

UNIVERSIDADE PAULISTA

PSICOTERAPIA JUNGUIANA

CAROLINA RIBEIRO MAKSSUR CARNEIRO

**O TRABALHO E A PSIQUE: DO PROCESSO DE INDIVIDUAÇÃO AO
ADOCIMENTO POR BURNOUT**

SÃO LOURENÇO

2026

CAROLINA RIBEIRO MAKSSUR CARNEIRO

**O TRABALHO E A PSIQUE: DO PROCESSO DE INDIVIDUAÇÃO AO
ADOCIMENTO POR BURNOUT**

Trabalho apresentado como requisito para
conclusão do Curso de Psicoterapia Junguiana da
Universidade Paulista (UNIP). Orientador (a):
Jorge Zacharias

SÃO LOURENÇO

2026

AGRADECIMENTOS

Agradeço por todo apoio, e por todo incentivo de toda a minha família a continuar me aprimorando no meu trabalho, e a buscar os estudos constantes. Também agradeço a todos os professores do curso, e os que vieram anteriormente na graduação, que semearam a plantinha da busca pelo conhecimento através da psicoterapia junguiana, buscando sempre com muita ética e entusiasmo instigar e proporcionar trocas que estarão comigo por toda a vida. Por fim, agradeço a meus pacientes que me motivam diariamente a me aprimorar cada vez mais para melhor atendê-los.

A personalidade, no sentido da realização total de nosso ser, é um ideal inatingível. O fato de não ser atingível não é uma razão a se opor a um ideal, pois os ideais são apenas os indicadores do caminho e não as metas visadas (JUNG, 1981, p. 226).

RESUMO

Este trabalho analisa, sob a perspectiva da psicologia analítica junguiana, a relação ambivalente entre trabalho e psique, investigando como a atividade laboral pode favorecer determinadas condições para o processo de individuação. À luz da Psicologia Analítica, sugere-se que o burnout possa ser compreendido como uma possível manifestação de um processo regressivo da libido. Por meio de revisão bibliográfica narrativa de obras clássicas de Jung e autores contemporâneos (Fordham, Stein, Schmidt, Moraes), caracteriza-se o *Self* como o princípio ordenador da personalidade e a finalidade do processo de individuação e a *persona* como compromisso adaptativo entre indivíduo e sociedade (Jung, OC 7/2) que, quando inflacionada patologicamente, obstrui a libido progressiva frente a estressores laborais da NR-1/2026 (Corno, 2026). Sugere-se que o trabalho significativo possa favorecer a estruturação da quaternidade psíquica através da integração consciente-inconsciente, enquanto a superprodutividade gera fragmentação psíquica expressa nos 546.254 afastamentos por transtornos mentais em 2025 (G1 Globo, 2026). A psicoterapia junguiana emerge como intervenção privilegiada, utilizando método dialético (Jung, OC 16/1), ampliação simbólica e fantasia ativa (Jung, OC 16/1) para transformar colapsos laborais em oportunidades de individuação, restaurando o equilíbrio *Self*-trabalho e prevenindo neurose ocupacional. Conclui-se que o burnout configura-se como sintoma coletivo de desequilíbrio estrutural, demandando das organizações monitoramento da inflação da *persona* e programas preventivos de análise simbólica, posicionando a abordagem analítica como via regia para a saúde psíquica contemporânea.

Palavras-chave: Psicologia junguiana. Individuação. *Self*. *Persona*. Burnout. NR-1/2026.

SUMÁRIO

Introdução	6
Método	9
Objetivo	10
Objetivo Geral	10
Objetivo Específico	10
Hipótese	10
Desenvolvimento	11
Conclusão	22
Referências	24

1. INTRODUÇÃO

Ao longo de toda a história humana, o trabalho vem ganhando importante destaque em relação às horas dedicadas e a entrega pessoal de cada trabalhador, e no decorrer dos anos, esse tempo vem se ampliando e tomando mais espaço de forma contínua. Diante da exposição pública da busca por propósito na atividade profissional, e destacando a prioridade para o ofício ao longo da vida. Esse estudo se torna essencial para iniciar um diálogo, sobre como o trabalho pode favorecer determinadas condições para o desenvolvimento da psique ou, em contextos de superprodutividade, precipitar um processo de exaustão. À luz da Psicologia Analítica, sugere-se que o burnout possa ser compreendido como uma possível manifestação de um processo regressivo da libido.

Na perspectiva junguiana, temos fortes influências do ego, que se encontra dentro da psique, sendo o centro da consciência do indivíduo, dentro do *Self*, o ‘si-mesmo’ como vemos muitas vezes na obra do Jung, que é a totalidade e o centro da psique total, incluindo consciente e inconsciente. Murray complementa que o ego, por sua própria natureza, tende a considerar-se como o centro da psique, mas ele é apenas um complexo entre outros, embora seja o complexo central da consciência (STEIN, 2006, p.26). Essa citação esclarece a posição hierárquica do ego: embora seja o centro da consciência e o agente que decide adaptações laborais, ele não é o centro da totalidade psíquica – essa posição pertence ao *Self*. No contexto do trabalho, essa tendência inflacionária do ego explica por que ele pode se afastar do *Self* compreendido como o princípio ordenador da personalidade e a finalidade do processo de individuação, ignorando limites naturais e provocando um adoecimento psíquico que, nesse contexto, pode ser interpretado como burnout.

Entendendo o processo da psique não sendo um sistema fechado, mas um sistema aberto; é um processo de adaptação que se desenrola entre o indivíduo e o seu meio ambiente, tanto interno quanto externo. (JUNG, 2014a, OC 8/2, §423) vemos que esse sistema interage com o meio, podendo ser influenciado de forma positiva, ou negativa, visto que no texto o autor apresenta que quando a progressão da libido é impedida por um obstáculo que não pode ser superado, ocorre uma regressão; a libido recua para o passado e ativa imagens infantis, o que pode levar a um estado de neurose ou adoecimento (JUNG, 2014a, OC 8/2, §62-63). Sendo assim, esse estudo vai buscar demonstrar como o trabalho pode favorecer determinadas condições para o desenvolvimento da psique, influenciando no processo de adaptação quando há uma relação favorável, ou podendo precipitar um processo regressivo, sugerindo-se a manifestação do burnout através desta libido recuada.

.O ego, como sujeito consciente que decide ultrapassar limites laborais naturais, pode se distanciar do *Self* o princípio ordenador. Conforme Stein (2006, p. 156), esse rompimento do eixo ego-*Self* retira a vitalidade do ego, gerando exaustão. Pensando no longo prazo, vemos que "A individuação é frequentemente iniciada por uma crise ou um bloqueio no caminho da vida, onde as antigas formas de adaptação do ego não funcionam mais" (STEIN, 2020, p. 42), funcionando como chamado do *Self* para restauração do equilíbrio. Ressalta-se que a individuação não é um percurso linear, sendo marcada por crises, regressões e reorganizações da personalidade. A questão dessa crise que devemos nos atentar, é justamente referente ao rompimento do eixo ego-*Self*, e deve ser olhada como ponto de ruptura, que pode fortalecer a capacidade do ego de relacionar-se com o *Self* para a restauração do equilíbrio da quaternidade psíquica, símbolo da totalidade que se manifesta através das quatro funções da consciência, ou distanciar ainda mais, gerando um adoecimento.

Compreendendo essa dinâmica, vemos que a psique não se apresenta de forma imutável, e quando em bom relacionamento com o ambiente, sugere-se o desenvolvimento da mesma rumo à individuação, compreendida como um percurso não linear marcado por crises, regressões e reorganizações psíquicas. Nesse sentido, conforme a perspectiva de Jung (2014, OC 8/2), esse processo de amadurecimento exige que o sujeito encontre um equilíbrio entre a sua adaptação ao mundo social e a fidelidade à sua própria essência. Assim, a individuação pressupõe que o indivíduo não se deixe sufocar pelas exigências coletivas e pelas máscaras profissionais, evitando que a pressão externa interrompa o seu caminho em direção à totalidade psíquica. Por conseguinte, podemos pautar neste estudo que o bom desenvolvimento da relação do ser no meio do trabalho, pode ser fator de grande influência, favorecendo para seu processo de individuação.

Seguindo na conclusão de que a forma que a pessoa se posiciona no trabalho, pode interferir profundamente no seu desempenho e na sua abertura para com as outras pessoas, entendendo a *persona* como responsável desta adaptação do indivíduo com o mundo. Então "representa um compromisso entre o indivíduo e a sociedade, acerca daquilo que alguém parece ser: nome, título, ocupação, isto ou aquilo" (JUNG, OC 7/2, § 246). Sob essa ótica, essa estrutura psíquica funciona como uma interface necessária que, ao fornecer um papel social definido, confere segurança e clareza para o sujeito atuar em sua profissão, mediando suas relações interpessoais e otimizando sua performance no ambiente coletivo. Pensando assim, a *persona* também pode tender para o negativo, visto que a forma que o exterior se relaciona com o trabalhador, muitas vezes se apresentar como muito solicita por exemplo, ou um sacrifício excessivo às demandas externas, o indivíduo pode manifestar um processo regressivo da libido

que, sob a ótica analítica, permite compreender o burnout, dificultando o amadurecimento da psique.

Entretanto, é importante reforçar que a *persona* não poderia se desenvolver como uma ‘nova personalidade’, e consequentemente, a *persona* teria um certo limite, seguindo o que o indivíduo é naquele momento, sendo assim, entendemos a *persona* como um recorte da pessoa que se mostra no ambiente do trabalho, seguindo a perspectiva de Jung, que argumenta que “a *persona* não passa de uma parcela da psique coletiva, funcionando como um segmento da personalidade que o indivíduo assume perante a sociedade” (JUNG, 2014b, OC 7/2, §244-245). Para o autor, a construção dessa máscara é limitada pela realidade interna do sujeito, não podendo ser confundida com a totalidade do seu ser, sob o risco de fragmentar a psique caso o ego passe a acreditar que é apenas esse papel social.

Ou seja, ao desenvolver o texto, será possível entender essa dinâmica da psique, com a *persona* e o desenvolvimento esperado do *Self*, compreendido como o princípio ordenador da personalidade e a finalidade do processo de individuação, a partir das escolhas do ego. Compreende-se que a interação com o meio pode auxiliar no amadurecimento da psique, direcionando o funcionamento dessa estrutura de forma saudável ou não. O ego, enquanto complexo central da consciência, desempenha papel fundamental na capacidade de relacionar-se com o *Self* ao mediar a tensão entre adaptação externa e totalidade interna. Jung descreve o ego como ponto de referência da consciência que, em equilíbrio, serve como direcionador para a individuação, mas em identificação excessiva com a *persona* laboral, obstrui o fluxo libidinal rumo ao *Self* regulador (JUNG, 2014b, OC 7/2). Assim, o trabalho emerge não apenas como campo de prova para a *persona*, mas como aspecto essencial onde o ego confronta seus limites, favorecendo ou obstruindo a estruturação da quaternidade, representando para Jung o ‘fundamento arquetípico da psique humana’, isto é, ‘a totalidade dos processos psíquicos conscientes e inconscientes’ (CHEVALIER; GHEERBRANT, 2022, p. 836)."

Essa interdependência entre o sujeito e o mundo torna-se clara ao compreendermos que a psique, conforme define Jung: “não é um sistema fechado, mas um sistema aberto; é um processo de adaptação que se desenrola entre o indivíduo e o seu meio ambiente” conforme já citado (JUNG, 2014a, OC 8/2, §423). Assim, o trabalho deixa de ser visto apenas como uma atividade técnica para ser compreendido como este meio ambiente externo fundamental, capaz de oferecer os estímulos necessários para o amadurecimento psíquico ou, quando em desequilíbrio, tornar-se a fonte de um processo regressivo que, à luz da psicologia analítica, pode ser interpretado como burnout. É sob esta ótica da psique como um sistema de adaptação contínua que este trabalho se propõe a analisar como o trabalho pode favorecer determinadas

condições para o desenvolvimento da mesma, e como esse ambiente é importante para o amadurecimento individual.

Diante de um cenário alarmante, com 546.254 afastamentos por transtornos mentais em 2025 (G1 Globo, 2026; Ministério da Previdência Social, 2026) e a nova Norma Regulamentadora NR-1/2026, que prioriza a gestão de riscos psicossociais no trabalho, como assédio moral e metas excessivas (InPACTO, 2026; Vocês, Época, 2026), justifica-se uma perspectiva junguiana para integrar o desenvolvimento psíquico (individuação e *Self*) à psicologia organizacional, com vistas à prevenção de adoecimentos laborais. Delimitado a uma revisão bibliográfica teórica de obras clássicas e estudos contemporâneos, este trabalho aborda o problema central: de que forma o ofício laboral, enquanto sistema psíquico aberto, pode auxiliar no processo de individuação, não sendo único possibilitador na trajetória da individuação, por meio de um Ego equilibrado ou provoca regressão libidinal culminando em burnout? Será possível desenvolver esses temas, ampliando suas especificidades em relação aos aspectos positivos e negativos da forma de se relacionar ao trabalho, buscando por fim para demonstrar manejos psicoterapêuticos que fortaleçam a capacidade do ego de relacionar-se com o *Self* para auxiliar esse processo.

2. MÉTODO

Esta pesquisa caracteriza-se como um estudo de natureza teórica e qualitativa, baseado em uma abordagem exploratória e descritiva. O procedimento metodológico selecionado consiste em uma revisão bibliográfica narrativa, fundamentada no levantamento e análise de obras clássicas da Psicologia Analítica e autores contemporâneos que discutem a psicodinâmica do trabalho. A seleção bibliográfica priorizou as obras fundamentais de C.G. Jung, integradas às contribuições de Michael Fordham e Murray Stein. A inclusão de Fordham justifica-se por sua análise pioneira da deintegração e reintegração do *Self* desde a infância, oferecendo a base necessária para compreender o desenvolvimento psíquico contínuo, enquanto Stein foi selecionado pela precisão na articulação do eixo ego-*Self* e suas aplicações no ambiente laboral contemporâneo.

A coleta de dados foi realizada por meio de consultas a livros, dissertações e artigos científicos indexados em bases de dados científicos e reconhecidos no meio acadêmico, indexados em bases de dados reconhecidas no meio acadêmico, como SciELO e Google Acadêmico (mas não se limitando apenas aos dois), adotando-se um recorte temporal focado em publicações entre 2000 e 2026 para contemplar as evoluções da Psicologia do Trabalho e as novas legislações, como a NR-1/2026. Utilizaram-se como descritores principais os termos:

indivíduoação, *persona*, *Self*, psicologia junguiana, burnout, psicologia do trabalho, NR-1/2026 e saúde mental laboral. A análise crítica do material busca articular conceitos junguianos fundamentais com fenômenos organizacionais contemporâneos, visando compreender como a dinâmica *Self*-ego-*persona* pode favorecer ou dificultar a mediação da saúde psíquica no contexto laboral.

3. OBJETIVO

3.1. OBJETIVO GERAL

O seguinte trabalho busca analisar, sob a perspectiva da psicologia analítica, a relação ambivalente entre trabalho e psique, investigando como a atividade laboral pode favorecer o processo de indivíduoação e construção e relação do eixo ego-*Self* ou, bem como interpretar o burnout como uma possível manifestação da regressão libidinal.

3.2. OBJETIVOS ESPECÍFICOS

Os objetivos específicos referentes a este trabalho são descritos como:

- Caracterizar o processo de indivíduoação como fenômeno desenvolvimentista junguiano e demonstrar como o trabalho alinhado ao propósito interno estabelece o eixo ego- *Self*, favorecendo a totalidade psíquica;
- Analisar o funcionamento da *persona* no contexto laboral, elucidando seu papel adaptativo positivo na mediação entre indivíduo e coletivo, bem como seus limites e riscos de inflação patológica;
- Interpretar, à luz da Psicologia Analítica, o burnout como uma possível manifestação de desequilíbrio psíquico, resultante da regressão libidinal frente a obstáculos laborais intransponíveis, e identificar intervenções psicoterapêuticas junguianas preventivas e restaurativas.

4. HIPOTESE

O trabalho, quando alinhado aos valores internos e à busca simbólica de sentido do indivíduo, pode favorecer o fortalecimento do eixo ego-*Self*, auxiliando no processo de indivíduoação e na integração consciente-inconsciente. Contudo, demandas de superprodutividade e identificação exclusiva com a *persona* profissional obstruem a progressão libidinal, podendo precipitar um processo regressivo da libido que, sob a ótica analítica, permite

interpretar o burnout como manifestação de desequilíbrio, distanciando o indivíduo de seu desenvolvimento.

5. DESENVOLVIMENTO

O desenvolvimento deste trabalho analisa o processo de individuação junguiano aplicado ao contexto laboral contemporâneo, articulando a perspectiva desenvolvimentista de Fordham com as formulações estruturais de Jung e a abordagem dialética de Stein. Fordham (2006) revolucionou a compreensão junguiana ao demonstrar que "os processos de individuação estão em ação na primeira infância e na infância e que são uma característica essencial do amadurecimento" (FORDHAM, 2006, p. 20), revelando o *Self* não como entidade estática, mas como sistema dinâmico em contínua organização que estrutura progressivamente a totalidade psíquica desde os primeiros estágios da vida. Abordando como a interação do ego influencia e interage com o meio e com a saúde psíquica do indivíduo.

Esta base desenvolvimentista dialoga com Jung, que caracteriza a *persona* como "compromisso entre indivíduo e sociedade" (JUNG, 2014b, OC 7/2, §246) e a regressão libidinal como resposta a obstáculos intransponíveis (JUNG, 2014a, OC 8/2), sugerindo que o ambiente de trabalho possa constituir um espaço privilegiado para o confronto simbólico da personalidade, favorecendo determinadas condições para o amadurecimento ou, em contextos adversos, precipitando processos regressivos. Stein (2020) sintetiza esta tensão dinâmica ao afirmar que "a psicologia junguiana oferece um método para manter os paradoxos da psique na consciência e chegar a um entendimento de suas complexidades" (p. 20), reforçando a necessidade de uma postura paradoxal que aceite e respeite as múltiplas facetas do *Self* para aproximar-se da totalidade psíquica, compreendida como um percurso não linear marcado por crises, regressões e reorganizações.

Assim, o trabalho pode emergir como principal campo de adaptação psíquica adulta (JUNG, 2014a, OC 8/2), capaz tanto de catalisar este movimento dialético rumo à quaternidade simbólica quanto de obstruí-lo através da inflação da *persona* profissional e suas concomitantes patologias ocupacionais, demandando intervenções psicoterapêuticas junguianas que restaurem o fluxo libidinal criativo essencial ao amadurecimento em busca da individuação (FORDHAM, 2006, p. 17), testada continuamente no campo laboral.

5.1. O *SELF*

A partir da compreensão sobre o tema a ser desenvolvido, é necessário aprofundar a percepção de *Self*, entendendo o conceito de Jung e as percepções teóricas para iniciar esse aprofundamento. "O *Self* é um conceito dinâmico que abrange a totalidade da personalidade consciente e inconsciente, sendo ao mesmo tempo o centro e a circunferência da psique" (JUNG, 2014b, OC 7/2, §448). Sendo assim, entendemos que o *Self* se encontra ao centro de toda a psique, abrangendo todos os aspectos do consciente e do inconsciente, funcionando como centro organizador que estrutura ego, *persona*, sombra e arquétipos em dinâmica quaternária (JUNG, 2014b, OC 7/2).

Jung (OC 7/2) apresenta o ego como centro da consciência, subordinado hierarquicamente ao *Self*, que atua como princípio ordenador da totalidade psíquica (STEIN, 2006). No contexto laboral, essa relação estruturante, o eixo ego-*Self*, baseado na capacidade do ego de relacionar-se com o *Self*, determina a capacidade adaptativa do indivíduo: quando o ego se inflaciona via identificação com a *persona* profissional (Jung, OC 7/2), pode ocorrer o distanciamento desse eixo orientador, favorecendo um estado de desequilíbrio que, sob a ótica analítica, permite compreender o burnout como uma possível manifestação de um processo regressivo da libido. Murray Stein esclarece que o ego-complexo, embora essencial para decisões executivas no mundo externo, deriva sua estabilidade de colisões com o inconsciente, onde o *Self* opera como centro transcendente; sem essa conexão, o ego fragmenta-se em reações compulsivas típicas da exaustão ocupacional (STEIN, 2006).

Entretanto, a partir dessa percepção, a noção de *Self* pode ser ampliada para além de uma definição estrutural, sendo compreendida como um princípio ordenador da personalidade e a própria totalidade psíquica, que atua silenciosamente na orientação do desenvolvimento. Em Fordham, essa dimensão aparece como um movimento contínuo de deintegração e reintegração, no qual a personalidade vai se tornando mais complexa à medida que o sujeito elabora suas experiências e responde aos impactos do meio. Assim, o *Self* não apenas contém a totalidade da psique, mas também impulsiona sua transformação, permitindo que o processo de amadurecimento não se restrinja à infância, mas acompanhe toda a trajetória do indivíduo. (FORDHAM, 2002).

Em consequência, ao buscar compreender o funcionamento *do Self* no desenvolvimento humano, identificamos que "Durante os primeiros anos de vida percebe-se claramente na criança como a consciência se vai formando por um agrupamento gradual de fragmentos. Este processo propriamente nunca cessa no decurso da vida inteira" (Jung, 1981, p. 162), sendo assim, Jung define que no início vemos uma falta de estrutura da psique infantil, a qual vai se desenvolvendo. Complementando essa percepção, vemos que:

O *Self* primário do bebê é radicalmente perturbado pelo nascimento, invadido por estímulos internos e externos que geram ansiedade. [...] segue-se o período de latência, depois as perturbações da adolescência, uma maturidade relativamente estável, até que os processos de integrativos-integrativos se repetem na maturidade (Fordham, 2006, p. 89).

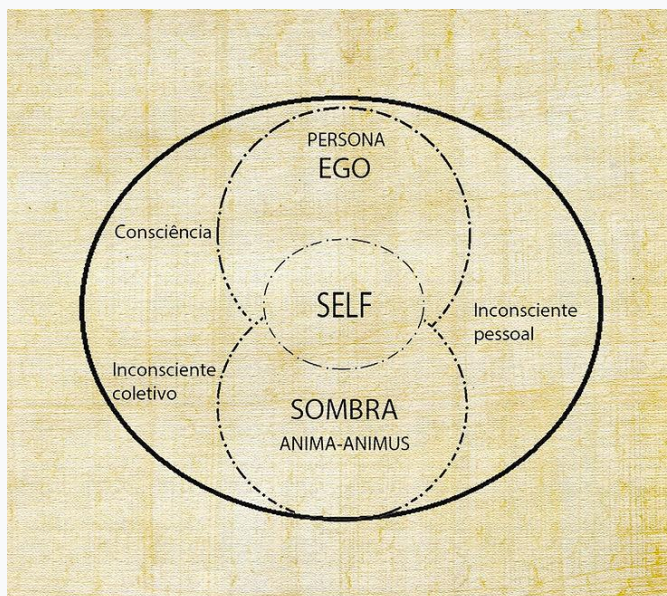
Ou seja, entendemos um processo de amadurecimento do *Self* ao longo da vida, se apresentando em constante desenvolvimento.

Entendendo essa trajetória do *Self* de se desenvolver junto ao indivíduo, Segundo STEIN (2020), individuar-se consiste em "tomar consciência do que nos é dado" biologia, história pessoal e inconsciente criativo, para desenvolvê-lo plenamente, realizando assim o *Self* através da consciência emergente (STEIN, 2020, p. 12). Reforçando a importância do externo e do interno no processo de autodesenvolvimento, buscando se aprimorar da melhor maneira possível.

Entretanto, torna-se possível supor que o eixo ego-*Self* não se refere apenas a uma relação hierárquica, mas a uma dependência funcional permanente, na qual o ego precisa manter contato com a totalidade psíquica para não se reduzir às exigências imediatas da adaptação externa. Quando esse vínculo se enfraquece, especialmente em contextos de pressão e sobrecarga, o ego tende a estreitar sua percepção e a se fixar em respostas rígidas, perdendo a flexibilidade necessária para sustentar o desenvolvimento. Desse modo, a crise não indica somente um colapso, mas também uma tentativa da psique de reorientar o sujeito para uma organização mais ampla de si mesmo. (FORDHAM, 2002).

Na figura 1 a seguir, podemos ilustrar a posição do *Self* enquanto centro da psique, e o ego na parte superior, sendo localizado como parte de toda a totalidade psíquica, mas estando presente na consciência, quando vemos a persona próximo do ego, dentro dessa consciência vemos que ambos se manifestam para fora do indivíduo, entendemos que a relação a ser descrita a seguir, refere-se a uma manifestação direcionada pelo *Self*, mas guiada propriamente pelo ego, tanto que, quando o eixo ego- *Self* se distancia, vemos um adoecimento puxando de volta esse ego, para se reorganizar, sendo essa força o que será discutido sobre esse movimento do *Self* para o equilíbrio psíquico. Diante dessa relação, torna-se necessário aprofundar a relação entre ego e *Self*, pois é justamente nessa articulação que se evidencia o modo como a psique sustenta, ou compromete, o equilíbrio do sujeito diante das exigências do mundo externo.

Figura 1: Diagrama da estrutura da psique junguiana mostrando *Self*, Ego, Sombra, Persona, Anima/Animus e mundos interno/externo



Nota. Adaptado de Psicólogo Douglas de Macedo, s.d.,
https://www.psicologodouglasdemacedo.com.br/post/___1

5.1.1 o eixo ego-*Self*

O eixo ego-*Self* constitui a relação estruturante fundamental da psique, onde o ego emerge como dependente do *Self* ordenador. "O ego não está presente no início; ele se desenvolve a partir do *Self* primário através de processos de desintegração e reintegração que caracterizam o desenvolvimento infantil" (FORDHAM, 2006). Esse processo culmina com "o ego é um derivado do si-mesmo e permanece em relação de dependência com ele durante toda a vida" (FORDHAM, 2006). Vemos o ego como algo desenvolvido no decorrer da tomada de consciência do indivíduo, pois, é conhecido que o ego está presente na consciência do si-mesmo.

A partir dessa percepção, o eixo ego-*Self* pode ser compreendido como a articulação pela qual a consciência se mantém vinculada à totalidade psíquica sem perder completamente sua capacidade de adaptação ao mundo externo. O ego, embora necessário para a mediação com a realidade externa, não constitui uma instância autônoma, pois sua estabilidade depende da continuidade desse vínculo com o *Self*. Quando essa relação se enfraquece, sobretudo em contextos de exigência excessiva, o ego tende a se tornar rígido, restringindo seu campo de experiência e reduzindo a possibilidade de elaboração simbólica. Desse modo, o sofrimento psíquico pode ser entendido como expressão de uma ruptura nessa dinâmica, em que a consciência já não consegue se orientar de forma integrada entre as demandas internas e externas. (FORDHAM, 2002).

No contexto laboral, essa dependência hierárquica determina a saúde psíquica do trabalhador. "O ego é o centro da consciência [...] mas ele é apenas um complexo entre outros, embora seja o complexo central da consciência" (STEIN, 2006). Ou seja, o ego de certa forma pertence ao *Self*, de modo a direcionar e conduzir o indivíduo partindo apenas da consciência. Complementando, "o ego é um dado complexo formado primeiramente por uma percepção geral do próprio corpo e, depois, pelos registros da memória" (JUNG, 2014a, OC 8/2, §118, p. 118), revelando sua base somática que o trabalho constantemente testa. Sendo muitas vezes responsável pelas tomadas de decisão, não acessando ao inconsciente, decidindo seguindo apenas o que está presente no ego.

Quando o ego laboral se inflaciona, pode ocorrer o distanciamento desse eixo essencial. Como sistema aberto, "um processo de adaptação que se desenrola entre o indivíduo e o seu meio ambiente, tanto interno quanto externo" (JUNG, 2014a, OC 8/2, §423), a psique responde à obstrução laboral: "quando a progressão da libido é impedida por um obstáculo que não pode ser superado, ocorre uma regressão; a libido recua para o passado e ativa imagens infantis" (JUNG, 2014a, OC 8/2, §62-63). Temos aqui uma demonstração de como o distanciamento do ego com o *Self*, pode prejudicar o indivíduo, pois é nesse momento que temos um redirecionamento da libido, tentando buscar o equilíbrio, e consequentemente, essa regressão gera o adoecimento.

O burnout emerge como sintoma desse rompimento, mas também como oportunidade. "A individuação é frequentemente iniciada por uma crise ou um bloqueio no caminho da vida, onde as antigas formas de adaptação do ego não funcionam mais" (STEIN, 2020, p. 42). Esse rompimento laboral pode atuar como chamado regulador do *Self*, restaurando o equilíbrio perdido ou agravando a dissociação, conforme a resposta do ego. Considerando que o eixo ego-*Self* estrutura internamente a saúde psíquica, é pela persona que essa dinâmica se manifesta no mundo externo. No contexto laboral, a *persona* funciona como a interface entre o indivíduo e as demandas coletivas do trabalho, sendo, portanto, o elemento que mais diretamente expressa, ou distorce, a relação entre ego e *Self* no cotidiano profissional.

5.2. PERSONA NO AMBIENTE DE TRABALHO

Para iniciar essa seção, se faz necessário entender o que seria essa *persona*, dentro da teoria de psicologia profunda, vemos que ela "representa um compromisso entre o indivíduo e a sociedade, acerca daquilo que alguém parece ser: nome, título, ocupação, isto ou aquilo" (JUNG, 2014b, OC 7/2, §246). Ou seja, uma representação social para se encaixar dentro de

um contexto, "ela é uma simples máscara da psique coletiva, máscara que aparenta uma individualidade, procurando convencer aos outros e a si mesma que é uma individualidade, quando, na realidade, não passa de um papel, no qual fala a psique coletiva" (JUNG, 2014b, OC 7/2, §245). Compreendemos a importância da *persona* pela proteção individual de permitir o outro de ter acesso apenas ao que foi filtrado por essa *persona*.

A consciência da *persona* no contexto profissional permite o reconhecimento dos limites entre o papel social e a individualidade, prevenindo identificações rígidas e promovendo uma postura profissional mais integrada (STEABBINS, 2017, apud SCHMIDT, 2025, p. 231). Nessa perspectiva, vemos que a *persona* pode ser bem integrada no ambiente de trabalho, levantando questões em relação à forma que essa forma de se posicionar nesse ambiente pode ser positiva e bem desenvolvida, ou negativa e gerar um sofrimento. Entretanto, quando a *persona* não se apresenta de forma positiva, cristaliza-se em rigidez patológica. Jung (2014) adverte que "a *persona* não passa de uma parcela da psique coletiva" (JUNG, 2014b, OC 7/2, §244), e sua identificação exclusiva pelo ego produz o que ele denomina inflação da *persona*, onde o indivíduo confunde seu ser com o papel ocupacional. Sendo assim, "o grande perigo psíquico ligado à individuação, o tornar-se quem se é, reside na identificação da consciência do eu com o si-mesmo. Isso produz uma inflação que ameaça dissolver a consciência" (JUNG, 2016, OC 9/1, §254), podendo desestabilizar o indivíduo de modo a prejudicá-lo, através da identificação do ego com a *persona*, e o distanciamento do eixo ego-*Self*.

Identificamos então que a *persona* desempenha papel essencial na adaptação profissional e construção da identidade laboral, mas sua rigidez excessiva ou identificação patológica gera desconexão com o *Self* e sofrimento psíquico (SCHMIDT, 2025), ou seja, pode favorecer o distanciamento do *Self* ordenador. À luz da Psicologia Analítica, sugere-se que o sofrimento psíquico decorrente dessa dinâmica possa ser compreendido como uma manifestação de um processo regressivo da libido, permitindo interpretar o burnout como sinal desse desequilíbrio. Portanto, é necessário aprimorar os estudos referentes à saúde mental no trabalho para que, ao identificar as questões no ambiente laboral, possa ter intervenções antes dessa desconexão ser gerada, direcionando o indivíduo para o bem-estar e satisfação com o ambiente que se encontra.

5.3. RELAÇÃO TRABALHO E INDIVÍDUO

Borsoi (2007) destaca a centralidade do trabalho na existência humana, comparando sua importância às relações amorosas e ao sono essencial, ao afirmar que ele satisfaz tanto

necessidades corporais quanto fantasias psíquicas. O autor enfatiza, contudo, que apesar desta relevância vital, o trabalho só tardiamente passou a integrar de forma sistemática os estudos sobre saúde mental. Contudo, é importante reforçar que o fato do trabalho constitui grande pilar de importância para a sociedade. Segundo Medeiros et al. (2025), o trabalho transcende sua função econômica ao estruturar a subjetividade e a identidade humana, assimilando valores como disciplina e eficiência no modelo industrial, mas podendo gerar conflitos identitários frente à flexibilização, precarização e intensificação laboral que fragilizam os trabalhadores sob pressões históricas e institucionais (p. 6).

Medeiros *et al.* (2025) analisam o filme *Tempos Modernos* como ilustração da alienação laboral, em que "o trabalhador se funde à máquina produtiva, invertendo a relação de domínio e exemplificando a perda identitária sob o capitalismo industrial" (MEDEIROS *et al.*, 2025, p. 8-9). Essa dinâmica reflete a centralidade histórica do trabalho na existência humana, intensificada pela Revolução Industrial com sua exploração massiva, e perpetuada pela crença moral de que "o trabalho enobrece" (MEDEIROS *et al.*, 2025, p. 8-9), avaliando o indivíduo por sua produtividade mesmo em condições exaustivas ou mal remuneradas, o que gera culpa ética pela ociosidade (p. 8-9). Vê-se que a construção da identidade pessoal pode encontrar-se estreitamente vinculada à função exercida no ambiente de trabalho.

Nesse sentido, a dimensão coletiva do trabalho também opera em níveis que escapam à consciência individual. Stein e Hollwitz (1992) argumentam que as organizações utilizam seus membros para representar papéis presentes no inconsciente coletivo do grupo, de modo que aquilo que se chama de cultura organizacional não é apenas um conjunto de normas explícitas, mas o resultado de funções e representações de natureza arquetípica, em sua maior parte motivadas e moldadas inconscientemente. Essa perspectiva amplia a compreensão do adoecimento laboral: o trabalhador não responde apenas a exigências racionais e contratuais, mas é convocado, muitas vezes sem perceber, a encarnar figuras arquetípicas que a organização projeta coletivamente. Quando essa convocação inconsciente sobrepõe à persona adaptativa do indivíduo, intensifica-se o distanciamento do eixo ego-*Self*, tornando o ambiente de trabalho não apenas exigente, mas estruturalmente desorientador para a psique.

Diante desta centralidade identitária do trabalho, analisaremos em seguida como a relação positiva *Self*-trabalho catalisa, não sendo o único responsável para o processo, mas pode favorecer a individuação, enquanto sua dinâmica patológica precipita regressão libidinal e burnout, conforme hipótese inicial.

5.4. RELAÇÃO POSITIVA *SELF* E TRABALHO

Quando analisamos todos esses aspectos individualmente, vemos que o *Self*, enquanto aspecto central da psique, mas também ponto abrangente de tudo, interage com diversos elementos do consciente e do inconsciente, incluindo a *persona*. A *persona* aparece como elemento principal ao entendermos ser a responsável pela forma como o indivíduo se apresenta no ambiente laboral, uma ‘máscara’ (JUNG, 2014b, OC 7/2) que, conforme já discutido, não é por si só necessariamente positiva ou negativa. Por fim, o trabalho identifica-se como parte intrínseca do dia a dia do ser humano, podendo gerar a identidade pessoal, qualidade de vida e status social, configurando-se como aspecto de peso na existência individual.

O trabalho significativo pode favorecer determinadas condições para o processo de individuação, ao fortalecer a capacidade do ego de relacionar-se com o *Self*. "O *Self* é um conceito dinâmico que abrange a totalidade da personalidade consciente e inconsciente, sendo ao mesmo tempo o centro e a circunferência da psique" (JUNG, 2014b, OC 7/2, §448). Esta orientação simbólica proveniente do *Self* revela o trabalho adulto como arena principal de reintegração psíquica. Fordham demonstra que os processos de individuação operam continuamente desde a infância, culminando na maturidade laboral como espaço de síntese consciente-inconsciente (FORDHAM, 2006, p. 89).

Quando alinhado ao propósito interno, o ofício laboral transcende sua função econômica, podendo atuar como container simbólico que canaliza a libido criativa rumo à quaternidade psíquica. Jung enfatiza que a psique se constitui como "um sistema aberto; é um processo de adaptação que se desenrola entre o indivíduo e o seu meio ambiente, tanto interno quanto externo" (JUNG, 2014a, OC 8/2, §423), posicionando o ambiente laboral como principal campo de confronto adaptativo adulto.

Medeiros *et al.* (2025) corroboram clinicamente esta perspectiva ao demonstrar que o trabalho constitui "elemento central na construção da identidade do indivíduo, sendo reconhecido socialmente como principal definidor do valor pessoal" (MEDEIROS *et al.*, 2025, p. 3), auxiliando na estruturação da *persona* adaptativa em direção ao *Self* enquanto princípio ordenador. A relação positiva *Self*-trabalho pode manifesta-se na capacidade do indivíduo de sustentar os paradoxos junguianos essenciais à totalidade psíquica. Stein sintetiza este movimento maturacional ao afirmar que individuar-se consiste em "tomar consciência dos conteúdos inconscientes para desenvolvê-los plenamente rumo ao *Self*" (STEIN, 2020, p. 12).

Sob esta ótica clínica, o trabalhador que integra conscientemente sua *persona* profissional com o *Self* transcende a mera adaptação social, transformando demandas laborais em oportunidades simbólicas de crescimento interior, pode ter relação com a autorrealização

pessoal. O ofício ressonante não apenas pode preservar a saúde mental, mas emerge como possível eixo em busca da individuação, onde "a consciência se vai formando por um agrupamento gradual de fragmentos" (JUNG, 1981, p. 162) ao longo de toda a existência. A psicoterapia junguiana aplicada ao contexto laboral pode ampliar essa consciência de busca de si-mesmo, auxiliando o sujeito a diferenciar *persona* adaptativa de identificação patológica. O trabalho significativo, longe de fragmentar a psique, revela-se como um grande mediador entre ego e *Self*, canalizando a libido regressiva em símbolos criativos que estruturam a totalidade psíquica.

Empiricamente, indivíduos com estado psíquico saudável mantêm "relações conflituosas menos intensas e ambiente competitivo excessivo mitigado por suporte social" (BIAZZI, 2013 apud Revista FT, 2022), apresentando menores níveis de burnout graças a resiliência e autoeficácia elevadas (BIAZZI, 2013 apud Revista FT, 2022). Este artigo apresenta uma revisão integrativa demonstrando que "indivíduos com estratégias adaptativas [...] tendem a apresentar menores níveis de burnout, enquanto aqueles com enfrentamentos desajustados estão mais propensos ao esgotamento" (BIAZZI, 2013 apud Revista FT, 2022) evidenciando menor risco de adoecimento quando a relação trabalho-*Self* permanece equilibrada.

Esta dinâmica positiva *Self*-trabalho direciona o trabalhador para o processo de individuação propriamente dita, ou seja, um processo não linear, mas espiralado, onde cada ciclo laboral consciente pode reintegrar fragmentos dissociados, aproximando o indivíduo da quaternidade simbólica junguiana. Em resumo, uma atividade profissional que possibilite o desenvolvimento de potencialidades individuais, aprofundamento em aspectos da personalidade e sentido de vida, para além da prisão na adequação social conduz para o desenvolvimento do eixo ego-*Self*. A individuação constitui o objetivo último da vida humana, conforme Jung (JUNG, 2014d, OC 17), sendo normalmente concretizada apenas na segunda metade da existência, quando o confronto com a sombra e os arquétipos permite a realização plena do *Self* (JUNG, 1981, p. 226). Sendo um direcionamento positivo para o desenvolvimento individual, o trabalho significativo pode possibilitar este objetivo final ao longo de décadas de maturação psíquica contínua.

Entretanto, essa relação positiva entre o *Self* e trabalho não é garantida. Quando as condições laborais passam a exigir uma identificação crescente e exclusiva com o papel profissional, o mesmo trabalho que poderia catalisar a individuação, pode converter-se em fonte de regressão psíquica. É essa dinâmica inversa, e seus efeitos sobre o indivíduo, que a seção seguinte se propõe a examinar.

5.5 RELAÇÃO NEGATIVA *SELF* E TRABALHO

Quando a relação *Self*-trabalho pode sugerir uma identificação patológica com a *persona* profissional, favorece-se a regressão libidinal. "O conflito estanca todo progresso e a detenção da vida que disso resulta é sinônimo de neurose" (JUNG, 2014b, OC 7/2, p. 206). No contexto laboral, obstáculos intransponíveis como "sobrecarga de trabalho, assédio moral e metas excessivas" (CORNO, 2026) obstruem a libido progressiva, revertendo-a contra o *Self* em espiral regressiva (CORNO, 2026). A inflação da *persona* ocorre quando "a consciência do ego possa identificar-se com ela [*persona*] de modo exclusivo", gerando "reações da parte do inconsciente" compensatórias (JUNG, 2014b, OC 7/2, §247). O trabalhador pode confundir seu ser com o papel ocupacional, favorecendo o distanciamento da capacidade do ego de relacionar-se com o *Self* e cristalizando a psique em rigidez patológica.

A síndrome de burnout se manifesta clinicamente em três eixos centrais, descritos a partir das pesquisas de Christina Maslach: a exaustão emocional, caracterizada pelo esgotamento físico e mental que impede o trabalhador de realizar suas tarefas; a despersonalização, que se expressa como apatia e visão distorcida das relações e do ambiente de trabalho; e a queda de realização pessoal, marcada pela insatisfação crescente com a própria atividade profissional (ROSENO et al., 2025). Esse processo não surge de forma abrupta, mas se instala de maneira progressiva e cumulativa, agravado por condutas abusivas, sobrecarga mental, falta de reconhecimento e metas impossíveis, que desgastam o indivíduo ao longo do tempo (ROSENO et al., 2025). Sob a perspectiva junguiana, sugere-se que esses três eixos correspondem precisamente ao colapso do eixo ego-*Self*: a exaustão reflete o esgotamento do ego sem ancoragem no *Self* regulador; a despersonalização expressa a dissociação entre a *persona* inflacionada e a totalidade psíquica; e a perda de realização sinaliza o afastamento do indivíduo de seu processo de individuação.

Corno (2026) sistematiza os riscos psicossociais da NR-1/2026: "sobrecarga de trabalho, assédio moral, pressão por metas desproporcionais e conflitos interpessoais" (CORNO, 2026) como fatores obrigatórios no Programa de Gerenciamento de Riscos (PGR), evidenciando como demandas externas sufocam a totalidade interna. Empiricamente, "indivíduos com estratégias adaptativas tendem a apresentar menores níveis de burnout, enquanto aqueles com enfrentamentos desajustados estão mais propensos ao esgotamento" (BIAZZI, 2013 apud Revista FT, 2022).

A hiper identificação profissional pode elevar significativamente os riscos de colapso psíquico. Esta dinâmica podendo culminar na fragmentação do *Self*, onde "a *persona* não passa

de uma parcela da psique coletiva [...] um segmento arbitrário da psique coletiva, elaborado às vezes com grande esforço" (JUNG, 2014b, OC 7/2, §244-245). Medeiros et al. (2025) ilustram esta alienação em *Tempos Modernos*: "o trabalhador se funde à máquina produtiva, exemplificando a perda identitária" (MEDEIROS et al., 2025, p. 8-9). A psicoterapia junguiana revela-se essencial para auxiliar na restauração desta relação rompida, reconectando ego e *Self* através da análise simbólica dos sonhos laborais e ampliação da consciência além da *persona* profissional. Sem intervenção, a regressão libidinal laboral conduz ao burnout.

Ainda no âmbito dos conflitos que emergem dessa dinâmica patológica, Stein e Hollwitz (1992) oferecem uma contribuição relevante ao analisarem o fenômeno do bode expiatório no contexto corporativo. Segundo os autores, quando o conflito central de uma organização se concentra em torno de um indivíduo que passa a carregar as projeções coletivas da sombra grupal, esse processo, embora doloroso e desumanizador na superfície, pode funcionar como catalisador de uma nova consciência organizacional, desde que conduzido com discernimento. O choque de opostos gerado por essa tensão, quando elaborado simbolicamente, permite que o grupo avance em maturidade psíquica coletiva. Sob a perspectiva junguiana, esse mecanismo evidencia como a sombra não assimilada de uma organização encontra expressão através de seus membros mais vulneráveis, reforçando a urgência de intervenções que não se limitem ao indivíduo isolado, mas alcancem a dinâmica inconsciente do coletivo de trabalho. Assim, o sofrimento do trabalhador identificado como bode expiatório não representa apenas uma disfunção interpessoal, mas tem a possibilidade de ser um sintoma da incapacidade organizacional de integrar seus próprios conteúdos sombrios, o que agravaria, neste caso, o rompimento do eixo ego-*Self* e potencializa os riscos de adoecimento severo, incluindo o burnout.

Desta forma, sugere-se que o burnout (CID-11 QD85) configura-se como manifestação clínica de uma regressão libidinal, quando a inflação patológica da *persona* profissional sufoca o confronto arquetípico com o *Self*, cristalizando a psique em exaustão, despersonalização e perda de eficácia (OMS, 2025). Esta patologia laboral, através do olhar da teoria junguiana, pode ser agravada pelos estressores psicossociais da NR-1/2026 (Corno, 2026), demanda intervenção terapêutica profunda capaz de favorecer o fluxo libidinal criativo e reconectar ego e *Self* através da análise simbólica. A psicoterapia junguiana emerge, assim, como instrumento privilegiado para dissolver a identificação patológica com a *persona* laboral, reintegrando os conteúdos inconscientes que contêm "as sementes do desenvolvimento individual" (JUNG, 2014b, OC 7/2, §247).

5.6. IMPORTÂNCIA DA PSICOTERAPIA JUNGUIANA PARA O FORTALECIMENTO DO *SELF*

O *Self*, como centro regulador da totalidade psíquica (JUNG, 2014b, OC 7/2, §247), emerge na psicoterapia junguiana como princípio organizador que equilibra a relação patológica ego-trabalho, restaurando o fluxo libidinal progressivo bloqueado pela inflação da *persona* profissional. "O si-mesmo inconsciente [...] não deixa de estar sempre presente, fazendo-se sentir" (JUNG, 2014b, OC 7/2, §247) através de conteúdos compensatórios que, integrados via ampliação simbólica, podem auxiliar na dissolvência da rigidez adaptativa laboral.

A terapia analítica catalisa o desenvolvimento do *Self* através do método dialético, "o terapeuta não é mais um sujeito ativo, mas vivencia junto um processo evolutivo individual" (JUNG, 2014c, OC 16/1, §7) e da fantasia ativa (JUNG, 2014c, OC 16/1, §102-106), promovendo a individuação como "desenvolvimento da personalidade individual" (JUNG, 2014d, OC 9/i, §490) rumo à quaternidade psíquica (JUNG, 2015, OC 9/II, §270). Em cenários que, à luz da Psicologia Analítica, podem ser interpretados como burnout, porque o inconsciente atua como sistema autorregulador, enviando sinais compensatórios (sonhos, sintomas físicos, perda de motivação) que interrompem a identificação unilateral com a *persona* profissional e restauram o equilíbrio psíquico (JUNG, 2014c, OC 16/1, §7).

Sendo assim, o método dialético permite que esses conteúdos arquetípicos emergjam, dissolvendo a rigidez adaptativa laboral através da ampliação simbólica e fantasia ativa (JUNG, 2014c, OC 16/1, §102-106), transformando o colapso do ego-trabalho em oportunidade de individuação onde "o paciente se torna aquilo que de fato ele é" (JUNG, 2014c, OC 16/1, §11). O *Jung Center's Mind Body Spirit Institute* comprova empiricamente esta eficácia na redução de burnout, melhoria da produtividade e saúde em profissionais de saúde, educação e corporações (HART, 2025), validada pela NR-1/2026 como gestão de riscos psicossociais graves (CORNO, 2026). Por conseguinte, a partir do diálogo da psicoterapia com o bem-estar integral do indivíduo, a relação *Self*-trabalho é fonte de elaborações em terapia, auxiliando no desenvolvimento do indivíduo e buscando diminuir os riscos de adoecimento.

6. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Este estudo demonstra que o trabalho, como principal campo de adaptação psíquica adulta, pode favorecer determinadas condições para o processo de individuação, rumo à

estruturação do *Self* ou precipitar regressão libidinal culminando em burnout quando há identificação patológica com a *persona* profissional (JUNG, 2014a, OC 8/2; JUNG, 2014b, OC 7/2), ou ser interpretado, sob a ótica analítica, como fonte de uma regressão libidinal sugerindo a manifestação do burnout quando ocorre a identificação patológica com a *persona* profissional.

A análise sistemática confirma a hipótese central: o ofício laboral alinhado ao propósito interno e mediado por uma *persona* adaptativa pode fortalecer a capacidade do ego de relacionar-se com o *Self*, o princípio ordenador da personalidade, favorecendo a totalidade psíquica, canalizando a libido criativa através da interação dinâmica consciente-inconsciente que Fordham (2006) demonstra iniciar na infância e Stein (2020) caracteriza como "tomar consciência do que nos é dado" (STEIN, 2020) para pleno desenvolvimento. Inversamente, obstáculos intransponíveis como sobrecarga laboral e assédio moral, sistematizados pela NR-1/2026 (CORNO, 2026), obstruem esta progressão, gerando inflação da *persona* (JUNG, 2014b, OC 7/2, §246) e fragmentação do *Self*, pela identificação do ego com a *persona*.

A psicoterapia junguiana emerge como intervenção privilegiada, utilizando o método dialético em que "o terapeuta não é mais um sujeito ativo, mas vivencia junto um processo evolutivo individual" (JUNG, 2014c, OC 16/1, §7), e técnicas como ampliação simbólica e fantasia ativa (JUNG, 2014c, OC 16/1, §102-106) para transformar colapsos laborais em oportunidades de individuação. Esta abordagem restaura o fluxo libidinal bloqueado, reconectando ego e *Self* através da análise de conteúdos compensatórios (sonhos laborais, sintomas somáticos) que interrompem a rigidez adaptativa profissional, promovendo o "desenvolvimento da personalidade individual" (JUNG, 2014d, OC 9/i, §490) rumo à quaternidade psíquica (JUNG, 2015, OC 9/II, §270).

Diante desta compreensão teórica e clínica consolidada, o trabalho profissional revela-se campo fértil para o amadurecimento psíquico quando consciente e destrutivo quando inconsciente. A *persona* adaptativa, longe de ser mera máscara social, constitui-se em ponte essencial entre indivíduo e coletivo que, quando integrada ao *Self*, canaliza demandas laborais rumo à individuação. Contudo, sua inflação patológica, amplamente documentada por Schmidt (2025) e Moraes (2025) entre profissionais de saúde e educação, sinaliza urgência clínica imediata. A NR-1/2026 não surge como mera regulamentação administrativa, mas como reconhecimento oficial da dimensão arquetípica do sofrimento laboral, demandando das organizações monitoramento sistemático dos sinais regressivos e implementação de intervenções psicoterapêuticas preventivas (CORNO, 2026).

O raciocínio junguiano aqui desenvolvido permite interpretar que burnout não é falha individual, mas sintoma coletivo de desequilíbrio *Self*-trabalho estrutural. Os 546.254

afastamentos de 2025 configuram-se como retrato do cenário de adoecimento psíquico presente no mercado atual, onde a hiperprodutividade idolatra a *persona* profissional às custas da totalidade humana (G1 GLOBO, 2026). A psicoterapia analítica oferece não apenas tratamento reativo, mas prevenção proativa através da análise simbólica que transforma exaustão em individuação, rigidez em flexibilidade psíquica, e colapso em oportunidade de "tornar-se aquilo que de fato se é" (JUNG, 2014c, OC 16/1, §11).

O trabalho, assim compreendido, transcende sua função econômica para revelar-se verdadeiro confronto na vida adulta que exige mediação terapêutica sob pena de neurose coletiva (JUNG, 2014d, OC 17). A psicoterapia junguiana permanece como via essencial para transformar esta tensão essencial em realização do *Self*, onde "os ideais são apenas os indicadores do caminho e não as metas visadas" (JUNG, 1981, p. 226).

REFERÊNCIAS

BORSOI, I. C. F. Da relação entre trabalho e saúde à relação entre trabalho e saúde mental. *Psicologia & Sociedade*, Florianópolis, v. 19, n. spe, p. 103-111, 2007.

BRASIL. Ministério da Previdência Social. *Estatísticas de benefícios por transtornos mentais: dados de 2025*. Brasília, DF: Ministério da Previdência Social, 2026.

CHEVALIER, Jean; GHEERBRANT, Alain. *Dicionário de símbolos: mitos, sonhos, costumes, gestos, formas, figuras, cores, números*. Coordenação da edição brasileira e atualização de Carlos Sussekind. 37. ed. Rio de Janeiro: José Olympio, 2022.

CORNO, A. NR-1/2026: gestão de riscos psicossociais no trabalho. São Paulo: *InPACTO*, 2026. Disponível em: <https://inpacto.org.br/saude-mental-e-a-nova-nr1-o-que-muda-em-2026/>. Acesso em: 23 fev. 2026.

FORDHAM, M. *A criança como indivíduo*. São Paulo: Cultrix, 2006.

FORDHAM, Michael. *Explorations into the Self*. London: Karnac Books, 2002. (The Library of Analytical Psychology, v. 7).

G1 GLOBO. Brasil tem mais de 546 mil afastamentos por saúde mental em 2025 e número segue crescendo. *G1, São Paulo*, 26 jan. 2026. Disponível em: <https://g1.globo.com/trabalho-e-carreira/noticia/2026/01/26/brasil-tem-mais-de-546-mil-afastamentos-por-saude-mental-em-2025-e-b.html>. Acesso em: 23 fev. 2026.

HART, R. Empirical validation of Jungian psychotherapy for burnout prevention: Jung Center's Mind Body Spirit Institute findings. *Journal of Analytical Psychology*, New York, v. 70, n. 2, p. 245-267, 2025.

InPACTO. Saúde mental e a nova NR-1: o que muda em 2026. São Paulo: *InPACTO*, 2026. Disponível em: <https://inpacto.org.br/saude-mental-e-a-nova-nr1-o-que-muda-em-2026/>. Acesso em: 23 fev. 2026.

JUNG, C. G. Aion: estudo sobre o simbolismo do si-mesmo. OC v. IX/2, Petrópolis: Vozes, 2013.

JUNG, C. G. A natureza da psique. OC v. VIII/2, Petrópolis: Vozes, 2014a.

JUNG, C. G. A prática da psicoterapia: ensaios selecionados. OC v. XVI/1, Petrópolis: Vozes, 2014c.

JUNG, C. G. Dois escritos sobre psicologia analítica: o eu e o inconsciente. OC v. VII/2, Petrópolis, RJ: Vozes, 2014b.

JUNG, C. G. O desenvolvimento da personalidade. OC v. XVII, Petrópolis, RJ: Vozes, 2014d.

JUNG, C. G. Os arquétipos e o inconsciente coletivo. OC v. IX/1, Petrópolis, RJ: Vozes, 2016.

MEDEIROS, A. J. M. et al. *Trabalho, identidade e adoecimento psíquico: o impacto do transumanismo e a contribuição da NR-1 para a saúde mental*. 2025. 45 f. Dissertação (Mestrado em Psicologia Organizacional) – Anima Educação, Belo Horizonte, 2025. Disponível em: <https://repositorio.animaeducacao.com.br/items/49ad9eba-61b8-433a-8127-58975fc3369b>. Acesso em: 25 fev. 2026.

MORAES, L. A. de. *Persona, carreira e saúde mental: um estudo com docentes do ensino superior*. 2025. 391 f. Tese (Doutorado em Psicologia) – Universidade Federal de Santa Catarina, Florianópolis, 2025. Disponível em: <https://repositorio.ufsc.br/handle/123456789/267253>. Acesso em: 25 fev. 2026.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE. CID-11: *classificação internacional de doenças*. Genebra: OMS, 2025. Disponível em: <https://icd.who.int/browse11/l-m/en>. Acesso em: 23 fev. 2026.

MACEDO, D. Diagrama da estrutura da psique humana. São Paulo, s.d. Documento eletrônico. Disponível em: https://www.psicologodouglasdemacedo.com.br/post/____1. Acesso em: 30 mar. 2026.

ROSENO, Gabriel Freire et al. Síndrome de burnout ou síndrome do esgotamento profissional: uma revisão bibliográfica. *Revista Universitária Brasileira*, [S. l.], v. 3, n. 1, 2025. Disponível em: <https://www.revistaub.com/index.php/RUB/article/view/160>. Acesso em: 27 jun. 2026.

SCHMIDT, L. *Persona, carreira e saúde mental: um estudo com psicólogos*. 2025. 280 f. Tese (Doutorado em Psicologia) – Universidade Federal de Santa Catarina, Florianópolis, 2025.

STEIN, M. *Jung e o caminho da individuação*. São Paulo: Cultrix, 2020.

STEIN, Murray. *Jung: O mapa da alma: uma introdução*. São Paulo: Cultrix, 2006.

STEIN, Murray; HOLLWITZ, John (ed.). *Psyche at work: workplace applications of Jungian analytical psychology*. Wilmette, IL: Chiron Publications, 1992.

VOCÊ S/A. Saúde mental, assédio e riscos psicossociais: temas ganham prioridade na agenda das empresas. *Você S/A*, São Paulo, 15 fev. 2026. Disponível em: <https://vocesa.abril.com.br/sociedade/saude-mental-assedio-e-riscos-psicossociais-temas-ganham-prioridade-na-agenda-das-empresas>. Acesso em: 23 fev. 2026.