiar de origem, o contexto social, a cultura, o momento histórico, o momento pessoal, o gênero, entre outros (MULLER, 2008).



O movimento presente na individuação, denominado dialética, é importante para o reconhecimento dos opostos que compõem o todo da personalidade, *Self*. Sendo um processo dinâmico de troca, interações e mútuas interferências que gera paradoxos, tensões e contradições. A dialética é essencial para o reconhecimento de todos os lados que integram o próprio ser: individual e coletivo, bem e mal, certo e errado, luz e sombra, consciente e inconsciente, essência e persona.

É desse movimento dialético que surge o momento de crise e de questionamentos, quando o individual e o coletivo se encontram, gerando conflito entre a essência e o que foi aprendido socialmente. Sem esse movimento não existe a individuação, por isso é importante considerar tanto o contexto histórico ponderando as questões sociais da época, quanto as questões individuais de cada mulher. Considerando que por mais que o movimento e o percurso para a individuação sejam similares, cada mulher possui suas particularidades a serem refletidas.

A individuação exige a conscientização e separação das qualidades coletivas que foram internalizadas na adaptação individual de exigências de um ambiente cultural. A persona, é a máscara psicossocial que os indivíduos desenvolvem ao longo da vida como forma de adaptação sociocultural. É um segmento da psique coletiva atuando como individualidade e pode se tornar aversiva à individuação dependendo do quanto o indivíduo se identifica com ela e se afasta do *Self*. Essa separação é feita a partir da distinção entre o indivíduo e as qualidades assimiladas como sendo o *Self*, o núcleo de sua personalidade, os valores e as convicções mais fundamentais (STEIN, 2020).

De acordo com Jung (1980) a primeira etapa da individuação é a retirada da persona. Essa retirada é o início da individuação, na qual é marcada por uma crise, que geralmente traz conteúdos desconfortáveis, sendo necessário o questionamento sobre a forma de socialização, sobre os preconceitos culturais e sobre a opressão social que as mulheres sofrem ao longo da história que impedem e restringem a realização de si mesmas. Dentro dessa etapa falaremos adiante sobre a conscientização do feminismo.

## 2.2 *Self* e ego

O *Self* é a totalidade da psique humana que atua como centro organizador inato, regulando imagens oníricas e possibilitando o desenvolvimento e maturação psíquica. Jung considera o *Self* como o arquétipo central, o arquétipo da ordem e da totalidade da personalidade, é um fator de orientação muito distinto ao Ego e a consciência (JUNG, 1964).



Abarcando o consciente e o inconsciente, o *Self* se torna o centro dessa totalidade, assim como o Ego é o centro da consciência. Já o Ego dá um sentido e uma direção para a vida consciente, tem o objetivo de defender a consciência de qualquer coisa que possa a intimidar. Não há elementos inconscientes no Ego, somente conteúdos conscientes derivados da experiência pessoal (JUNG, 1996).

Von Franz (1964), relata que os povos primitivos guardam a intuição natural da essência do *Self* pois ainda não foram atingidos com conceitos sociais e civilizados. Ao longo da história, os seres humanos, intuitivamente, estiveram conscientes do *Self*, nomeando-o sempre de acordo com o contexto histórico e com a cultura representada em cada lugar, geralmente percebendo-o como um símbolo externo.

Diferente da personalidade consciente, o *Self* só pode ser assimilado também por meio da investigação dos sonhos, podendo ser definido como um fator de orientação íntima. O Ego, sendo o centro da estrutura consciente, precisa estar apto para receber as mensagens enviadas pelo *Self*, para que assim o processo de individuação se inicie. O Ego é a parte que ilumina e traz os elementos inconscientes para a consciência, tornando-os realizados. A realização do inconsciente é o objetivo da individuação (VON FRANZ, 1964).

A autora complementa que a realização do encontro com o *Self* se dá conscientemente pelo reconhecimento e aceitação do poder inconsciente, havendo espaço para escutar a intuição e não o que é considerado mais aceito socialmente ou atitudes e pensamentos que geralmente projetam culturalmente. Ou seja, para compreender o *Self* é necessário se desvincular da projeção social, retirar a persona que mascara a própria identidade, desconstruindo muito do que se aprende para habitar o lugar do aqui e agora na própria essência.

De acordo com Martins (2006), a essência feminina é reprimida socialmente e culturalmente quando o comportamento da mulher em sua natureza instintiva é confrontado pelas leis e condutas sociais que definem a conduta entre os sexos. Deve-se ressaltar que o desenvolvimento cultural e a formação da consciência humana no seu desenvolvimento psicológico dependem dessa natureza instintiva. O *Self* selvagem é destinado a liberdade da mulher e não a rigores e a exigências de uma sociedade repressora.

### **3 A CULTURAL PATRIARCAL E SUAS INTERFERÊNCIAS**

A individuação sendo um processo que abarca conteúdos pessoais e coletivos compreende também as questões culturais de cada época, para que se entenda os mecanismos sociais de opressão que dificultam a realização de si mesmo ou si mesma. Fazendo um recorte



histórico do percurso percorrido pelas mulheres até a contemporaneidade, foram escolhidos aspectos específicos que fazem parte da socialização, impostos como algo natural para que não seja questionado. Dentro dessa perspectiva se faz necessário a conscientização feminista como trajetória para a compreensão das lutas de gênero que buscam equidade e lutam contra o racismo e o sexismo.

A cultura pode atuar de forma prejudicial para a mulher, podendo acumular tensão entre o que se aprendeu e quem se é realmente. Geralmente em sociedades patriarcais, as mulheres são ensinadas a invisibilizarem o que sentem e o que percebem com a finalidade de não causar problemas. Isso dificulta a conscientização da persona e dos padrões impostos culturalmente, atrapalhando assim, seu processo de individuação.

### **3.1 O patriarcado como estrutura de opressão**

A estrutura patriarcal na cultura ocidental tem como princípios a ordem, o limite, a racionalidade e a objetividade, que inicialmente foi de extrema importância para controlar impulsos irracionais na construção da civilização. Entretanto, a rigidez e a unilateralidade dessa estrutura de consciência, criaram uma cisão no feminino, reprimindo o que era considerado como ameaçador para a estabilidade do patriarcado (PARISI, 2009).

Dentro dessa estrutura social, cria-se a persona da mulher, um ideal cultural a ser seguido, com uma boa imagem pública, defensora de virtudes e ideias estéticas que lhes são apresentados desde o início de sua vida. Essa situação pode ferir a relação da mulher com sua verdadeira identidade, seu verdadeiro *Self*, provocando auto rejeição e uma sensação profunda de fracasso quando não consegue atingir o ideal de exigências. (PERERA, 1985).

Esse modelo coletivo de linearidade e o comportamento dele resultante de rigidez, produtividade e sexualidade é inadequado, visto que faz com que as mulheres se ocultem, se silenciem, se enfureçam e se anulem tentando cumprir um ideal que as adoecem. Dentro desse ideal existe a persona que altera o comportamento para cada contexto que a mulher está inserida, fazendo com que ela perca a referência de sua própria identidade. A cultura patriarcal, portanto, é vivenciada pela mulher em forma de perigo constante, ameaçando sua natureza, invalidando seus questionamentos e vivências e anulando suas características instintivas.

Como consequência patriarcal, Martins (2006) afirma que a mulher representa aquele que é inferior ao homem, a mulher ocupa o espaço do silêncio, anulando sua expressão pessoal e social, enquanto o homem permanece em sua posição de liberdade. Espera-se da mulher, como ser inferior, a modéstia e o silêncio, legitimando a autoridade do homem e a reverência da



mulher. Perera (1985) ressalta que, as características do feminino foram rebaixadas como banalidades, sua sensualidade foi diminuída à atributos pejorativos ou maternais, suas emoções e criatividade foram sentimentalizadas, e sua vitalidade se perdeu no peso das obrigações e obediência.

O valor atribuído a mulher, na cultura patriarcal, é definido pelas virtudes em relação ao masculino: a mãe e esposa fértil e bondosa, a filha agradável, dócil e delicada, a companheira cuidadosa e discreta. Dessa forma, a identidade da mulher baseia-se em adaptações de máscaras sociais (persona), se distanciando do senso de seu próprio núcleo pessoal de identidade (PERERA, 1985).

O feminino que é imposto culturalmente é um feminino deturpado, como se as características fossem escolhidas a dedo para a preservação do patriarcado. De acordo com Wolf (2020), em cada período histórico são eleitas características consideradas belas atribuídas as mulheres, sendo símbolos do comportamento feminino que tal período histórico julga ser desejável.

Caso as mulheres não cumpram com esse ideal de feminilidade imposto socialmente, recebem um rótulo que também se altera de acordo com a época, mas sempre com a mesma finalidade: de culpabilizar e muitas vezes patologizar a mulher que não segue o padrão e ameaça o patriarcado por não seguir o que é imposto.

### **3.2 A socialização feminina**

De acordo com Kitayama e Park (2007 *apud* ZANELLO, 2018), as práticas culturais são construídas e reproduzidas através de gerações e são denominadas com significados públicos acerca do que é e do que deve ser uma pessoa. Essas práticas, quando correspondentes com a visão predominante de *Self*, valorizada em determinada cultura são mantidas e quando conflitantes são eliminadas. Dentro dessas práticas há uma divisão de trabalho emocional em sociedades patriarcais, que sugere a individualização e a autonomia aos homens, e a ligação, o cuidado e a interdependência às mulheres (DIMEN, 1997 *apud* ZANELLO, 2018).

Isso ocorre em detrimento da socialização, da passagem do estado natural ao estado cultural, onde segundo Beauvior (2019), a mulher é colocada em uma posição inferior ao homem, desde contos bíblicos, passando por filósofos antigos como Aristóteles e São Tomás. Quando um indivíduo ou um grupo é preservado em uma posição de inferioridade, ele é de fato inferior, mas dentro disso se faz necessária a compreensão de que “ser” é ter-se tornado, ter sido feito, ou seja, foram oferecidas possibilidades menores às mulheres no decorrer da socialização,



na qual homens ditavam as regras sociais. Dessa forma, a autora ressalta que “não se nasce mulher, torna-se mulher”.

Toda experiência humana é culturalmente constituída, até mesmo as emoções são respostas culturalmente condicionadas. Zanello (2018) considera esse fenômeno uma pedagogia afetiva, onde o contexto cultural impõe aos indivíduos práticas sobre como devem sentir e expressar emoções. Por essa perspectiva, os sentimentos não são naturais, mas configurados culturalmente. Desse modo, o amor na sociedade sexista se apresenta como o pivô da opressão das mulheres.

Zanello (2018) considera o dispositivo amoroso como o maior fator de ameaça patriarcal para a mulher. Houve diversas alterações em sua atuação cultural nas relações conjugais e posteriormente amorosas, chegando ao século XX onde as relações aconteciam por escolhas individuais e as mulheres solteiras eram rotuladas como adoecidas e mal amadas, ou seja, não casar era visto como insucesso feminino. Dentro das relações, a mulher era e ainda é responsabilizada pelo cuidado e pela manutenção da relação, sendo culpabilizada por brigas, traições e rompimentos.

Novamente, é importante ressaltar que as mulheres não cumprem com o ideal de feminilidade imposto socialmente, recebem um rótulo que se altera de acordo com a época, mas sempre com a mesma finalidade: de culpabilizar e muitas vezes patologizar a mulher que não segue o padrão e ameaça o patriarcado por não seguir o que é imposto. Dentro do dispositivo amoroso, as mulheres que não possuem um homem ao lado, são rotuladas como insuficiente, tendo seu valor atribuído ao homem.

Dentro do dispositivo amoroso, cabe ressaltar que, os ideais de beleza e ideais de amor romântico eram, e ainda são reforçados constantemente pela mídia, sendo a revista, nas décadas de 1950 a 1970, as principais ferramentas de compartilhamento de como se portar, como conquistar, como manter o homem, entre outros conselhos de manutenção de relação, ideal de beleza e perda da identidade da mulher (ZANELLO, 2018).

Atualmente a idealização de padrões como esses são expostos em filmes, redes sociais, músicas e outras mídias, prejudicando a saúde mental da mulher e abrindo possibilidades para a permanência em situações de violências e para a perda de si mesmas. Quando o valor da mulher é definido pela forma que ela se relaciona, e com quem ela se relaciona, o sentimento de pertencimento entra em conflito com a própria essência, podendo sentir obrigação de adquirir uma persona para lidar com essa área de sua vida, para ser aceita socialmente.



A pedagogia afetiva pode ser identificada não apenas nos sentimentos e emoções voltados ao externo, ao mundo, ao outro, como também podem ser criadas imposições de práticas sociais a serem seguidas que guiarão o sentimento em relação a auto imagem e ao próprio Ego. Como expressa Wolf (2020), a identidade se baseia no ideal de beleza imposto culturalmente, no qual expõe a autoestima da mulher, deixando-a completamente vulnerável, podendo ser totalmente prejudicial à sua saúde.

Tanto o dispositivo amoroso quanto o ideal de beleza foram culturalmente implantados, deixando as mulheres vulneráveis em suas relações tanto consigo mesmas quanto com o outro. Isso as distanciam de si mesmas, de suas verdadeiras intenções, sentimentos, valores e vontades. Visto que, assim como todos os indivíduos, são condicionadas a aceitarem aquilo que lhe é oferecido culturalmente, prejudicando sua visão de mundo, de si mesmas e sua saúde mental, porém quando vão contra ao que lhe é imposto sempre há consequências e rótulos a serem atribuídos.

A mulher sofrendo repressão, não estará presente em essência durante a atuação da persona e sua performance para agradar o outro, dessa forma, o ser natural é reprimido. O ritmo natural da vida se esvai quando a mulher vive por um ideal, controlando-se para ser perfeita em todos os âmbitos de sua vida. A perda da natureza instintiva vem sendo ensinada há séculos por uma estrutura cultural (WOODMAN, 2003).

As mulheres sentem que se forem elas mesmas vão afastar os outros, por isso consentem, muitas vezes inconscientemente, em serem silenciadas, afim de serem aceitas. Se esforçam para que o outro se sinta bem, para que ele seja bom para elas. Esse sentimento de cuidado com o outro, também ensinado, é muito comum acontecer como uma forma de se doar tanto para o outro e menosprezar as necessidades internas e individuais. Sendo mais uma armadilha do patriarcado para diminuir e invalidar as necessidades femininas. Dito isso, é importante que a mulher tenha consciência desses aspectos culturais que a impede de ter uma relação saudável consigo mesma e de ter acesso a sua verdadeira identidade.

### **3.3 Mulheres e saúde mental**

Beauvoir (2019) questiona sobre a realização da mulher no mundo, sobre os caminhos que lhes são abertos, sobre sua independência dentro de um contexto social que lhe institui dependente, sobre a liberdade da mulher e as circunstâncias que ela é restrita. Martins (2006) complementa essa reflexão afirmando que o resgate do feminino deve ir ao encontro da vontade



e do desejo que a mulher tem em integrar a parte da alma reprimida culturalmente, se conectando a ela.

Entende-se, portanto, que culturalmente as oportunidades sociais são restritas às mulheres, deixando claro desde a infância qual o papel e o lugar que a mulher deve ocupar na sociedade, agindo como uma forma repressora do lugar que cada mulher quer ocupar, não deixando opções expostas e abertas para que consigam escolher o caminho que querem seguir.

De acordo com Parisi (2009), o começo da emancipação feminina surgiu no século XIX, se manifestando e se realizando de fato apenas na segunda metade do século XX, onde o contexto da vida da mulher foi alterado, pelo menos no mundo ocidental. A contemporaneidade trouxe junto com as realizações, alguns desafios e exigências de maior eficiência no campo profissional e pessoal. A luta feminista pelos direitos das mulheres era vista como loucura e muitas vezes era invalidada pela justiça da época.

De acordo com as autoras citadas, pode-se perceber que mesmo com todas as modificações sociais, ainda existem algumas questões no âmbito das relações de gênero e dos papéis sexuais, familiares e sociais que sobrecarregam a mulher. Como se as atribuições atuais da mulher em seus papéis sociais de trabalho somassem com as atribuições antigas em relação ao papel doméstico e materno, caracterizando uma carga de trabalho dupla ou até tripla, sobrecarregando a mulher e não valorizando seus reais esforços.

No contexto social pós Segunda Guerra Mundial, as mulheres eram infantilizadas e tratadas como propriedade, suas vestes ou o próprio corpo, quando enfeitados, aumentava o risco de serem vítimas de violência física e/ou sexual. Nessa época, as mulheres em extremo sofrimento psíquico eram denominadas histéricas em meio a “colapsos nervosos”. Além de ser imposto socialmente um padrão que exigisse comportamentos tidos como adequados, classificando como erradas as mulheres que não seguissem tais padrões (ESTÉS, 2014).

Esses padrões impostos dificultavam ainda mais a luta feminista, onde as mulheres que trabalhavam na retirada da persona e percebiam o quão prejudicial eram esses padrões, eram atribuídas com características referentes a “patologias femininas” como a loucura e a histeria. O sofrimento das mulheres não era validado em sua totalidade, sendo atribuído apenas aos conteúdos individuais, tidos como inaceitáveis naquela época.

Chesler (2005 *apud* ZANELLO, 2018) salienta que, na década de 70, as mulheres internadas em instituições de saúde mental eram mulheres que se rebelavam contra o ideal de feminilidade e quebravam normas de gênero, sendo a loucura um rótulo para mulheres que não



cumpriam o padrão social esperado. Nos últimos séculos o homem foi identificado com a razão e a mulher com a loucura. Ou seja, a loucura era compreendida ao mesmo tempo como um dos erros das mulheres e como a própria essência feminina (SHOWALTER, 1987 *apud* ZANELLO, 2018).

De acordo com Foucault (1982), no século XIX quando os “loucos” começaram a ser excluídos da sociedade e presos em manicômios, ficou evidente a retirada de voz desse grupo de pessoas. Sendo a loucura caracterizada como não razão, foi atribuída a incapacidade dos “loucos” de falarem sobre si mesmos. As mulheres, no entanto, já não tinham espaço de fala sem o rótulo da loucura. Quando eram rotuladas, ficavam ainda mais invisibilizadas.

A voz das mulheres nesse contexto foi a que mais ficou prejudicada, sendo silenciada em várias áreas. Visto que a história da psiquiatria se fez baseada em discursos de psiquiatras homens sobre mulheres loucas, Beauvior (2019) evidencia que os homens são juízes e parte ao mesmo tempo, portanto, tudo o que eles escreveram sobre as mulheres deve ser considerado suspeito.

O próprio processo de socialização na cultura ocidental ensina, como será visto adiante, que, de acordo com Wolf (2020), um grande homem deve se arriscar pela sua coragem intelectual, enquanto como futura mulher, a menina aprende que a mulher mais bonita do mundo foi criada por um homem e que a coragem intelectual dela pôs em risco a sociedade, podendo ser analisado tanto em lendas, quanto nos contos bíblicos.

Em uma pesquisa sobre a prática psiquiátrica e as mulheres, realizada no Brasil no final do século XIX, foram encontrados prontuários de casos reais de internação psiquiátrica, nos quais pôde-se perceber situações distintas para o diagnóstico de doença mental entre homens e mulheres. Para as mulheres, o diagnóstico era voltado sempre para o corpo feminino, no campo da sexualidade (fora do casamento, não contida, com fins não reprodutivos) e no rompimento de um ideal de maternidade. Já no caso dos homens, o diagnóstico era voltado para desvios de papéis sociais como o de trabalhador e provedor (ENGEL, 2004 *apud* ZANELLO, 2018).

No decorrer da história, as mulheres são rotuladas como loucas, perigosas, bruxas e histéricas, ocupando um lugar de silenciamento, de submissão, enfraquecimento e repressão. A partir do século XX com a criação dos Manuais de Transtornos Mentais (DSMs) e A Classificação Estatística Internacional de Doenças e Problemas Relacionados com a Saúde (CID), a ideia de patologia e transtorno mental ganhou espaço dentro da “normalidade”, sendo



o discurso do indivíduo em sofrimento descrito em termos de presença ou ausência de sintomas (MALUF, 2010 *apud* ZANELLO, 2018).

Pode-se perceber que o conjunto de sintomas descrito nos manuais apresenta limitações, sob uma perspectiva de gênero, como Zanello (2018) destaca. A autora ainda aponta que os índices epidemiológicos da depressão são mundialmente maiores em mulheres. Dessa maneira um exemplo de sintoma depressivo, como o choro, seria analisado em culturas sexistas como uma expressão vetada aos homens, mas permitida e incentivada pelas mulheres. Definir os sintomas que caracterizam algum transtorno, sem uma perspectiva crítica de gênero, pode gerar muitos diagnósticos em determinado grupo, invisibilizando outros.

Estés (2014) analisa alguns sintomas interligando-os com o relacionamento interrompido, prejudicado ou totalmente perdido com a psique instintiva profunda. Refere-se a sensações de fadiga, fragilidade, depressão, confusão, assim como o sentimento de estar presa, amordaçada, desestimulada, envergonhada, sem criatividade, reprimida, transtornada, ansiosa, entre outros. Esses sentimentos esgotam a energia da mulher, gerando angústia por viver em desacordo com os próprios ciclos e incapaz de impor limites.

### **3.4 A conscientização do feminismo**

A tomada de consciência sobre as questões sociais e culturais que impedem a realização da mulher no mundo pode ser compreendida no processo de conscientização feminista. De acordo com Hooks (2020), esse processo se inicia com a compreensão do patriarcado como sistema de orientação masculina, entendendo como ele se institucionalizou e como é disseminado e mantido.

Após essa compreensão, as mulheres tendem a tomar consciência sobre como são vitimizadas, exploradas, oprimidas e silenciadas, adquirindo força para desafiar o patriarcado tanto no trabalho, quanto em casa. Sendo os indivíduos socializados desde o nascimento, ensinados a aceitar pensamentos e ações sexistas, o feminismo é conceituado como um movimento para romper com a opressão e com o sistema patriarcal, se tornando um movimento essencial para a liberdade da realização da mulher.

Para compreender o feminismo é necessário compreender o sexismo, e nessa compreensão percebe-se que tanto as mulheres, quanto os homens são socializados para acreditar em pensamentos e valores sexistas, porém os homens se beneficiam desses valores, sendo menos provável que eles abram mão de seus privilégios e lutem contra o patriarcado. Portanto, é importante ter consciência e desconstruir valores e pensamentos que foram impostos



no processo de socialização para que então a mulher consiga desenvolver a individuação desconstruindo a persona que fora criada desde a infância (HOOKS, 2020).

O feminismo é a compreensão das armadilhas do patriarcado, que coloca as mulheres em posição atenta e crítica dentro de suas relações sociais, trabalhistas, familiares e amorosas. É um movimento que traz liberdade para a mulher perceber sua situação social e política, desconstruindo o que foi aprendido e ressignificando sua existência como mulher no mundo. Dessa forma, desconstrói a persona que lhe foi imposta, estando mais próxima à sua essência e seguindo o caminho para a individuação.

#### **4 A INDIVIDUAÇÃO FEMININA**

Atualmente, autores e autoras junguianos(as) discutem sobre um feminino consciente, uma nova feminilidade que surge na consciência coletiva e que está permitindo o reconhecimento de características do feminino que estiveram na sombra da cultura patriarcal durante séculos. De acordo com Von Franz (1964), o processo de individuação, o encontro com o *Self*, geralmente se inicia por conta de algum prejuízo ao Ego, com uma carga de angústia e sofrimento, geralmente causado pela repressão social, por isso se faz necessária a conscientização do feminismo.

Para que a mulher se encontre consigo mesma, é necessário passar por um conflito entre o consciente e o inconsciente, esse movimento dialético, gera uma elaboração e com isso um amadurecimento por meio dos componentes que estruturam a personalidade. A união desses opostos faz com que nasça algo novo. A individuação é, no entanto, a ampliação da consciência, tendo como objetivo o desenvolvimento da personalidade individual, ou seja, a realização do *Self* (JUNG, 2000).

Visto que a individuação não acontece apenas na compreensão de conteúdos pessoais, mas também no reconhecimento de conteúdos coletivos, é indispensável para a mulher passar por um processo interno e subjetivo de desconstrução, iniciação e integração, essas fases ocorrem em uma compreensão cíclica de vida-morte-vida, para que então consiga ter consciência de seu verdadeiro eu, tendo consciência das interferências culturais de seu processo de socialização.

Considerando a individuação como um processo que todo ser humano percorre buscando a realização como um indivíduo singular, uma mulher quando iniciada em seu processo de individuação compreende os ciclos da natureza (vida-morte-vida), essa compreensão advém da intuição e dos instintos utilizados para explorar o desconhecido,



estimular a criatividade por meio dos sentidos e para compreender a verdade da realidade em que se vive (ESTÉS, 2014).

#### 4.1 O arquétipo da Mulher Selvagem

O resgate do feminino começa, segundo Perera (1985), quando a força que foi reprimida vem à tona em forma de características ameaçadoras perante a sociedade, de uma mulher que se impõe e para de se ocultar afim de ocupar seu verdadeiro lugar no mundo e em si mesma.

Woodman (2003) complementa que esse resgate se inicia pela mudança, a partir do momento que a mulher começa a se tornar consciente das emoções no corpo, experimentando-as como vivências cheias de consistência. Para essa consciência emergir, é necessário questionar sobre os valores que são impostos culturalmente, pois com eles esse processo pode se tornar mais complicado e confuso.

A Mulher Selvagem surge, então, como o simbolismo de características que pulsam para emergir, para serem vistas, para sair do inconsciente e vir à tona. Logo, Estés (2014), salienta a necessidade de despertar o interesse pelos pensamentos, sentimentos e esforços que fortalecem as mulheres, sendo de suma importância a compreensão dos fatores culturais que as debilitam, como os fatores que atuam dentro de uma cultura patriarcal e sexista.

O termo Mulher Selvagem foi criado em paralelo a Psicologia tradicional, sendo essa, segundo Estés (2014), muito sucinta e totalmente omissa em relação as questões mais profundas importantes para as mulheres, como a desconstrução das características que foram aprendidas na socialização, bem como a conscientização de suas características instintivas, arquetípicas, sexuais, cíclicas e criativas.

O objetivo desse estudo é demonstrar que as questões da alma feminina não podem ser reduzidas para se encaixarem em um padrão cultural aceitável ou em teorias generalizadas, tendo como principal meta a recuperação e o resgate da forma psíquica natural da mulher. O arquétipo da Mulher Selvagem é o caminho percorrido ao encontro do *Self* inato da mulher.

A compreensão da natureza da Mulher Selvagem é uma prática. Trata-se do conhecimento da alma, que seria a Psicologia em seu sentido original, sem ela a Psicologia feminina não faz sentido. A expressão “Selvagem” não é utilizada com sentido pejorativo de algo fora do controle, mas em seu sentido original, simbolizando o contato com a natureza que vibra em cada ser, com a essência. Selvagem no sentido de não ser domesticada culturalmente, uma vida em que a criatura tenha uma integridade inata e limites saudáveis (ESTÉS, 2014).



Esse termo pode ser traduzido culturalmente como a ameaça que o patriarcado percebe quando uma mulher vai contra seus ensinamentos e expande sua consciência além da persona em prol da sua saúde mental. Selvagem por ser essa ameaça e lutar contra as amarras para viver livre novamente.

Em sociedades patriarcais, as mulheres são vistas com uma reputação perigosa e voraz, por compartilharem arquétipos instintivos. O instinto feminino é reprimido social e culturalmente quando o comportamento da mulher em sua natureza instintiva é confrontado pelas leis e normas sociais que definem a conduta entre os sexos. Deve-se ressaltar que o desenvolvimento cultural e a formação da consciência humana no seu desenvolvimento psicológico dependem dessa natureza instintiva (PERERA, 1985).

A característica de expandir a perspectiva das questões femininas é o que a torna uma compreensão profunda, fora dos limites socioculturais impostos que domesticam e reprimem a essência da mulher, permitindo ela ser o que é, ser inteira. A Mulher Selvagem na Psicologia seria chamada de *Self*, sendo conhecida pela totalidade da psique inata da mulher.

Os rastros da Mulher Selvagem podem aparecer por meio de disfarces em sonhos ou experiências criativas, sendo uma força intrínseca que traz ideias, imagens e particularidades para a humanidade. O reconhecimento das características desse arquétipo, ou como Estés (2014) chama, o processo de iniciação, perpassa por algumas fases, sendo elas: vida, morte e vida. Quando se diz vida-morte-vida, é exatamente simbolizando a morte e o renascimento da vida psíquica da mulher.

## **4.2 Morte: a desconstrução**

Como já mencionado anteriormente, Jung (1980) caracteriza o início da individuação, por uma crise e a retirada da persona, que geralmente traz conteúdos desconfortáveis, sendo necessário o questionamento sobre a forma de socialização, sobre os preconceitos e características que impedem e restringem a realização de si mesma. Nesse momento é importante a conscientização do feminismo para compreender o patriarcado e facilitar o entendimento sobre a socialização, e assim, a retirada da persona.

Uma mulher que passa por todo o processo de socialização, aprende a se portar de determinada forma, a se vestir de certa maneira e aprende até como sentir e por quem sentir. Podendo entrar em conflito com essa situação, se sentindo sobrecarregada, se percebendo cansada de ter que dar conta de todas as demandas sociais, de ter que cumprir com padrões que é esperado dela.



De acordo com Estés (2014) a mulher pode se enxergar perdida, sem perspectiva, sem confiança, com autoestima baixa, com sua saúde mental completamente prejudicada. Um momento em que existem muitos questionamentos sobre tudo, sobre suas relações, sobre si mesma e sobre o mundo. Esse é conflito dialético que se vive entre o que foi ensinado e a própria essência.

Por ser uma fase de esgotamento emocional e físico, na qual a mulher está no chão e não consegue enxergar por outras perspectivas, mas que mesmo assim precisa olhar com atenção para a vida e transformar toda a dor e sofrimento em força para continuar e seguir em frente, precisa recolher seus fragmentos, seus ossos, e ressignificá-los. Na linguagem acessível do senso comum as mulheres nessa fase são rotuladas socialmente como “a louca”, “a histérica” ou “a bruxa”, por estarem esgotadas e expressarem sua fúria ao invés de reprimi-la.

Nessa fase a mulher precisa, de acordo com Estés (2014, p. 98), “assumir a realidade de estar só, de desenvolver a própria conscientização quanto ao perigo, às intrigas, à política. Tornar-se alerta sozinha para seu próprio proveito; deixar morrer o que deve morrer”. É necessário criar o melhor relacionamento possível com as piores partes de si mesma. A medida em que isso acontece, uma nova mulher nasce.

O conflito entre os opostos se faz presente ao longo de toda essa fase, onde geralmente a mulher se depara com suas sombras, que seriam os aspectos individuais que foram reprimidos culturalmente. Além da integração da própria sombra, também é comum o reconhecimento de aspectos culturais a serem compreendidos, desenvolvendo um olhar atento sobre sua vida e o lugar que ocupa atualmente.

A expectativa social que é colocada para as mulheres envolve características de submissão ao homem e repressão a si mesma. Uma característica de ser quieta e calada para ser aceita socialmente, por esse motivo, no meio do caminho, pode existir o sentimento de medo e insegurança por parte da mulher. Ela pode ter dificuldade em deixar morrer a vida confortável e cômoda, por mais que não estivesse satisfazendo-a e estivesse a deixando infeliz, pode ter medo de afastar os outros se for ela mesma. Estés (2014, p. 104) ressalta que “é exatamente essa tensão psíquica que é necessária para criar alma e promover mudanças”.

Quando ocorrem situações, conflitos e sinais que possibilitam a mulher sair do automático e questionar sua realidade, possivelmente virá uma transformação, podendo gerar um estado de angústia e insegurança desconfortável e muitas vezes difícil de tolerar. A crise é entendida como um momento de amadurecimento, permitindo o reequilíbrio do eixo *Ego-Self*



e a atualização e adaptação em novos critérios e parâmetros (MULLER, 2008). Essa crise acontece de forma diferente para cada mulher, com características singulares de sua realidade.

As mulheres podem vivenciar características do arquétipo da Mulher Selvagem de diversas formas, ocorrendo sempre em situações de mudanças, como a maternidade, mudanças significativas em determinada situação, durante o rompimento de relações amorosas, na tomada de decisão em situações difíceis. Pode ser vivenciado também por meio de insights artísticos, dos sons, da música, das palavras escritas ou faladas. Esse arquétipo se faz presente quando uma mulher se desprende do que estava aprisionando sua essência, seja um trabalho ou um relacionamento, é o sentimento da liberdade de expectativas culturais e aproximação de si mesma, do seu propósito, de suas vontades, de sua essência.

### 4.3 Renascimento: a iniciação

Após a mulher recolher seus fragmentos, seus ossos e tomar consciência do que é culturalmente imposto a ela, mas que a destrói, renasce uma Mulher Selvagem, cheia de vida e segura de si, que não se cala, que escuta sua intuição, que está atenta, que se permite sentir e expressar. Essa é a fase de reconhecimento da Mulher Selvagem, denominado processo de iniciação, quando a mulher começa a usar os seus sentidos psíquicos e sua intuição para se atentar a tudo o que a cerca.

É nesse momento que o que já morreu e o que está quase morrendo na mulher, em sua psique feminina, é visto, é cuidado, é tratado. Os ossos são metáforas do *Self* feminino, da natureza instintiva, que possui liberdade para se mover, para falar, para sentir e expressar. Um *Self* que possui boa capacidade de recuperação e que é formado nas questões psíquicas do nascimento e da morte (ESTÉS, 2014).

É como se a psique feminina passasse por um processo de renascimento, de recolher esses ossos (fragmentos) e recriar, de ressignificar o que foi aprendido de uma forma saudável e consciente e compreender aquilo que a silencia, que a reprime e que a anula. A morte seria das características sociais que prejudicam a saúde mental e a individuação, cada mulher deixa morrer as características que a prejudica individualmente, não há uma regra de quais são essas características.

Além do momento em que se observa e compreende a dinâmica externa e interna, existe também o momento em que é necessário agir, permitindo a morte do que tem que morrer. Essa morte simbólica pode ser direcionada a todo o processo de socialização, a pedagogia afetiva, as



relações familiares, afetivas ou de amizade, tudo em prol da individuação, da busca por si mesma.

Nesse movimento criativo, a intuição, pertencente à psique instintiva e inata, passa por um processo de amadurecimento adquirindo a capacidade de perceber, conceituar e simbolizar. A intuição, para Estés (2014), pode ser compreendida como o reconhecimento de armadilhas do patriarcado, é o questionamento que se faz em toda conduta social aprendida. Quando essa intuição não é fortalecida, utilizada e nutrida, ela se atrofia. Sendo assim, quando uma mulher se silencia, se submete a situações que lhe foram ensinadas a cumprir, se cala e se reprime, a voz da intuição não é escutada e conseqüentemente a Mulher Selvagem adormece em si.

Essa fase é caracterizada por repor em boas condições aquilo que se perdeu, aquilo que foi gasto, aqueles valores e ideais que foram sendo questionados ao longo do caminho, aquele desgaste físico, emocional e psicológico de precisar cumprir com tantas expectativas sociais. A renovação e a redescoberta daquilo que é de fato verdadeiro, isso pode se alterar de mulher para mulher, mas a raiz é única, a descoberta de si mesma.

Existe um trabalho de varredura e de limpeza no processo de iniciação, para que haja espaço livre para a natureza selvagem e desconhecida. A mulher precisa estar disposta e aberta para que consiga observar por outras perspectivas, para que grandes ideias, sonhos, desejos e planos se concretizem, para que, de fato, a criatividade se expanda e se materialize em ações e realizações (ESTÉS, 2014).

Aprender a fazer distinções sutis e meticulosas é importante nessa fase. Observar e perceber desde o superficial até o profundo, saber separar o que é dela mesma e o que é do outro, o que é dela e o que foi imposto, separar o saudável do tóxico. Nessa fase a mulher se questiona e procura entender mais sobre a natureza selvagem, fica frente a novos conhecimentos e vivencia uma vida diferente do que é acostumada, deixou morrer o que precisava e permitiu viver o que precisava. Compreendeu o ritmo cíclico em seu processo de vida-morte-vida.

#### **4.4 Vida selvagem: a integração**

Quando uma mulher compreende e reconhece a Mulher Selvagem em si, assume o poder de ver e afetar os outros, começa a enxergar as situações da própria vida de forma mais clara. Essa é a fase de integração, na qual, de acordo com Estés (2014), a mulher deixa de aceitar sem questionamento cada sugestão, situação ou relação que apareça em sua vida. Usa sua visão aguçada para reconhecer aspectos negativos da própria psique, das pessoas e do mundo exterior, além de precisar reagir a eles.



A mulher nessa fase colocará sua força em ação, poderá sentir a necessidade de se expressar sem medo, e de se autocorriger em suas atitudes culturalmente enraizadas. No meio desse processo, pode acontecer dela se sentir sozinha nessa caminhada, sentir receio por carregar essa força, esse conhecimento e pelas informações que leva consigo. Justamente por ser um processo individual, pode acontecer de outras mulheres que a cercam, não entender o processo que ela está vivendo.

É como se tivesse algo iluminando seu caminho, revelando o que está pela frente e os cuidados que precisa tomar para passar por determinada situação. Estés (2014) chama essa luz que ilumina o caminho de intuição. Essa intuição vem com uma responsabilidade, pois quando se tem a capacidade de ver e de pressentir, é preciso fazer algo a respeito do que se viu.

O que acontece nesse processo de reconhecimento da intuição na mulher é que em alguns momentos as informações serão dolorosas e quase insuportáveis, pois ela enxergará uma parte sombria de pessoas que antes eram confiáveis, onde havia sorrisos de carinho, passa a enxergar máscaras aversivas, e nisso, perceberá tanto suas próprias qualidades como também suas fraquezas. Quando a mulher está em seu poder selvagem, tudo o que a oprimia perde energia, não chega a ela com a força que antes chegava, não mexe emocionalmente com ela como antes mexia. Estés (2014) ressalta que quando se tem consciência sobre um aspecto negativo da psique, ele perde sua força.

Existe uma parte de nós que é sombria, uma força arquetípica denominada Feiticeira que se faz presente no processo de individuação. Esse arquétipo possui as características da Mulher Selvagem, fazendo-se necessário a solitude e a introspecção para a compreensão de suas questões mais profundas (KOLTUV, 2020). É esse aspecto questionador, que ilumina conflitos e situações, que provoca mudanças no caminho por meio de diferentes percepções do que lhe foi ensinado.

O contato com o lado selvagem consiste em questionamentos, do que foi ensinado e do que realmente se deseja. É importante fazer essa discriminação para entender a diferença entre o que é cultural e externo a si mesma e o que realmente a alma deseja. Novamente, o conflito dialético não só aparece, como é essencial durante essa fase.

A sociedade patriarcal e capitalista sempre vai despertar desejos que antes não estavam ali, e muitas vezes as mulheres escolhem aquilo que lhe é oferecido, por ser uma opção que está diante delas. Mas não necessariamente é o que elas querem (ESTÉS, 2014). Como já foi mencionado anteriormente, quando a mulher está atenta e consciente de seu *Self* feminino,



selvagem e instintivo ela se questiona, entendendo o que ela precisa, o que sente falta, o que deseja.

De acordo com Koltuv (2020), a mulher está no caminho da integridade quando se aceita como é, aceita seus sentimentos e seus aspectos sombrios que foram reprimidos socialmente, se torna consciente de seus motivos, necessidades e sentimentos, fora do padrão cultural oferecido a ela. Ao passar por essas etapas psíquicas do ciclo vida-morte-vida, a mulher se torna consciente, podendo alcançar um nível de desenvolvimento mais elevado, compreendendo seus aspectos mais profundos de sabedoria e intuição.

## 5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Esse artigo tem muito da vivência pessoal de uma mulher que nem sempre esteve atenta as atrocidades sociais, mas que sempre sentiu a voz da intuição sussurrando e dizendo que muito do que estava sendo vivido, não condizia com quem realmente era. Foi escolhido cautelosamente autoras e autores que embasassem cientificamente o trabalho acadêmico e validassem as vivências das mulheres, fora de uma Psicologia tradicional.

Existe um sistema de socialização patriarcal que ensina o que é ser homem e o que é ser mulher na sociedade, nesse processo a mulher é colocada em um lugar de silenciamento e repressão, sendo obrigada a seguir as regras e os valores impostos a ela. Ao longo de seu desenvolvimento, a mulher aceita muitas situações que a prejudica, pois foi ensinada que era o certo a se fazer. Dessa forma, se anula e silencia suas verdadeiras vontades, se afastando de sua própria identidade, de seu *Self*.

Durante o desenvolvimento do artigo, após diversas leituras e estudos pôde-se perceber que a individuação feminina é formada primeiramente pela crise entre quem se é e o que a sociedade ensina a ser, sendo necessário a conscientização dos aspectos socioculturais, que sobrecarregam e prejudicam a saúde mental da mulher.

Nesse sentido, a conscientização feminista é importante para compreender o contexto em que se vive. Dito isso, a perda do espaço da mulher na sociedade pode ser percebida como contribuinte para o afastamento de sua verdadeira identidade dentro do espaço social e com o seu sofrimento psíquico. Seus ciclos naturais foram se transformando e se mascarando em ciclos artificiais com o objetivo de agradar o outro, e pertencer no padrão socialmente imposto.

Após a mulher tomar consciência de que muito do que ela pensava que era dela é na verdade uma construção cultural que lhe foi imposta, o seu processo de individuação toma um



lugar ativo, pois, a partir disso, sentirá a necessidade de se conhecer verdadeiramente e integrar seus verdadeiros valores e características, se desfazendo da persona que lhe foi imposta.

As características do arquétipo da Mulher Selvagem começam a ser percebidas, iniciadas, desenvolvidas e integradas à medida em que a mulher permite a morte de particularidades e aspectos que lhe foram impostos e lhe prejudicam. A individuação feminina envolve o ciclo de deixar morrer para renascer e durante esse ciclo a mulher precisa olhar com carinho para si mesma, se permitir sentir, aceitar as sombras que estavam reprimidas e integrá-las de uma forma saudável.

A conscientização do feminismo e do processo de socialização, a desconstrução de valores socioculturais e o ciclo de reconhecimento do arquétipo da Mulher Selvagem são essenciais à saúde mental da mulher, sendo fases importantes para o processo de individuação. A mulher, em sua fase psíquica de vida selvagem, pode desenvolver um olhar apurado e atento em suas relações, em seus sentimentos, valores e ideais, permitindo o reconhecimento de fatores culturais que a debilita e podendo desenvolver, a partir disso, características que a fortalece psiquicamente, dando espaço para emergir sua verdadeira natureza.

## REFERÊNCIAS

BEAUVOIR, S. **O segundo sexo: fatos e mitos**. Trad. Sérgio Milliet. 5ª ed. Rio de Janeiro: Nova Fronteira, 2019.

BUTLER, Judith. **Problemas de gênero: feminismo e subversão da identidade**. Editora Civilização Brasileira: 2003.

ESTÉS, C. **Mulheres que correm com os lobos: mitos e histórias do arquétipo da Mulher Selvagem**. Trad. Walbéa Barcellos. 1ª ed. Rio de Janeiro: Rocco, 2014.

FOUCAULT, M. **A história da loucura**. Trad. de José Teixeira Coelho Netto. São Paulo: Perspectiva, 1982.

GIL, A. C. **Métodos e técnicas de pesquisa social**. 6. ed. São Paulo: Atlas, 2008.

HOOKS, B. **O feminismo é para todo mundo: políticas arrebatadoras**. Trad. Bhuvli Libanio. 12ª ed. Rio de Janeiro: Rosa dos Tempos, 2020.

JUNG, C. G. **Psicologia do Inconsciente**. In: Obras Completas de C. G. Jung, vol. VII. Trad. Maria Luíza Appy. 2ª ed. Petrópolis: Vozes, 1980.

JUNG, C. G. **Os arquétipos e o inconsciente coletivo**. In: Obras Completas de C. G. Jung, vol. IX. Trad. Maria Luíza Appy, Dora Mariana R. Ferreira da Silva. Petrópolis: Vozes, 2000.

JUNG, C. G. **O homem e seus símbolos**. Trad. de Maria Lúcia Pinho. 5ª ed. Rio de Janeiro: Nova Fronteira, 1964.



KOLTUV, B. B. **A tecelã: uma jornada rumo a iniciação feminina**. Trad. de Eliane Fittipaldi Pereira. 1ª ed. São Paulo: Pensamento Cultrix, 2020.

MARTINS, C. A. **Faces do feminino sagrado: o arquétipo da Mulher Selvagem**. 2006. 138 p. Dissertação (Mestrado em Ciências da Religião) – Faculdade de Filosofia e Teologia, Universidade Católica de Goiás, Goiânia, 2006.

MULLER, M. L. **A transição do ciclo patriarcal ao ciclo de alteridade: Reflexões sobre o desenvolvimento da consciência de Alteridade na sociedade ocidental contemporânea**. 2021. 84 f. Trabalho de conclusão de curso (Graduação em Psicologia) – Faculdade de Psicologia, Pontifícia Universidade Católica, São Paulo.

MURTA, Sheila Giardini et al. **Sexismo e heterossexismo: do impacto sobre a saúde às possibilidades de prevenção**. Psicologia Clínica e Cultura Contemporânea. Brasília: Liber Livros, 2012. p. 341-359. Disponível em: <https://bit.ly/3kqx30N>. Acesso em: 18 set. 2021.

PARISI, S. **Separação amorosa e individuação feminina: uma abordagem em grupo de mulheres no enfoque da Psicologia Analítica**. 2009. 272 p. Tese (Doutorado em Psicologia) – Instituto de Psicologia, Universidade de São Paulo. São Paulo, 2009.

PERERA, S. B. **Caminho para a iniciação feminina**. Trad. Aracéli M. Elman. São Paulo: Paulinas, 1985.

STEIN, M. **O Mapa da Alma: Uma Introdução**. São Paulo: Cultrix, 2005.

STEIN, M. **Jung e o caminho da individuação: uma introdução concisa**. Trad. Euclides Luiz Calloni. São Paulo: Cultrix, 2020

VON FRANZ, M. O processo de individuação. In: JUNG, C. G. **O homem e seus símbolos**. Rio de Janeiro: Nova Fronteira, 1964.

WOLF, N. **O mito da beleza: como as imagens de beleza são usadas contra as mulheres**. Trad. Waldéa Barcellos. 15ª ed. Rio de Janeiro: Rosa dos Tempos, 2020.

WOODMAN, M. **A feminilidade consciente: entrevistas com Marion Woodman**. Trad. Maria S. M. Netto. São Paulo: Paulus, 2003.

ZANELLO, V. **Saúde Mental, Gênero e Dispositivos: Cultura e Processos de Subjetivação**. 1ª ed. Curitiba: Appris, 2018.