

EDITAL DE INSCRIÇÃO (RESUMO EXPANDIDO) - PROGRAMA DE PÓS
GRADUAÇÃO STRICTO SENSU PSICOLOGIA

**PSICOTERAPIA COM CHATGPT NA CONTEMPORANEIDADE: CRÍTICAS A
PARTIR DO PENSAMENTO JUNGUIANO**

Rafael Rodrigues De Souza (r.rafaelsouza83@gmail.com)

Clarissa De Franco (clarissa.franco@metodista.br)

As transformações tecnológicas interativas avançam em ritmo acelerado. Desde os microcomputadores nos anos 1980, passando pela consolidação da internet nos anos 1990, pela revolução de 2007 com a chegada iPhone e, mais recentemente, o surgimento do ChatGPT em 2022 (e similares), temos assistido a sucessivas inovações que, apesar de prometerem eficiência, produtividade e crescimento econômico, geram também profundos impactos subjetivos nos sujeitos que as produzem e consomem. No cerne dessas transformações está o homo sapiens uma “tecnologia” de 300.000 anos, que é paradoxalmente atemporal e constantemente atual.

O ideal de performance, impulsionado pelas tecnologias, provocou uma espécie de contágio psíquico (Torres, 2021), e ser produtivo tornou-se quase sinônimo de saúde e sucesso (Han, 2017; 2021). A busca por alta performance fez emergir figuras como os coaches, que inicialmente coletavam seus trabalhos para criar estratégias de melhoria de rendimento e, posteriormente, viraram “life-coaches”, pretendendo cuidar da totalidade da vida das pessoas. No entanto, esse movimento acabou fragilizado por sua baixa qualificação e

mercantilização do sofrimento humano. Ainda assim, isso apontou para um fenômeno importante: o sofrimento psíquico crescente e a busca por ajuda.

A pandemia de COVID-19 exacerbou esses sintomas. Problemas que antes pareciam “escondidos” tornaram-se públicos. No que tange o trabalho, com a intensificação do modelo home-office ficou evidenciado o sofrimento psíquico diante da pressão por resultados e da dissolução dos limites entre atividades profissionais e outras atividades vitais (Souza, 2022). Nesse cenário, surgem as promessas da saúde mental como novo nicho de mercado, transformando o cuidado em produto e criando “linhas de produção” de bem-estar: programas empresariais, cursos de inteligência emocional e modismos neurocientíficos que supostamente tentam resolver dores humanas com soluções tecnocráticas.

Contudo, o problema reside justamente na tentativa de tratar o humano como máquina (Nicolelis, 2020). As tecnologias, antes criadas para facilitar a vida, passaram a ditar os modos de existência. Em nome da produtividade, busca-se recondicionar o ser humano para se adaptar ao sistema, e não o contrário. Tal lógica desconsidera o fator humano, que é imponderável, contraditório, subjetivo e simbólico. Contudo, as dores emocionais permanecem, e assim surge um fenômeno contemporâneo, que é a “psicoterapia” com o ChatGPT (Rousmaniere et al., 2025; Jung, K. et al., 2025). É nesse ponto que sugerimos a seguinte problematização: o que a psicoterapia com ChatGPT significa se analisada à luz da psicologia analítica? Parece-nos que tal caminho adotado revela, na verdade, uma evitação do encontro e confronto consigo por meio do outro, que é humano (Jung, 2013).

O sujeito, tomado pela angústia e em busca de alívio imediato, recorre a um “terapeuta” que não sente, não se emociona, não se encanta e, portanto, não faz um espelhamento (Jung, 2013). Numa perspectiva junguiana, a cura não se dá pela eliminação do sintoma, mas pela integração das polaridades da psique (Jung, 2012a). A relação terapêutica é também um espaço simbólico de elaboração, onde transferências e contratransferências são fundamentais (Jung, 2012b). A IA, por mais avançada, não acessa esse campo simbólico-afetivo desta maneira; o que ela faz é uma espécie de “eletrificação” dos afetos (Balestrini Junior; Contrera, 2024).

Apesar disto, essa busca também expressa um anseio que é legítimo: uma dor e sofrimento reais por trás dessa procura. Essa substituição do outro humano pela máquina reflete uma falência das relações, mas ao mesmo tempo destaca dois aspectos do capitalismo: 1) as dificuldades de arcar com os custos da

psicoterapia, um produto que ainda é “premium”, portanto, não acessível a boa parte da população – mesmo que exista um desejo de ter um processo conduzido por um ser humano; 2) a resistência a uma psicoterapia que leve em consideração a multiplicidade interior do sujeito, tal como propõe a psicologia junguiana, dado que ela destoa do ideal pragmático e de velocidade hegemônicos na contemporaneidade. Temos então dois problemas que, supostamente, o ChatGPT resolve: o custo, que é zero, e a pressa, que é patente na atualidade.

Contudo, a saúde mental não pode ser pensada como um estado permanente de produtividade, foco e, suposto, controle emocional. Isso é um reducionismo incompatível com a complexidade humana. Por isso evocar o propósito da sustentabilidade, nesse sentido, é necessário, mas uma sustentabilidade que não é apenas ecológica, mas também subjetiva e ampla (Thompson, 2014). Sustentar o humano em sua inteireza, com suas contradições, com pausas, com criatividade e com angústia, é também “sustentar” a própria existência (Jung, 2012b). Meios rápidos e, em tese, acessíveis para minimizar a angústia, apesar de parecerem efetivos, na verdade, só reforçam a mesma.

Indo para nossas considerações finas, podemos afirmar, portanto, que a prática da chamada “psicoterapia” com o ChatGPT sugere tanto uma desilusão com a experiência humana quanto uma tentativa de controle sobre a dor – não confiamos em nós mesmos e não dispomos de meios de remunerar a nós mesmos; é a vitória da máquina versus a tecnologia de 300.000 anos mencionada no início do texto. Isso é sintoma de um tempo em que a subjetividade é tratada como “falha técnica” e não como potência criativa. A psicologia analítica oferece uma via alternativa, reconhecendo que o sofrimento e a dúvida fazem parte da condição humana. O desafio atual é lembrar que ainda somos seres naturais, que sonham, choram, criam, erram e amam, e que a cura, nesse sentido, se dá no encontro com o outro humano, e não na programação de um algoritmo. Naturalmente, esta breve crítica abre espaço para que pesquisas mais profundas sobre o tema sejam desenvolvidas a posteriori.

Referências

BALESTRINI JUNIOR, José Luiz; CONTRERA, Malena Segura. O sonho eletrificado: humanos sonham com ovelhas elétricas? *Galáxia* (São Paulo, online), v. 49, p. 1–24, 2024. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/gal/a/JTSq6Mb3PNN5HtD44xZStwy/>. Acesso em: 5 ago. 2025.

HAN, Byung-Chul. *Sociedade do cansaço*. 2 ed. ampliada. Petrópolis: Vozes, 2017.

HAN, Byung-Chul. *Favor fechar os olhos: em busca de um outro tempo*. Petrópolis: Vozes, 2021.

JUNG, Carl Gustav. *Ab-reação, análise dos sonhos, transferência*. 9. ed. Petrópolis: Vozes, 2012a.

JUNG, Carl Gustav. *Mysterium coniunctionis*, vol. 14/1: pesquisas sobre a separação e composição dos opostos psíquicos na alquimia. 6. ed. Petrópolis: Vozes, 2012b.

JUNG, Carl Gustav. *A prática da psicoterapia*. 16. ed. Petrópolis: Vozes, 2013.

JUNG, Kyuha; LEE, Gyuho; HUANG, Yuanhui; CHEN, Yunan. “I’ve talked to ChatGPT about my issues last night.”: Examining mental health conversations with large language models through Reddit analysis. *arXiv*, preprint arXiv:2504.20320 [cs.HC], 29 abr. 2025. Disponível em: <https://arxiv.org/abs/2504.20320>. Acesso em: 4 ago. 2025.

NICOLELIS, Miguel. *O verdadeiro criador de tudo: Como o cérebro humano esculpiu o universo como nós o conhecemos*. São Paulo: Planeta, 2020.

ROUSMANIERE, Tony; ZHANG, Yimeng; LI, Xu; SHAH, Siddharth. Survey: ChatGPT may be the largest provider of mental health support in the United States. *Sentio Counseling Center – AI Blog*, San Francisco, 18 mar. 2025. Disponível em: <https://sentio.org/ai-blog/ai-survey>. Acesso em: 4 ago. 2025.

SOUZA, Rafael Rodrigues de. *Trabalho, sofrimento psíquico e autorrealização: uma leitura simbólica e crítica do drama contemporâneo*. São Paulo: Eleva Cultural, 2022.

THOMPSON, Willian Irwin (Org.). *GAIA – Uma teoria do conhecimento*. 4. ed. São Paulo: Gaia, 2014.

TORRES, Leonardo. *Contágio psíquico: a loucura das massas e suas reverberações na mídia*. São Paulo: Eleva Cultural, 2021.

Palavras-chave: chatgpt; psicoterapia; psicologia analítica.