
TRAUMA E INFÂNCIA

Lissia Pinheiro Shataloff

Resumo.

O artigo objetiva abordar o impacto dos traumas na consciência, explorando manifestações psicossomática, energossomática e mentalsomática. A metodologia inclui uma pesquisa-ação e revisão teórica baseada na Teoria do Apego de Bowlby, examinando os padrões de apego e sua influência no desenvolvimento emocional. Além disso, será feito um cotejo entre a Teoria do Apego e as ciências Projeciologia e Conscienciologia a partir do Paradigma Consciencial. A mesologia é apresentada como crucial para entender as respostas emocionais e estratégias de defesa da criança em ambientes adversos. A relação entre trauma e cérebro é explorada, destacando o papel do "portão neural" no desenvolvimento do TEPT. O estudo também examina terapias, incluindo técnicas terapêuticas e paraterapêuticas conscienciológicas, concluindo com a necessidade de abordagens holísticas que integrem aspectos psicológicos, neurais e conscienciais para a compreensão e superação dos traumas.

Palavras-chave. Consciência, Teoria do Apego, Mesologia, Desenvolvimento Emocional, Terapias Traumáticas, Estratégias de Defesa.

Introdução

Motivação. Este artigo busca explorar de forma detalhada e abrangente o impacto profundo e multifacetado dos traumas na consciência, delimitando como essas vivências intensas, sejam elas isoladas ou recorrentes, afetam profundamente nossa capacidade de expressão e manifestação consciencial.

Compreensão. A complexidade dessa questão é destacada através da análise das diversas formas como o trauma pode se manifestar e influenciar a vida de um indivíduo, não apenas no presente, mas também como um eco persistente que afeta o futuro.

Efeitologia. Baseando-se nas contribuições teóricas de Biondi (2022), este trabalho define o efeito do trauma consciencial como um conjunto abrangente de consequências – que incluem repercussões, sequelas, impactos, fragmentações, comportamentos e reações adversas – originados de experiências estressantes vividas, seja no curso da vida atual ou em períodos anteriores.

Definição. Complementarmente, a definição de trauma, conforme apresentada pelo DICIO¹, refere-se a uma experiência emocional extremamente desagradável capaz de induzir distúrbios psíquicos e deixar marcas indeléveis na psique do indivíduo.

¹ **Dicionário Online de Português.** Disponível em: <https://www.dicio.com.br>. Acesso em: 11 maio 2024.

Consequências. Esses eventos traumáticos agem como bloqueadores que impedem a livre e saudável expressão da *conscin*, independentemente de ser homem ou mulher, obscurecendo a clareza consciencial e limitando a plenitude do ser.

Perspectiva. Incorporando as análises propostas por Alice Miller (1979) e Bessel van der Kolk (2014), este artigo adota uma perspectiva ainda mais expandida na investigação do impacto dos traumas na consciência. A abordagem multifacetada aqui desenvolvida considera as manifestações complexas dos traumas, englobando não apenas os aspectos psicológicos e comportamentais, mas também as repercussões somáticas e neurológicas que essas vivências traumáticas podem desencadear.

Influências. Alice Miller (1979), com seu foco nas raízes da opressão infantil e na repressão das emoções verdadeiras, oferece um *insight* vital sobre como os traumas na infância moldam a consciência adulta, influenciando profundamente a autoexpressão e a interação social.

Repercussões. Bessel van der Kolk (2014), por sua vez, traz uma contribuição crucial ao destacar como os traumas afetam o corpo e a mente, evidenciando a importância da integração de abordagens corporais no tratamento dos efeitos traumáticos.

Objetivo. Este trabalho, portanto, busca sintetizar e expandir esses entendimentos, proporcionando uma análise holística do trauma consciencial. Ao fazer isso, reconhece-se a complexidade da experiência humana e a necessidade de um olhar ampliado que abrange tanto as dimensões emocionais quanto multidimensionais da consciência.

Metodologia. A metodologia inclui uma pesquisa-ação e revisão teórica baseada na Teoria do Apego de Bowlby, examinando os padrões de apego e sua influência no desenvolvimento emocional, além de um cotejo entre a Teoria do Apego e as ciências Projeciologia e Conscienciologia a partir do Paradigma Consciencial.

Proposta. Através dessa abordagem integrada, propõe-se não somente uma compreensão mais profunda das dinâmicas intrincadas dos traumas e de seus impactos na consciência, mas também o desenvolvimento de métodos terapêuticos que possam efetivamente facilitar a jornada de cura e recuperação.

Estrutura. Este artigo está estruturado nas seguintes seções.

- I. Paradigma Consciencial.
- II. Teoria do apego.
- III. O sofrimento e o cérebro.
- IV. Mecanismos de defesa e o falso *self*.
- V. Impacto.

I. Paradigma Consciencial

Paradigma. A compreensão aprofundada do Paradigma Consciencial é essencial para aprender a amplitude e profundidade com que os traumas afetam as consciências. Este paradigma revela que os impactos do trauma vão muito além do psiquismo, estendendo suas ramificações através de todas as esferas de manifestação da consciência, de modo complexo e intrinsecamente interligado.

Perspectiva. Essa perspectiva sublinha a importância de olhar para o trauma não apenas como uma perturbação psicológica isolada, mas como uma disrupção que permeia e desestabiliza o equilíbrio entre os diversos veículos através dos quais a consciência se expressa e experimenta a realidade.

Reverberação. A essência deste paradigma reside na percepção de que os traumas não são fenômenos isolados da mente; eles reverberam através do psicossoma (corpo emocional), energossoma (corpo energético), e mentalsoma (corpo mental), evidenciando-se em uma diversidade de manifestações.

Efeitologia. Os traumas são geradores de efeitos multifacetados que, por sua vez, sinalizam suas causas subjacentes, exigindo abordagens terapêuticas específicas para cada dimensão afetada.

Psicossoma. No psicossoma, os traumas frequentemente se manifestam como emoções negativas intensas e padrões comportamentais disfuncionais, refletindo a perturbação emocional profunda e a interrupção nos processos de pensamento saudáveis.

Energossoma. Avançando para o energossoma, os traumas podem causar desequilíbrios energéticos manifestos por distúrbios somáticos.

Mentalsoma. Enquanto no mentalsoma, podem obstruir o fluxo de pensamentos claros, resultando em bloqueios cognitivos e dificuldades de raciocínio.

Retrossoma. Essas perturbações podem até abranger o retrossoma, onde as repercussões de traumas passados persistem e afetam a saúde holossomática do indivíduo, levando a uma série de patologias que transcendem os limites tradicionais de compreensão do trauma.

Mecanismos. A complexidade do trauma consciencial exige uma análise mais refinada dos mecanismos de defesa do ego que são ativados em resposta a essas vivências traumáticas. Tais mecanismos, incluindo a negação, conversão, regressão, projeção, racionalização, compensação e anulação, servem inicialmente como estratégias de sobrevivência psíquica, mas podem se tornar contraproducentes, perpetuando os efeitos nocivos do trauma e obstruindo o processo de cura.

Ego. Os mecanismos de defesa do ego, conforme descritos por Anna Freud em "*The Ego and the Mechanisms of Defence*" (1937), são estratégias inconscientes empregadas pelo ego para proteger o indivíduo de ansiedades e conflitos internos. Quando relacionados ao trauma, esses mecanismos atuam como ferramentas de sobrevivência psíquica, ajudando a mitigar a dor emocional imediata e a manter a integridade psicológica.

Contraponto. No entanto, seu uso prolongado ou inapropriado pode complicar a recuperação, ao invés de facilitá-la (FREUD, 1937). A seguir apresentamos brevemente em ordem lógica, 7 mecanismos e sua relação com o trauma:

1. **Negação.** Recusa em aceitar a realidade de um evento traumático, agindo como se ele nunca tivesse ocorrido. Isso pode servir para proteger o indivíduo do impacto emocional total do trauma a curto prazo, mas impede o enfrentamento e a resolução do trauma a longo prazo.

2. **Conversão.** Transformação de conflitos psíquicos ou traumas em sintomas físicos, como dores ou mal-estar, sem causa médica aparente. Este mecanismo pode desviar a atenção das dores emocionais, mas também pode levar a dificuldades significativas de saúde e bem-estar.

3. **Regressão.** Retorno a formas de comportamento mais infantil ou primitivo de enfrentamento. Sob trauma, o indivíduo pode se tornar dependente ou exibir comportamentos regressivos, buscando segurança em formas de ser que parecem menos ameaçadoras.

4. **Projeção.** Atribuição de sentimentos, desejos ou impulsos inaceitáveis próprios a outra pessoa ou objeto. Este mecanismo pode aliviar a ansiedade associada ao trauma, culpando outros por suas próprias experiências internas, mas dificulta a autorreflexão e a recuperação.

5. **Racionalização.** Justificação de comportamentos ou sentimentos em resposta ao trauma com explicações racionais ou lógicas, mas que não são a verdadeira razão para o comportamento ou sentimento. Isso pode mascarar as verdadeiras causas do sofrimento, impedindo o enfrentamento eficaz do trauma.

6. **Compensação.** Esforço para superar fraquezas reais ou percebidas (resultantes do trauma) por meio do desenvolvimento de habilidades ou excelência em outras áreas. Enquanto isso pode ser em parte adaptativo, pode também evitar o enfrentamento direto e a cura do trauma subjacente.

7. **Anulação.** Tentativa de "desfazer" um pensamento, sentimento ou ação associada ao trauma por meio de comportamentos contrários ou rituais. Embora possa temporariamente aliviar a culpa ou a ansiedade, a longo prazo, pode reforçar o ciclo de evitação e não resolução do trauma.

Desafio. Cada um desses mecanismos pode ser visto inicialmente como uma tentativa de lidar com o imenso desafio emocional e psicológico apresentado por experiências traumáticas. No entanto, sua eficácia é geralmente temporária e superficial.

Impedimento. A longo prazo, eles podem se tornar obstáculos significativos para a verdadeira recuperação e cura, pois impedem o indivíduo de processar e integrar plenamente a experiência traumática.

Compreensão. O entendimento do impacto dos traumas nos veículos de manifestação da consciência é, portanto, um passo crucial para compreensão desse fenômeno complexo, que demanda não apenas a identificação dos efeitos e causas, mas também uma abordagem terapêutica integrada.

Superação. A superação dos traumas é então percebida não apenas como um processo de cura, mas também como uma oportunidade para o crescimento e a evolução pessoal.

Técnicas. Algumas técnicas e práticas como a autopesquisa, autoconsciência, tenepes e projeção consciente emergem como ferramentas valiosas para a superação e / ou cura dos aspectos traumáticos em todos os níveis do holossoma.

Multidimensionalidade. A consideração de influências de vidas passadas oferece uma perspectiva ampliada, sugerindo que as ressonâncias dos traumas anteriores podem impactar o presente–futuro nessa vida e/ou outras subsequentes.

Associações. Ao compreender a complexidade do trauma sob a luz do Paradigma Consciencial, este artigo propõe uma visão integradora, ao enriquecer o diálogo sobre este fenômeno e suas implicações na jornada de autoconhecimento e desenvolvimento consciencial.

Reflexão. Traumas não apenas afetam a mente, mas também como vimos, transcendem, manifestando-se de maneiras diversas. Parafraseando Biondi (2022), “traumas induzem consequências. Consequências revelam origens. Traumas requisitam abordagens terapêuticas”.

II. Teoria do Apego

Trauma. A Teoria do Apego de John Bowlby emerge como uma contribuição fundamental para compreender a intrincada teia das dinâmicas emocionais humanas, especialmente quando contextualizada no âmbito do trauma.

Apego. Em sua obra "Apego", Bowlby (1984), embasado tanto na Psicanálise quanto na Etologia, discerniu que a dependência intrínseca à espécie humana se traduz na busca instintiva pela proximidade de figuras adultas com funções protetivas.

Vínculos. Este traço inato, segundo o autor, reflete uma necessidade primordial de estabelecer vínculos que transcendem meras relações alimentares e sexuais.

Conceitos. No cerne da Teoria do Apego, o conceito de vínculo é intrincado e duradouro, constituindo um laço que se forja com outro indivíduo. O apego, por sua vez, é a disposição específica de buscar proximidade e contato em busca da sensação de segurança, extrapolando as funções básicas de sobrevivência para assumir um papel monumental no domínio emocional.

Manifestação. A terminologia "vínculo" alude às ligações entre partes que, uma vez estabelecidas, tornam-se indissociáveis, revelando um valor de sobrevivência que transcende as fronteiras das espécies mamíferas. Sob a ameaça de separação da figura de ligação, o apego se manifesta como uma resposta visceral, impregnada de ansiedade e protesto emocional.

Categorização. A categorização de Bowlby (1984) se divide em 3 padrões principais de apego delineando nuances na forma como os indivíduos enfrentam e respondem às relações emocionais, apresentados abaixo em ordem lógica:

1. **Confiança.** O apego seguro, com seu equilíbrio entre vinculação e exploração, constrói-se sobre a confiança estabelecida nos cuidados que incluem uma sintonia emocional refinada.

Exemplo. Crianças com esse padrão aprendem a gerenciar emoções de forma hábil, compreendendo os impactos de suas ações nos outros.

2. **Ambivalência.** Em contraste, o apego ambivalente se manifesta em crianças que, mesmo próximas à figura materna, exibem ansiedade notória durante as separações.

3. **Desorganização.** O apego desorganizado / desorientado, associado a experiências de perdas ou lutos severos, reflete respostas caóticas e desordenadas às situações de apego.

Enfrentamento. A compreensão meticulosa desses padrões de apego assume um papel crucial, pois moldam de maneira substancial o desenvolvimento emocional e as habilidades de enfrentamento ao longo da vida.

Exemplo. Crianças expostas a experiências de abuso e negligência podem enfrentar desafios significativos na gestão emocional, resultando em respostas inadequadas a situações de estresse ou perigo na vida adulta.

Conhecimento. Assim, ao explorar a Teoria do Apego de Bowlby, estabelecemos uma base sólida para decifrar as complexidades das relações interpessoais e compreender os efeitos duradouros das primeiras experiências emocionais na trajetória de um indivíduo.

Mesologia. Neste sentido, a mesologia que estuda a relação do ser com o meio, desempenha um papel fundamental na análise das interações no desenvolvimento emocional e nas experiências traumáticas na infância.

Influência. No contexto das relações seguras, a mesologia destaca a influência do ambiente receptivo na capacidade do bebê de expressar suas necessidades e emoções. A qualidade do meio ambiente exerce um impacto significativo na habilidade da criança em desenvolver uma identidade própria, revelando interesses, preferências e metas.

Interação. O ambiente receptivo é um fator protetor contra estados extremos de alerta. A interação entre o indivíduo e o meio ambiente molda a resposta do bebê às situações, influenciando diretamente seu estado emocional e sua predisposição para a autodefesa ou retração.

Adaptação. A adaptação da criança ao meio ambiente familiar destaca como a sobrevivência e o florescimento da criança estão intrinsecamente ligados à sua capacidade de se ajustar ao ambiente familiar, onde a proximidade, interesse e disponibilidade dos cuidadores desempenham um papel crucial.

Impacto. O entendimento do impacto que o meio exerce no desenvolvimento da consciência contribui para compreender as estratégias de enfrentamento, como negação e dissociação, adotadas diante de ambientes adversos.

Perspectiva. Assim, ao considerar a mesologia, ganhamos uma perspectiva mais abrangente sobre como o meio ambiente molda as respostas emocionais, estratégias de defesa e o desenvolvimento saudável da criança diante de experiências traumáticas na infância.

III. O sofrimento e o cérebro

Evolução. O trauma, de acordo com Paul D. MacLean (1990), opera como uma "tríade", composta por 3 partes, representando nossa herança evolutiva, apresentadas em ordem lógica:

1. **Reptiliano.** O primeiro desses cérebros, o mais antigo e primitivo, é o cérebro réptil ou visceral, responsável por estratégias básicas de segurança e sobrevivência, como a repetição, observada em animais simples como lagartos. Essa repetição tem um valor evolutivo, sendo crucial para a sobrevivência. Além disso, o cérebro visceral também é responsável por funções físicas automáticas, como a respiração.

2. **Paleomamífero.** Em seguida, temos o paleomamífero, ou cérebro do sentimento, que abriga uma gama de emoções, desde entusiasmo e prazer até raiva e medo.

3. **Neocórtex.** O cérebro mais sofisticado é o neocórtex, ou cérebro pensante, que nos proporciona habilidades como raciocínio, linguagem e resolução de problemas complexos.

Equilíbrio. MacLean (1990) destaca que esses três sistemas, embora independentes, trabalham juntos para manter o equilíbrio do cérebro, regido pela necessidade de minimizar o sofrimento.

Desequilíbrio. No entanto, crianças de famílias disfuncionais aprendem a inibir a expressão emocional devido à falta de reflexo ou resposta adequada, ausência de modelos saudáveis para expressar emoções e o medo de serem envergonhadas ou punidas por demonstrar sentimentos naturais.

Adaptabilidade. Quando as emoções são inibidas ou a tensão se torna crônica, o cérebro busca equilíbrio através das defesas do ego. A resposta de luta ou fuga, uma reação fisiológica diante de si-

tuações aterrorizantes, é acionada pelo sistema nervoso simpático em resposta ao estresse agudo, liberando hormônios como adrenalina e noradrenalina.

Desenvolvimento. Essa resposta, útil em situações de pressão ou ameaça fatal, pode levar a distorções na reação do organismo a estímulos posteriores. O desenvolvimento saudável do cérebro, especialmente do neocórtex, depende de estímulos adequados durante os primeiros anos de vida.

Permanência. A persistência de memórias traumáticas, de acordo com o neurocientista Robert Isaacson (1974), é vinculada à natureza preservativa dessas lembranças no cérebro visceral. Uma vez estabelecido, esse material central da infância atua como um filtro sensível, influenciando as reações emocionais a eventos subsequentes.

Interconexão. A pesquisa de Ronald Melzack sobre o "portão neural", descrita no livro *Volta ao Lar*, de Brandshaw (2012), oferece uma perspectiva adaptativa para a inibição da dor, destacando a interconexão entre os três sistemas cerebrais e seu papel nas defesas do ego. A repressão, nesse contexto, pode ocorrer no "portão" entre o cérebro pensante e o sensitivo, influenciando a maneira como lidamos com informações dolorosas.

Interrupção. Quando a dor emocional atinge o ponto máximo no sistema límbico, um mecanismo automático fecha o "portão" que se conecta ao neocórtex. É como se alguém fechasse uma porta para evitar o barulho vindo de outra sala.

Supressão. R. Isaacson (1974), em seu estudo sobre o sistema límbico, respalda essa teoria, afirmando que o sistema de "portões" do neocórtex (cérebro pensante) opera "para superar hábitos e memórias do passado. O neocórtex se preocupa profundamente com a supressão do passado".

Hábitos. Esses hábitos e memórias incluem sulcos profundos (trilhas neurais) formados pelo excesso de tensão e trauma. Dessa forma, nosso cérebro pensante pode funcionar sem ser perturbado pelo ruído e pelos sinais originados em nosso mundo interior.

Transtorno. No momento em que o mecanismo de fechamento do "portão" entre o sistema límbico e o neocórtex é ativado com frequência, especialmente em situações traumáticas, pode levar ao desenvolvimento do Transtorno de Estresse Pós-Traumático (TEPT).

TEPT. O TEPT é uma condição psicológica que surge como resposta a eventos extremamente estressantes e ameaçadores à vida (AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION, 2013).

Intensificação. Nesses casos, as defesas do ego, mencionadas por Freud (1937) como estratégias adaptativas do indivíduo, podem se tornar sobrecarregadas e inadequadas para lidar com a intensidade do trauma. O cérebro, ao tentar proteger-se do barulho avassalador das memórias traumáticas, pode gerar sintomas característicos do TEPT.

Sintomatologia. Os sintomas do TEPT incluem recorrentes *flashbacks*, pesadelos intrusivos, evitação de gatilhos relacionados ao trauma e hipervigilância constante. Esses sintomas são manifestações da luta contínua entre os diferentes cérebros dentro do nosso cérebro, tentando processar e integrar a experiência traumática (SADOCK, SADOCK & RUIZ, 2007).

Mecanismo. O neocórtex, responsável pelo pensamento lógico e processamento consciente, muitas vezes luta para entender e contextualizar as memórias traumáticas, enquanto o sistema límbico, reagindo com base em emoções intensas, busca proteger-se contra a ameaça percebida.

Gatilhos. Nesse cenário, o portão neural pode permanecer frequentemente fechado, impedindo o processamento adequado do trauma. Isso contribui para a persistência dos sintomas do TEPT, criando um ciclo de respostas automáticas desencadeadas por gatilhos específicos.

Tratamento. O tratamento do TEPT muitas vezes envolve terapias que visam abrir esse "portão" neural, permitindo a integração das memórias traumáticas de uma maneira mais saudável. A psicoterapia, especialmente abordagens como a Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC) e a EMDR (*Eye Movement Desensitization and Reprocessing*), buscam desbloquear o acesso ao neocórtex, promovendo a resolução dos traumas e a adaptação mais funcional às experiências passadas.

Autoconhecimento. Compreender como os diferentes sistemas do cérebro interagem e como as defesas do ego operam oferece *insights* valiosos para o desenvolvimento de estratégias terapêuticas eficazes no tratamento do TEPT e outras condições relacionadas ao trauma.

Conscienciologia. A Conscienciologia, uma ciência que estuda a consciência de maneira integral, propõe uma compreensão ampliada dos desafios psicológicos, incluindo a perspectiva de assédios conscienciais.

Energia. No contexto da Conscienciologia, o assédio consciencial refere-se a interferências energéticas ou influências negativas que podem afetar a psique e o equilíbrio emocional de uma pessoa.

Vulnerabilidade. Em situações de trauma, especialmente quando associadas a eventos de violência ou abuso, a consciência pode ficar vulnerável a essas interferências externas. O impacto do trauma pode criar uma espécie de ressonância energética, atraindo influências prejudiciais, conhecidas na Conscienciologia como "autassédio ou heteroassédio".

Assédio. Os assediadores podem se aproveitar das vulnerabilidades geradas pelo trauma, intensificando sintomas como ansiedade, medo e até mesmo contribuindo para a perpetuação de padrões destrutivos de pensamento.

Enfrentamento. A Conscienciologia propõe que o enfrentamento desses assédios requer o desenvolvimento da autorreflexão, autorresponsabilidade e fortalecimento da própria consciencialidade.

Assistência. No âmbito da assistência, a Conscienciologia destaca a importância da assistência interconsciencial, que envolve o apoio mútuo entre consciências em diferentes estágios evolutivos. A prática da assistência interconsciencial pode ocorrer através de diferentes abordagens, como o auxílio por meio das interações energéticas, o aconselhamento e o compartilhamento de experiências construtivas.

Autoconsciência. O entendimento da Conscienciologia sobre o papel da assistência vai além do suporte psicológico convencional, abrangendo a dimensão energética e evolutiva da consciência.

IV. Mecanismos de defesa e o falso *self*

Sentimento. Os sentimentos de abandono na infância, quando suprimidos, emergem no adulto com uma intensidade avassaladora de dor e desespero. A constante negação desses sentimentos transforma-se em uma batalha interna, muitas vezes encoberta por meio de símbolos como drogas, associação a grupos ou envolvimento em cultos, numa tentativa desesperada de preencher as necessidades emocionais que foram suprimidas.

Enfrentamento. Esses mecanismos de enfrentamento, como o bloqueio de sentimentos, carregam consigo o risco de desencadear o desenvolvimento de doenças graves, caso o corpo assuma o controle dessa repressão prolongada. A adaptação excessiva às demandas parentais pode resultar na criação de um "falso eu", uma persona moldada para atender às expectativas externas, muitas vezes à custa do verdadeiro eu.

Self. O verdadeiro eu, incapaz de se desenvolver plenamente, deixa um vazio existencial e um sentimento de desenraizamento. A integridade da criança é comprometida, privando-a de vitalidade e potencial. Ao renegar experiências significativas, a criança corre o risco de desenvolver problemas graves, como "desconfiança crônica em relação a outras pessoas, inibição da curiosidade, suspeita quanto aos próprios sentidos e propensão a considerar tudo como irreal" (WINNICOTT, 1965, p. 125 e 126).

Marcas. Após um único incidente traumático, como uma *mordida de cachorro*, um *acidente* ou um *tiroteio na escola*, as crianças podem manifestar sintomas básicos de Transtorno de Estresse Pós-Traumático (TEPT), semelhantes aos observados em adultos, mesmo que vivam em lares aparentemente seguros.

Diversidade. Essa constatação destaca a complexidade e a profundidade dos impactos emocionais que experiências traumáticas podem ter, transcendendo o ambiente imediato da criança.

Autocompreensão. No contexto de abandono e supressão emocional, a conscienciologia adiciona uma perspectiva valiosa, destacando a importância de compreender a consciência diante dessas experiências.

Comportamento. Os padrões conscienciais gerados por tais traumas podem influenciar o comportamento e as reações emocionais ao longo da vida, evidenciando a necessidade de uma assistência para promover a saúde mental e emocional desde a infância.

Abordagem. A conscienciologia ressalta a importância de abordagens integrativas que considerem não apenas os sintomas imediatos, mas também as dinâmicas conscienciais subjacentes.

V. Impacto

Impacto. Ao explorar o impacto dos traumas, a escritora não apenas oferece uma análise teórica, mas compartilha indiretamente suas próprias experiências.

Reflexões. Essa pesquisa-ação traz reflexões sobre a infância marcada, muitas vezes para muitos, por sentimentos de abandono e a batalha interna resultante da negação dessas emoções.

Manifestação. Os mecanismos de defesa, como o bloqueio de sentimentos, podem se manifestar ao longo da vida adulta. A criação de um "falso eu" para atender às expectativas externas emerge como uma estratégia para preencher as necessidades emocionais reprimidas.

Repercussão. Na análise do verdadeiro eu, que não se desenvolve plenamente, a escritora explora a sensação de vazio e desenraizamento, ressaltando como a integridade comprometida na infância impacta a vitalidade e o potencial ao longo do tempo.

Delineamento. A relação entre a repressão de experiências significativas na infância e o desenvolvimento de problemas psicológicos graves, como desconfiança crônica e inibição da curiosidade, é também delineada.

Considerações Finais

Complexidade. A incursão nos mecanismos de defesa diante dos traumas revela uma complexidade que transcende as barreiras temporais e impacta profundamente a consciência humana.

Conexões. Interpelar entre os diferentes sistemas cerebrais, a influência ambiental na infância, e a formação de padrões conscienciais diante do abandono e da supressão emocional delineiam uma teia intrincada que molda o desenvolvimento emocional e psicológico.

Estratégias. O entendimento dos processos neurais e psicológicos subjacentes aos traumas oferece uma visão valiosa para estratégias terapêuticas e de superação.

Incentivo. A consideração da Conscienciologia amplia ainda mais esse horizonte, explorando não apenas o impacto imediato dos traumas, mas também as possíveis influências energéticas e conscienciais que permeiam essas experiências.

Universalidade. Além disso, a constatação de que mesmo uma única experiência traumática pode desencadear sintomas de estresse pós-traumático, independentemente do ambiente aparentemente seguro, destaca a universalidade e a profundidade dos efeitos emocionais desses eventos.

Conscienciometria. Isso reforça a importância de abordagens holísticas que considerem não apenas os sintomas manifestos, mas também as dinâmicas conscienciais subjacentes.

Integralidade. A compreensão integral dos traumas e a busca pela superação não podem prescindir de uma abordagem que una aspectos psicológicos, neurais e conscienciais.

Caminhos. Essa síntese oferece um caminho mais abrangente para o entendimento e a cura, proporcionando um olhar compassivo sobre a complexidade da experiência humana diante dos desafios emocionais.

Bibliografia Específica

01. **American Psychiatric Association**, DSM-5 Task Force. *Diagnostic and statistical manual of mental disorders: DSM-5™* (5th ed.). American Psychiatric Publishing, Inc, 2013. Disponível em: <<https://doi.org/10.1176/appi.books.9780890425596>>; acesso em: 11.05.2024
02. **Bowlby**, John. *Apego: A natureza do apego*. São Paulo: Martins Fontes, 1984.
03. **Bradshaw**, John. *Volta ao Lar: Como Resgatar e Defender Sua Criança Interior*. Editora Cultrix, 2012.
04. **Freud**, Anna. *The Ego and the Mechanisms of Defence*. Londres: Hogarth Press and the Institute of Psycho-Analysis, 1937.
05. **Isaacson**, Robert L. *Introducción a la psicología fisiológica*. Taller de Ediciones Josefina Betancor, 1974.
06. **MacLean**, Paul D. *The Triune Brain in Evolution: Role in Paleocerebral Functions*. Plenum Press, 1990.
07. **Miller**, Alice. *O Drama da Criança Bem Dotada: Como os pais podem formar e (deformar) a vida emocional dos filhos*. São Paulo: Summus Editorial, 1979.
08. **Sadock**, Benjamin J., **Sadock**, Virginia A., & **Ruiz**, Pedro. *Compêndio de Psiquiatria: Ciência do Comportamento e Psiquiatria Clínica*, 9ª ed., pp. 568-572. Porto Alegre: Artmed, 2007.
09. **Van der Kolk**, Bessel A. *O Corpo guarda as marcas*. São Paulo: Editora Cultrix, 2014.

10. Winnicott, Donald W. *The Maturation Processes and the Facilitating Environment: Studies in the Theory of Emotional Development*. London: Hogarth Press. (Capítulos 6-8), 1965, páginas 125 e 126.

Bibliografia Consultada

01. Biondi, Giovanna; *Efeito do Trauma Consciencial* (N. 6.037; 15.08.2022); Verbetes; In: **Vieira, Waldo**; Org.; *Enciclopédia da Conscienciologia*; apres. Coordenação da ENCYCLOSSAPIENS; revisores Equipe de Revisores da ENCYCLOSSAPIENS; Vol. Digital Único (PDF); CCXL + 34.372 p.; 3 *E-mails*; 11.129 enus.; 727 especialidades; 1 foto; glos. 6.500 termos (verbetes); 1 ilus.; 1.001 microbiografias; 417 tabs.; 25 *websites*; 22.474 bibliografias específicas; 1.048 filmografias específicas; 125 videografias específicas; 1.860 webgrafias específicas; alf.; 10ª Ed. rev. e aum.; *Associação Internacional de Enciclopediologia Conscienciológica* (ENCYCLOSSAPIENS); & *Associação Internacional Editares*; Foz do Iguaçu, PR; 2023; páginas 14.274 a 14.279; disponível em: <<https://encyclossapiens.space/ec/ECDigital10.pdf>>; acesso em: 11.05.2024.

