





## O “princípio do paradoxo” na psicologia existencial-humanista de Schneider: contribuições de Søren Kierkegaard

### The “Principle of the Paradox” in Schneider’s Existential-humanist Psychology Contributions By Søren Kierkegaard

### El “Principio de la Paradoja” Em La Psicología Humanista Existencial de Schneider Contribuciones de Søren Kierkegaard

Carlos Campelo da Silva  

Universidade Metodista de Piracicaba (UNIMEP), Brasil

#### RESUMO

Esse trabalho tem como objetivo apresentar o conceito de “princípio do paradoxo” na Psicologia Existencial-Humanista de Kirk Schneider e a influência do filósofo dinamarquês Søren Kierkegaard (1813-1855) no desenvolvimento desse conceito. Para tanto, nossa análise se concentrará na obra *O eu paradoxal* (1993) *debut* do psicólogo norte americano, onde aparece pela primeira vez o conceito de princípio do paradoxo na psicologia. Nessa obra, o autor afirma que a mente humana é um *continuum* constritivo/expansivo no qual apenas alguns aspectos são conscientes. Para Schneider, é o medo de um desses polos que constitui o eu, que leva o indivíduo à disfunção, ao extremismo e à polarização. Entretanto, Schneider não é o primeiro a apontar que a não-integração dos polos opostos que constitui a existência humana é causa de adoecimento. O primeiro a perceber isso foi Kierkegaard. Desse modo, nosso trabalho consiste em apontar *a longa sombra de Kierkegaard* neste conceito apresentado por Schneider.

**Palavras-chave:** Princípio do paradoxo; Kirk Schneider; Søren Kierkegaard. Constrição; Expansão.

#### ABSTRACT

This work aims to present the concept of “principle of paradox” in Kirk Schneider’s Existential-Humanist Psychology and the influence of the Danish philosopher Søren Kierkegaard (1813-1855) in the development of this concept. To this end, our analysis will focus on the work *The paradoxical self* (1993) *debut* by the North American psychologist, where the concept of the paradox principle in psychology appears its first time. In that work, the author states that the human mind is a constrictive / expansive continuum, in which only certain aspects are conscious. For Schneider, it is the fear of one of these poles, which constitutes the self, which leads the individual to dysfunction, extremism and polarization. However, Schneider is not the first one to point out that the non-integration of the opposite poles that constitutes human existence is a cause of illness. The first to notice this was Kierkegaard. Thus, our work consists of pointing out *the long shadow of Kierkegaard* in this concept presented by Schneider.

**Keywords:** Principle of paradox; Kirk Schneider; Søren Kierkegaard. Constriction; Expansion.

#### RESUMEN

Este trabajo tiene como objetivo presentar el concepto de “principio de paradoja” en la Psicología existencial-humanista de Kirk Schneider y la influencia del filósofo danés Søren Kierkegaard (1813-1855) en el desarrollo del concepto. Para ello, nuestro análisis se centrará en la obra *El yo paradójico* (1993) *debut* del psicólogo norteamericano, donde aparece por primera vez el concepto de principio de paradoja en psicología. En este trabajo, el autor afirma que la

mente humana es un continuo constrictivo/expansivo, en el que solo ciertos aspectos son conscientes. Para Schneider, es el miedo a uno de estos polos, que constituye el yo, lo que lleva al individuo a la disfunción, el extremismo y la polarización. Sin embargo, Schneider no es el primero en señalar que la no integración de los polos opuestos que constituye la existencia humana es una causa de enfermedad. El primero en darse cuenta de esto fue Kierkegaard. Así, nuestro trabajo consiste en señalar *la larga sombra de Kierkegaard* en este concepto presentado por Schneider.

**Palabras clave:** Principio de paradoja; Kirk Schneider; Søren Kierkegaard. Constricción; Expansión.

## 1 Introdução

Kirk Schneider (1956), atualmente o principal porta-voz da Psicologia Existencial-Humanista Norte Americana, foi o responsável por introduzir nessa abordagem o conceito de paradoxo, denominando-o “Princípio do Paradoxo”. Schneider (1993, p. 31), resumindo as suposições básicas do princípio do paradoxo, afirma que: “a psique é um *continuum* constrictivo/expansivo do qual apenas alguns aspectos são conscientes”, sendo a constrição definida como “o recolhimento e a reclusão dos pensamentos, sentimentos e sensações”, enquanto a expansão é “compreendida como a ‘explosão’ e a extensão percebida dos sentimentos e sensações”. É nessa chave que o autor irá refletir acerca da saúde psíquica, uma vez que o medo de um dos polos que constitui a existência humana, irá levá-lo à disfuncção, ao extremismo ou a à polarização (Schneider, 1993, p.31).

Esse olhar para o ser humano como uma síntese de polaridades opostas desenvolvido na obra *O eu paradoxal* (1993) por Schneider, foi abordado primeiramente pelo filósofo dinamarquês Søren Kierkegaard (1813-1855) na obra *A doença mortal* (1849) e Schneider lhe é tributário. Para o psicólogo Norte Americano “esta obra-prima produzida por Søren Kierkegaard é uma extensa análise do caráter humano” e se antecipa ao seu próprio modelo de psicologia existencial.

## 2 Metodologia

Este ensaio iniciará buscando na fonte kierkegaardiana a origem da compreensão da existência humana enquanto paradoxal, para tanto, faz-se necessário compreender a descrição de Kierkegaard das polaridades que constituem “o eu” em sua concepção. Em seguida, investigaremos a apropriação de Schneider da concepção kierkegaardiana para a criação do conceito de *princípio do paradoxo*, este conceito será fundamental para a compreensão humanista-existencial das disfunções psíquicas. E por fim, ressaltamos a importância da obra do filósofo dinamarquês para a compreensão das chamadas psicopatologias e para o trabalho de psicólogas e psicólogos.

## 3 Resultados e Discussão

Na obra *A doença mortal* (1849), o filósofo Søren Kierkegaard, sob o heterônimo Anti-Climacus, apresenta a concepção de ser humano como uma síntese de polaridades opostas. No primeiro capítulo da obra, o autor inicia com a afirmação de que *o homem é espírito* e na sequência surge uma pergunta: “mas o que é o espírito?”, o espírito, responde Anti-Climacus “é o eu”, mas o que é o eu? O eu é uma relação, entretanto, é uma relação: “que não se estabelece com qualquer coisa de alheio a si, mas consigo própria. Mais e melhor do que na relação propriamente dita, ele consiste no orientar-se dessa relação para a própria interioridade. O eu não é, a relação em si, mas sim o voltar-se sobre si própria, o conhecimento que ela tem de si própria depois de estabelecida”. (Kierkegaard, 1849/2010, p. 25).

Para que o eu seja uma relação é preciso que existam elementos que o constituam. Desse modo, o autor apresenta a sua concepção de ser humano como uma síntese de polos opostos<sup>1</sup>. Anti-Climacus/Kierkegaard irá afirmar: “O homem é uma síntese de infinito e de finito, de temporal e de eterno, de liberdade e de necessidade, é, em suma, uma síntese” (Kierkegaard, 1849/2010, p. 25). Para Kierkegaard, é a incapacidade de sustentar essa síntese que leva o ser humano ao desespero. Desse modo, o desespero pode surgir tanto como uma “perda” no infinito, quanto no finito, tanto na necessidade, quanto na possibilidade.

É no livro III de *A doença mortal* (1849) que Kierkegaard apresenta as diversas personificações do desespero. A primeira polaridade apresentada pelo autor trata-se das dimensões do finito e do infinito. Para Kierkegaard/Anti-Climacus (1849/2010, p. 47), “o eu é uma síntese de finito que delimita e de infinito que ilimita”. O desespero que se perde no infinito é o imaginário. O imaginário transporta o homem ao infinito, mas o afasta de si próprio, desviando-o de regressar a si próprio (Kierkegaard, 1849/2010, p. 47). “O que falta à pessoa no desespero do infinito é precisamente a finitude, a determinação que não deixa o si mesmo se perder no fantástico”. (Ross 2010, p. 10).

No outro polo dessa síntese está o desespero do finito. O desespero do finito é a carência de infinito e “carecer de infinito comprimi e limita desesperadamente”. (Kierkegaard, 1849/2010, p. 49-50). Trata-se aqui, segundo Kierkegaard, de uma castração espiritual, isto é, o indivíduo abandona o seu próprio projeto de ser si mesmo, busca se adaptar e, desse modo:

A contemplar as multidões à sua volta, a encher-se com ocupações humanas, a tentar compreender os rumos do mundo, este desesperado esquece-se a si próprio, esquece o seu nome divino, não ousa crer em si próprio e acha demasiado ousado sê-lo e muito mais simples e seguro assemelhar-se aos outros, ser uma imitação servil, um número confundido no rebanho. (Kierkegaard, 1849/2010, p. 51).

Esse tipo de desespero, de acordo com o filósofo dinamarquês, “passa perfeitamente” despercebido, uma vez que ele é precisamente um homem como a sociedade quer (Kierkegaard, 1849/2010, p. 51). Por se tornar uma pessoa tão bem adaptada, seu nome pode inclusive entrar para a história, mas terá se tornado um si mesmo? (Kierkegaard, 1849/2010, p. 52).

A próxima polaridade que constitui a síntese do eu apresentada por Anti-Climacus/Kierkegaard, trata-se das categorias do possível e da necessidade. De acordo com Kierkegaard (1849/2010, p. 53) “o eu é necessidade, porque é ele próprio, e possível porque deve realizar-se”. Entretanto, se não houver um elo que prenda o possível à realidade, temos, portanto, o desespero do possível, visto que:

O campo do possível não para então de crescer aos olhos do eu, e este encontra sempre mais possível, visto que nenhuma realidade se forma. Por fim o possível tudo abarca, mas é então porque o eu foi tragado pelo abismo. Algum tempo seria necessário para que a mais pequena parcela de possível se realizasse. Mas esse tempo de tal modo se abrevia que tudo por fim se dissolve em poeira de instantes. Os possíveis tornam-se cada vez mais intensos, mas sem que deixem de ser possíveis, sem que se tornem reais, e no real não há de fato intensidade se não houver passagem do possível ao real. (Kierkegaard, 1849/2010, p. 53).

<sup>1</sup> Conforme atesta Jonas Ross (2010, p. 9), essa concepção de ser humano como síntese já havia sido apresentada por Kierkegaard cinco anos antes em sua obra *O conceito de angústia* (1844). Entretanto, em *O conceito de angústia*, o foco é o aspecto psicossomático da síntese. Segundo Haufnienses irá afirmar: “O homem é uma síntese do psíquico e do corpóreo (Kierkegaard, 1844/2010, p. 47).

O desespero da possibilidade, semelhantemente aos polos infinito/finito anteriormente abordados, aponta para a necessidade de se perceber os limites. Kierkegaard ilustra isso afirmando que: “o possível lembra a criança que recebeu um convite agradável e diz logo sim; resta saber se os pais darão licença...e os pais desempenham o papel da necessidade”. (Kierkegaard, 1849/2010, p. 54).

No outro polo está o desespero da necessidade que é carência de possível. No desespero da necessidade a realidade é sufocante, esse desesperado se torna vítima das circunstâncias (Ross, 2010, p. 11), torna-se por assim dizer, um determinista, um fatalista. Para Kierkegaard, o que esse desesperado precisa é da possibilidade: “Perante um desmaio grita-se: Água! Água de colônia! Gotas de Hofmann! Mas perante alguém que se desespera grita-se possível, possível! Só o possível o pode salvar! Uma possibilidade: e o nosso desesperado recomeça a respirar, revive, porque sem possível, por assim dizer não se respira”. (KIERKEGAARD, 1849/2010, p. 56).

Para o filósofo dinamarquês se perder em um dos polos que constitui a síntese que o ser humano é, equivale a ser um desesperado.

### Schneider: o Princípio do Paradoxo

Essa concepção Kierkegaardiana do ser humano como síntese, tal como fora concebida na obra *A doença mortal* (1849), será fundamental para o psicólogo existencial-humanista Kirk Schneider. É o próprio Schneider quem garante isso. De acordo com o autor, a obra *A doença Mortal* (1849), foi sem dúvida o trabalho mais penetrante de Kierkegaard: “achei esse trabalho tão rico e relevante para o meu trabalho como psicólogo clínico e para a minha experiência como ser humano que fiz dele a pedra angular do meu primeiro livro: *O eu paradoxal* [...] bem como de quase tudo o que escrevi desde então”. (Schneider, 2015, p. 405).

Embora Schneider reconheça a *longa sombra de Kierkegaard* presente em seu trabalho, isso não o impede de proceder a uma reformulação do conceito, tal como fora apresentado pelo filósofo dinamarquês. O autor reformula as polaridades finitude-infinitude as substituindo por constrição-expansão. Para Schneider, tais termos são mais condizentes com um retrato clínico do que filosófico. É, portanto, a partir dessa reformulação, que o autor apresenta o princípio do paradoxo. Esse princípio baseia-se nas seguintes suposições:

- 1) a psique humana é um continuum constritivo/expansivo, do qual apenas alguns aspectos são conscientes. 2) o medo das polaridades constritiva ou expansiva causa a disfunção, o extremismo ou a polarização (cuja intensidade e frequência são geralmente proporcionais à intensidade e a frequência do medo da pessoa. 3) a integração com os polos opostos ou sua integração fomenta a vida ideal (Schneider, 1993, p. 27).

Schneider (1993, p. 27) define o polo constritivo como “a limitação e o retroceder dos pensamentos, sentimentos e sensações”. Enquanto o polo expansivo “é a extensão e a ‘explosão’ observada dos pensamentos, sentimentos e sensações”. Ainda de acordo com o autor, a constrição e a expansão representam duas atitudes básicas com relação ao tempo e ao espaço: a percepção através da exclusão e da inclusão:

Quando excluimos, a ênfase está na redução, na obstrução e no estreitamento. A experiência da submissão, por exemplo, representa a exclusão do nosso próprio espaço e tempo. Como exemplos de submissão podemos citar: amoldar-se à opinião

política de uma outra pessoa, assumir a carga emocional ou ceder à sua vontade física. [...] Por outro lado, quando fazemos uma inclusão, estamos ampliando, concatenando, expandindo nosso campo experiencial. A experiência da afirmação, por exemplo, é uma inclusão, fundamentalmente do nosso próprio espaço e tempo. Ela é ilustrada pela criação, orientação e dominação. (Schneider, 1993, p. 28).

Os polos constritivo e expansivo são percebidos gradualmente. A capacidade de os perceber é denominada por Schneider como “modo cêntrico” ou simplesmente “centro”. O modo cêntrico, refere-se à capacidade de cada ser humano em se conscientizar e dirigir as próprias potencialidades constritivas e expansivas (Schneider, 1993, p. 30).

### O “Princípio do Paradoxo” e a disfunção: Psicopatologia

Assim como para Kierkegaard, a perda no finito ou no infinito leva o ser humano ao desespero, Schneider afirma que o medo de um lado das polaridades, seja ela constritiva ou expansiva, causa disfunção. Ao falar da disfunção o autor acrescenta o prefixo hiper, uma vez que se trata de extremos disfuncionais, assim se fala em hiperconstricção e hiperexpansão.

Como exemplo de hiperconstricção temos: a depressão, que se caracteriza por um profundo isolamento, lentidão, opressão e impotência; a compulsão obsessiva, caracterizada por uma concentração e ritualismo extremo, deixando a pessoa presa no estreitamento. “Do ponto de vista do princípio do paradoxo, o obsessivo-compulsivo teme a penetração da expansão – a novidade, a fluidez, a incerteza no seu mundo” (Schneider, 1993, p. 42).

Pode-se acrescentar ainda como disfunção da hiperconstricção a ansiedade neurótica, que não representa o medo de um objeto específico, mas medo do colapso das próprias potencialidades, quiçá da vida<sup>2</sup>; a paranoia, que do ponto de vista do princípio do paradoxo é uma constricção da confiança e, por fim, a anorexia nervosa, que embora seja formada por uma complexa combinação de fatores, caracteriza-se por um profundo senso de culpa, vergonha e pelo desejo de permanecer pequeno. Desse modo, a hiperconstricção pode ser resumida: “Como a ‘divisão’ desproporcional do mundo do indivíduo. Ou este se divide em pequenos pedaços ou se submete a poderes que fazem a divisão para ele. Em qualquer um dos casos, a pessoa é centralmente empobrecida, atrofiada e desencorajada. Ela é impedida de se desenvolver”. (Schneider, 1993, p. 46).

Schneider também cita alguns exemplos de hiperexpansão, entre os quais se encontram a mania, que se caracteriza por grandes explosões de movimento, sentimento e intenção; e o narcisismo, que tem como

---

<sup>2</sup> A distinção entre ansiedade normal e ansiedade neurótica, pode ser encontrada em May. De acordo com May (1977, p. 203—207) “Ansiedade normal é aquela reação que: 1) não é desproporcional a ameaça objetiva, 2) não envolve repressão ou outros mecanismos de conflito intrapsíquico, e, como corolário do segundo ponto, 3) não requer mecanismos de defesa neurótica para seu controle. 4) pode ser enfrentada construtivamente ao nível da percepção consciente ou pode ser aliviada se a situação objetiva for alterada. [...] por outro lado, a ansiedade neurótica é o reverso da nossa definição de normal. É uma reação à ameaça que: 1) é desproporcional ao perigo objetivo, 2) envolve repressão (dissociação) e outras formas de conflito intrapsíquico, e, como corolário, 3) é controlada mediante várias formas de supressão de atividade e consciência, como as inibições, o desenvolvimento de sintomas e os diversos mecanismos de defesa neurótica”.

característica essencial a autoinflação<sup>3</sup>. O autor ainda sugere que os histriônicos<sup>4</sup> apresentam características expansivas semelhantes aos narcisistas, entretanto sua ênfase recai na imagem social. Além de ser o elemento gerador das síndromes aqui descritas, a hiperexpansão “parece abranger ainda a hiperatividade, a falta de atenção, o oposicionismo, o temperamento explosivo, a impulsividade e o uso de substâncias associadas à estimulação do sistema nervoso autônomo (Schneider, 1993, p. 48). Desse modo, podemos definir a hiperexpansão como: “a propulsão, extensão ou aumento mal controlado do mundo experiencial da pessoa. Ou o indivíduo dá início a essas ações ou percebe que as ações foram iniciadas por forças externas” (Schneider, 1993, p. 49).

Além das disfunções constritivas e expansivas, há também as disfunções mistas. Essas possuem um caráter bimodal. Segundo Schneider (1993, p. 49), a esquizofrenia, provavelmente representa o auge das disfunções mistas. Os esquizofrênicos possuem uma enorme amplitude de comportamento, variando de obsessões pedantes e imobilizantes aos mais inflacionados estados psicofisiológicos. Neste ponto, Schneider se ampara no trabalho de vários autores consagrados, tais como Ronald Laing (1927-1989) e Ludwig Binswanger (1881-1966). Ele afirma que o trabalho revolucionário desses autores na psicopatologia expõe empiricamente:

O que filósofos anteriores, como Kierkegaard, começaram a suspeitar: a esquizofrenia pode significar uma batalha de proporções cosmológicas. Pode ser uma luta que se estende bem além de qualquer fronteira ordinária, ou mesmo extraordinária, da vida. Pode ser uma batalha travada nos portais do infinito – com inconcebíveis minúcias e ininterrupta grandeza. (Schneider, 1993, p. 51).

Diante das polaridades que constituem o ser humano, Schneider observa dois tipos de atitudes que dividem as pessoas em dois grandes grupos: os disfuncionais e os convencionais. Os disfuncionais tentam enfrentar o terror constritivo-expansivo de forma direta, enquanto os convencionais tentam de forma indireta. Desse modo, os disfuncionais tentam escapar de seu medo por meio das patologias acima descritas, enquanto os convencionais tentam escapar por meio de “drogas, preconceitos, religiões e uma grande variedade de sinais”<sup>5</sup> (Schneider, 1993, p. 133). Contudo, Schneider observa outro grupo de pessoas, aquele constituído pelo que chama de “pessoas ótimas”. Essas são as que “ousam desafiar e enfrentar suas capacidades constritivas e expansivas. Elas descobrem a combinação ‘adequada’ de constrição e expansão que satisfaz suas necessidades relevantes”. (Schneider, 1993, p. 134).

<sup>3</sup> De acordo com Horney (citado por Schneider (1993, p. 47) “A inflação psíquica, à semelhança da inflação econômica, significa apresentar valores maiores do que os que realmente existem. Significa que a pessoa ama e admira a si mesma por valores que não possuem uma base adequada. Analogamente, significa também que o indivíduo espera o amor e a admiração de outras pessoas em decorrência de qualidades que ele não possui na intensidade que imagina”.

<sup>4</sup> Algumas características dos histriônicos são: busca contínua de atenção e apreciação pelos outros, quer ser o centro das atenções; sedução inapropriada em aparência e comportamento; erotização de situações a princípio não estritamente “eróticas” (Cf. Dalgalarro, 2000, p. 167-168).

<sup>5</sup> Schneider (1993, pp. 117-118) faz uma distinção clara entre símbolos e sinais. Enquanto os símbolos evocam alguma coisa a respeito do mundo ou transmitem uma experiência, o sinal transmite uma orientação ou informação específica. Temos sinais para parar, avançar ou ceder a vez. Temos sinais de trânsito ou sinais nas lojas. Temos insígnias que definem nossa posição nas forças armadas, no governo ou no clero. Temos até mesmo sinais linguísticos que nos dizem como orientar o nosso discurso. Por fim, Schneider (p. 128) conclui: “os sinais são os meios convencionais de organizar o terror constritivo e expansivo”.

## CONCLUSÃO

A obra *A doença mortal*, publicada por Søren Kierkegaard (1813-1855) em 1849, tornou-se a pedra angular do trabalho de Schneider. Essa afirmação foi feita pelo próprio autor em palestra proferida em 2013, por ocasião das comemorações dos duzentos anos de nascimento do filósofo (Cf. Schneider, 2015, p. 405). O autor chega inclusive a afirmar que todo o cerne do que hoje chamamos de “psicopatologia” já foi antecipado por Kierkegaard.

Afirmação semelhante a essa já havia sido feita por Binswanger ao apresentar o caso *Ellen West*, ao se referir à obra *A doença mortal* (1849), ele afirma: “Não conheço nenhum documento que possa contribuir tanto como esse para o avanço da interpretação analítico existencial da esquizofrenia”. Segundo Binswanger (1967, p. 357), ainda que o terapeuta não compartilhe dos pressupostos religiosos presentes na obra do pensador dinamarquês, ainda assim, ele permanece em débito com Kierkegaard.

A presença do pensamento de Kierkegaard, tanto nos precursores da psicologia existencial, tais como Binswanger e, mais recentemente em psicoterapeutas contemporâneos como Kirk Schneider, atesta a força de um pensamento que permanece vivo e fornece *insights* importantes para o trabalho de psicólogos e psicólogos.

## Referências

- Binswanger, L. (1967). El caso de Ellen West. Estudio antropológico-clínico. In: May, R.; Engel, E.; Ellenberg, H. (Eds.). *Existencia: nueva dimension em psiquiatria y psicologia* (pp. 288-434). Madrid: Credos.
- Dalgalarrodo, P. (2000). *Psicopatologia e Semiologia dos Transtornos Mentais*. Porto Alegre: Artes Médicas.
- Kierkegaard, S. (2010) *O desespero humano*. Tradução Adolfo Casais Monteiro. São Paulo: Unesp. (Originalmente publicado em 1849).
- May, R. *O significado da ansiedade: as causas da integração e desintegração da personalidade*. (1977). Rio de Janeiro, RJ: Zahar. (Originalmente publicado em 1950).
- Ross, J. Kierkegaard e a análise do desespero: entre o indivíduo e a sociedade. (2013) *Controvérsia*, V. 5, n.3, p. 08-18, 2013. [citado em 17 setembro, 2020] Disponível em: <<http://revistas.unisinos.br/index.php/controversia/article/view/6682/3732>>.
- Schneider, K. *O eu paradoxal: para o entendimento de nossa natureza contraditória*. Tradução Cláudia Gerpe Duarte. Petrópolis, RJ: Vozes, 1993. [Originalmente publicado em 1990].
- . K. My journey with Kierkegaard: From the Paradoxical Self to the Polarized Mind. *Journal of Humanistic Psychology*, V. 55 n.4, p. 404–411, 2015. [citado em 17 setembro, 2020]. Disponível em <<https://doi.org/10.1177/0022167814537889>>.

Recebido: 02/09/2022 | Revisado: 05/12/2022  
Aceito: 30/10/2023 | Publicado: 20/12/2023

