

Complexo de Super-Herói

1 - Algumas palavras sobre o “Arquétipo do Herói” e o Complexo de Poder

Posted on 05/11/2010 by admin
05 de novembro 2010

Uma das imagens arquetípicas mais conhecidas é a do herói. Os heróis são personagens fundamentais em todas as mitologias

Entretanto eu gostaria de pensar o herói de uma forma menos “arquetípica”, para pensarmos sua manifestação pessoal, isto é, através do complexo. Digo isso, pois, muitas vezes já reparei que ao falarmos de processo de enfrentamento, onde se manifesta a dinâmica do herói, nos referimos sempre ao arquétipo e, geralmente, nos esquecemos do complexo envolvido.

Mas, para pensarmos essa dinâmica arquetípica, devemos considerar primeiro alguns aspectos do herói, seguindo a explanação de Joseph Campbell.

O Mito Herói

Etimologicamente, ἦρωσ (héros) talvez se pudesse aproximar do indo-europeu *servā*, da raiz ser-, de que provém o avéstico haurvaiti, “ele guarda” e o latim seruäre, “conservar, defender, guardar, velar sobre, ser útil”, donde herói seria o “guardião, o defensor, o que nasceu para servir”. (BRANDÃO, 1987, p.15)

Quando falamos em Herói, falamos de uma personagem mítico que vive no limiar entre o mundo humano e o mundo dos deuses. Por vezes, o herói é defensor do cosmos, protegendo o mundo contra as forças do caos, fazendo com que o mundo continue existindo, em outros momentos ele é o próprio agente de transformação, derrubando regimes corruptos e decadentes, propiciando a renovação da vida.

Esse “estar entre dois mundos” fez com que o herói fosse visto como sendo ele próprio estivesse entre os deuses e os homens. Entre os gregos, os heróis eram uma categoria a parte, haviam os imortais (que chamamos de deuses), os mortais (humanos) e os heróis, que em sua maioria possuíam uma ascendência divina, ou que haviam conquistado as graças de um deus. Em outras mitologias, como a nórdica, os heróis não eram filhos ou descendentes, mas protegidos ou escolhidos pelos deuses, que lhes capacitavam para uma dada missão. Essa característica do herói, de ser um escolhido ou descendente divino, é notada na mitologia como o “nascimento milagroso”, isto é, ao nascer a criança-herói sofre a “exposição”, isto é, é exposta aos elementos ou uma grande dificuldade (Édipo foi abandonado no monte Citerão, Hércules venceu duas serpentes, Perseu foi lançado com a mãe ao mar, pelo avô,

Moisés foi colocado numa cesta de junco no nilo, Harry Potter, graças ao sacrifício de sua mãe, sobreviveu ao ataque de Voldemort, etc....) de modo, que sua infância já indica os grandes feitos futuros.

A jornada do herói, como é proposta por Joseph Campbell, pode ser resumida em três atos: **Partida-Iniciação-Retorno**.

A **Partida** corresponde o início da aventura.

O **Chamado à Aventura** pode por um processo natural, isto é, pode ser consequência da vivência do herói ou o herói se coloca a disposição para realizar o feito, como no conto do círculo arturiano “Sir Gawain e o Cavaleiro Verde”, *quando no ano-novo um cavaleiro verde aparece na corte do Rei Arthur, pedindo/desafiando que um dos cavaleiros presentes lhe dê um golpe de machado no pescoço e que em um ano, fosse na capela Verde, para receber o golpe de volta, Arthur se prontifica, mas, Gawain se prontifica, solicitando que o Rei permitisse que ele assumisse o desafio*. Esse é um exemplo, da aceitação natural ao chamado.

Outra possibilidade é quando o herói é envolvido pela aventura e, quando se dá conta, já está no meio da aventura, esse “cair de pára-quadras” na aventura é muito comum nos contos de fadas. Um exemplo, são as histórias de Simbad, o Marinho, narradas nas “Mil e Uma Noites”, onde, Simbad, já velho e próspero comerciante, narra a um homem pobre e invejoso, como ele se tornou rico e prospero, e que foi o destino e lhe levou as grandes aventuras.

Esse primeiro estágio da jornada mitológica – que denominamos aqui “o chamado da aventura” – significa que o destino convocou o herói e transferiu-lhe o centro de gravidade do seio da sociedade para uma região desconhecida. Essa fatídica região dos tesouros e dos perigos pode ser representada sob várias formas: como uma terra distante, uma floresta, um reino subterrâneo, a parte inferior das ondas, a parte superior do céu, uma ilha secreta, o topo de uma elevada montanha ou um profundo estado onírico. Mas sempre é um lugar habitado por seres estranhamente fluidos e polimorfos, tormentos inimagináveis, façanhas sobre-humanas e delícias impossíveis. (CAMPBELL,2005, p.66)

Campbell aponta que o chamado pode ser recusado, quando o herói se recusa, cai sobre ele passa ter uma existência vazia, se tornando ele mesmo um vilão ou pode ser amaldiçoado pelas divindades, e muitas vezes, ele próprio deve ser salvo por um futuro herói que aceitou o chamado (discutiremos mais a frente a recusa, quando falarmos do complexo de poder).

No início da Aventura, há como característica o *auxílio sobrenatural*, isto é, alguma figura sobrenatural (como animal falante), um deus, ou um ancião ou anciã lhes dão

conselhos e/ou instrumentos que lhes permitem seguir em sua empreitada. Após o encontro, com esse sobrenatural, o herói é levado ao limiar.

Chamado por Campbell, como *A passagem pelo primeiro limiar*, que é justamente quando o herói deixa o mundo conhecido e entra no desconhecido. Ao chegar no limiar, o herói passa pelo primeiro teste, que é enfrentar o guardião do limiar, esse guardião separa os limites do mundo conhecido, de modo, que nenhum homem comum pode atravessar esse limiar, esse guardião poderá tentar seduzir os heróis (como as sereias, a Iara, o boto), ou tentará assustar e enganar o herói levando-o a um destino trágico (como faz o coitado nos mitos indígenas norte-americanos, ou o curupira em nosso folclore). Ou mesmo, poderá ir propor um desafio que pode ser o combate físico ou mesmo que herói lhe traga um objeto (quase impossível) de se conseguir.

A passagem pelo primeiro limiar pode assumir a forma de renascimento, na mitologia é representado pelo ventre da baleia, em nossa cultura o mais conhecido é o profeta bíblico Jonas, mas, outros personagens míticos como o herói irlandês, Finn MacCool, o grego Hércules, o herói trapaceiro “Corvo” dos esquimós, o polinésio Maui, todos passaram pelo ventre da baleia ou do “grande peixe” ou do monstro marinho.

Após a travessia pelo primeiro limiar, o herói é exposto as provações que vão *inicia-lo* num desenvolvimento de ordem superior. Aqui o herói não contará apenas com sua força ou astúcia, mas, estará por inteiro na aventura.

Tendo cruzado o limiar, o herói caminha por uma paisagem onírica povoada por formas curiosamente fluidas e ambíguas, na qual deve sobreviver a uma sucessão de provas. Essa é a fase favorita do mito-aventura. Ela produziu uma literatura mundial plena de testes e provações miraculosos. O herói é auxiliado, de forma encoberta, pelo conselho, pelos amuletos e pelos agentes secretos do auxiliar sobrenatural que havia encontrado antes de penetrar nessa região. Ou, talvez, ele aqui descubra, pela primeira vez, que existe um poder benigno, em toda parte, que o sustenta em sua passagem sobre-humana (CAMPBELL, 2005, 102.)

No caminho das provações o herói deverá enfrentar desafios de todas as ordens, seja os monstruosos ou dos prazeres. Nesse caminho, o herói será levado ao encontro e confronto das forças primordiais: o amor e o poder. Esses dois são representadas pela figura da Deusa (ora mãe, ora amante) e do Deus-Pai.

No geral, o confronto com as forças criadoras (a Deusa-mãe e o Deus-Pai), no caso da Deusa-mãe é herói a encontra como a devoradora, a que aprisiona em seu próprio útero, vencer esta mãe primordial (caótica) é o primeiro passo para ser realmente homem, e assim, poder encontrar a deusa-rainha.

O encontro com a deusa (que está encarnada em toda mulher) é o teste final do talento de que o herói é dotado para obter a bênção do amor (caridade: amor fati), que é a própria vida, aproveitada como o invólucro da eternidade. (CAMPBELL,2005, p.119)

O confronto com o deus (muitas vezes figurado como monstro, o ogro) consiste num encontro e num reconhecimento. Isso pode se dar pela via do confronto direto (o deus como um monstro a ser derrotado) ou pelas tarefas que farão o pai reconhecer o filho-herói. Esse processo, permite ao herói “se tornar um com o pai” ou compreender o pai, que na verdade, é o amadurecimento, a possibilidade de vislumbrar uma dimensão, então, impossível para o mesmo.

O problema do herói que vai ao encontro do pai consiste em abrir sua alma além do terror, num grau que o torne pronto a compreender de que forma as repugnantes e insanas tragédias desse vasto e implacável cosmo são completamente validadas na majestade do Ser. O herói transcende a vida, com sua mancha negra peculiar e, por um momento, ascende a um vislumbre da fonte. Ele contempla a face do pai e compreende. E, assim, os dois entram em sintonia. (CAMPBELL,2005, p 142.)

Após completar sua busca, vencer seus desafios, o herói deve retornar a sua pátria, aqui ele também recebe, no geral, ajuda sobrenatural para realizar sua viagem de retorno ou sua fuga milagrosa.

Devemos ressaltar que apesar haver diferentes tipos de herói, a estrutura da aventura é a **mesma**.

O Arquétipo do Herói e a Experiência Pessoal: Complexo de Poder

Após observarmos a estrutura do mito do herói, podemos compreender um pouco mais acerca do arquétipo do herói. Afinal, o mito do herói é uma representação do arquétipo do herói na cultura. Não podemos perder de vista, que os arquétipos são padrões de organização psíquica, culturalmente percebemos essa organização a partir da repetição sistemática dos temas mitológicos (criação, maternidade, morte, enfrentamento de adversidades) que nos permite uma orientação nas diversas situações da vida.

Em nossa experiência pessoal, os arquétipos se configuram como um eixo temático em torno do qual as experiências pessoais serão apreendidas e ordenadas, dando origem aos complexos. Por exemplo, as experiências vinculadas a maternidade (nutrição, acolhimento/proteção) darão origem ao complexo materno.

No caso específico do herói, não há na literatura em português uma referência clara ao complexo oriundo do “arquétipo do herói”, eu particularmente, compreendo que herói é a imagem representacional do arquétipo, por isso, eu prefiro chamar essa configuração pessoal de “complexo de potência” ou “complexo de poder”.

O complexo de poder agrega a si todas as experiências do indivíduo no tange “enfrentamentos”, mudanças, a capacidade suportar a adversidade, frustrações. Desde cedo somos incentivados (ou não) a enfrentar a realidade externa, o meio. Um indivíduo que desde cedo sentiu segurança, apoio e estabilidade nas relações parentais, vai construir um repertório de experiências que vão possibilitar uma maior segurança no futuro, isto é, um complexo de potência que vai sustentar o Ego na sua relação frente a vida.

Devemos lembrar, que mesmo os que não tiveram condições de vivenciar em suas famílias experiências positivas, têm outros referenciais que são oferecidos culturalmente (que normalmente, complementam o aprendizado doméstico) que são as narrativas míticas (as mais comuns são histórias da bíblia), contos de fadas (que hoje identificamos também com os “super-heróis” ou personagens de TV e quadrinhos), identificação com pessoas (atletas ou empresários), que mobilizam o indivíduo a novas possibilidades.

O complexo de poder está intimamente relacionado com o aspecto teleológico da psique, isto é, o complexo de poder não só agrega as experiências de enfrentamento a si, mas, possibilita ao ego um direcionamento futuro, trazendo em si um potencial de ação e mudança, muitas vezes, impelindo o Ego ao enfrentamento.

Como todo complexo, o de poder não foge aos aspectos históricos indivíduo, isto é, ele não se configura apenas como um polo criativo. Pois, quando um indivíduo tem mais experiências de frustração, de abandono e insegurança, sua experiência negativa também vai moldar negativamente este complexo, fazendo com que o indivíduo se torne por demais ansioso, temeroso, inseguro e evitando as situações de conflito, nessa forma de configuração conhecemos esse complexo pelo nome dado por Adler: **complexo de inferioridade**. Quando falamos do “complexo de inferioridade” devemos ter atenção, pois, saindo da perspectiva de Adler, a inferioridade em si não gera o complexo, quando nos referimos ao complexo de inferioridade estamos falando da uma face do complexo de poder.

É importante prestarmos atenção ao fato de que os complexos estão interligados, assim, as experiências muitas vezes se somam positivamente ou negativamente. Ninguém tem exclusivamente experiências positivas ou negativas na vida. Quando sofremos muito em nossa vida, a tendência é nos tornarmos defensivos, evitando mais sensações de dor, achamos que não damos conta das experiências ou das situações. Muitas vezes, gerando sentimentos e pensamentos negativos em relação a nós mesmos. No geral, desvalorizando as conquistas que tivemos na vida e assim, podemos não perceber o lado criativo do complexo de poder.

Em psicoterapia é importante observarmos quais são os complexos que estão em relação com o complexo de poder, que fortalecem a perspectiva negativa frente a vida. Uma vez que o indivíduo perceba essas relações, para assim, se permitir novos movimentos. No geral, o complexo de poder está intimamente ligado a ansiedade, pois, nele reside grande parte da nossa referência de confiança e segurança.

A ansiedade é uma função de proteção natural, que evita que assumamos riscos desnecessários, entretanto, com o nosso mundo contemporâneo, onde a realidade é fluida, regida pelas incertezas, a nos leva sempre a sempre questionar “será que dou conta?” E cada passo que damos é sempre um passo rumo as dúvidas. A ansiedade exagerada ou o excesso de insegurança expressam nossa dificuldade não só de lidar “com o que vai vir”, mas, também, de lidar com nossa história, com nossas conquistas, perdemos a noção das possibilidades. A ansiedade, como uma sensação de despreparo para a vida, gera uma limitação em nossa percepção de realidade, que se resume se daremos conta ou não.

Quando nos remetemos ao arquétipo do herói, temos uma referência interessante: o herói nunca dá conta de tudo sozinho. Sempre recebe o “auxílio sobrenatural” ou a ajuda de amigos. Por isso, quando compreendemos que os mitos são modelos exemplares (segundo Eliade), que nos orientam em como reagir nas mais diversas situações da vida, nós temos um excelente instrumento de referência para além da experiência individual.

Sofremos com a ansiedade, quando tentamos “dar conta de tudo sozinhos” cometemos, o que na mitologia grega seria o “pecado do herói”, isto é, a “hybris”, a desmensura, excesso, ou o orgulho, que não nos permite compreender o nosso real papel e que nos conduz ao fracasso. Indo na vida aprendemos o quanto precisamos dos outros, aprendemos que crescer é crescer juntos. É interessante que nos contos de fadas contemporâneos nos dizem justamente isso, quando lemos “O Senhor dos Anéis”, “Harry Potter” ou “Percy Jackson”, vemos a importância de compreender que “heroísmo” ou “enfrentamento” não significa que tenha de ser “sozinho”.

Quando associamos o complexo de poder ao arquétipo do herói, podemos compreender não só o que fazemos, mas, sobretudo, o que devemos fazer. Nossa psique visa sempre o desenvolvimento, isto é, o crescimento individual e coletivo. Muitas vezes, nós fazemos escolhas que geram estagnação, paralisando nossa vida. Muitas vezes, quando **recusamos o chamado a aventura**, isto é, recusamos o nosso próprio desenvolvimento (seja pelo medo ou por não termos, naquele momento, melhores opções) podemos gerar o adoecimento.

Com frequência, na vida real, e com não menos frequência, nos mitos e contos populares, encontramos o triste caso do chamado que não obtém resposta; pois sempre é possível desviar a atenção para outros interesses. A recusa à convocação converte a aventura em sua contraparte negativa. Aprisionado pelo tédio, pelo trabalho duro ou pela “cultura”, o sujeito perde o poder da ação afirmativa dotada de significado e se transforma numa vítima a ser salva. Seu mundo florescente torna-se um deserto cheio de pedras e sua vida dá uma impressão de falta de sentido – mesmo que, tal como o rei Minos, ele possa, através de um esforço tirânico, construir um renomado império. Qualquer que seja, a casa por ele construída será uma casa da morte; um labirinto de paredes ciclópicas construído para esconder dele o seu Minotauro. Tudo o que ele pode fazer é criar novos problemas para si próprio e aguardar a gradual aproximação de sua desintegração. (CAMPBELL, 2005, p. 66-7)

O complexo de poder (assim, como sua contrapartida impessoal, o arquétipo do herói) nos impele ao futuro, nos incomoda sempre que estagnamos, ou nos gera ansiedade ou temor – não para nos paralisar, mas, para nos alertar dos perigos para assim criarmos novas estratégias, buscarmos ajuda, criar novos meios.

Referências Bibliográficas

BRANDÃO, Junito. Dicionário Mítico-Etimológico. Petrópolis: Vozes, 1997, vol. I.

CAMPBELL, Joseph. O herói de mil faces. 10. ed. São Paulo: Cultrix/Pensamento, 2005

Fabricio Fonseca Moraes (CRP 16/1257)

Psicólogo Clínico de Orientação Junguiana, Especialista em Teoria e Prática Junguiana(UVA/RJ), Especialista em Psicologia Clínica e da Família (Saberes, ES). Membro da International Association for Jungian Studies(IAJS). Formação em Hipnose Ericksoniana(Em curso). Coordenador do “Grupo Aion – Estudos Junguianos” Atua em consultório particular em Vitória desde 2003.

Contato: 27 – 9316-6985. / **E-mail:** fabriciomoraes@yahoo.com.br / **Twitter:** [@FabricioMoraes](https://twitter.com/FabricioMoraes)

<http://www.psicologiaanalitica.com>

(Fonte: <http://www.psicologiaanalitica.com/algumas-palavras-sobre-o-arquipo-do-heri-e-o-complexo-de-poder/>, data de acesso 10/03/2017)

2 - Opinião: Complexo do Super-Herói - Como se libertar deste Complexo?

21-08-2015 18:21

O crescimento das empresas muda o dia-a-dia das organizações e também deve mudar o papel do líder, uma evolução que Filipe Nuno Carlos admite não ser fácil. O fundador da WinTrust explica o complexo do Super-herói e como é possível libertar-se dele.

À medida que uma organização cresce, a atitude do líder deve ir mudando para que possa dar espaço a novos líderes e para que ele próprio não passe a ser uma fonte de estrangulamento. Mas porque é que isso é tão difícil de acontecer? Porque todos temos o "Complexo do Super-Herói"!

Brad Sugars, CEO da ActionCOACH, define o Complexo do Super-Herói como a necessidade que temos de mostrar que somos importantes, que somos cruciais para a organização e que o nosso lugar não é facilmente substituível. Gostamos de sentir que havia um problema e que fomos nós que o resolvemos.

Esta reação, perfeitamente natural, acabará por ser contraproducente com o crescimento da equipa porque um líder deve entregar valor de uma forma diferente. Mas então como sentir-me útil sem cair no Complexo do Super-Herói?

A melhor forma de um líder se sentir útil passa por dedicar-se a outras prioridades e deixar as questões operacionais com os seus elementos de equipa. Ele deve dedicar-se às questões estratégicas e à cultura da empresa. Assim, a maior parte do tempo deverá ser usado a abrir novas portas, novas parcerias, novos mercados, em monitorar os indicadores de performance e em assegurar que os vários elementos absorvem paulatinamente todos os pontos de cultura da empresa.

Para que isto seja uma realidade, há que assegurar alguns ingredientes, nomeadamente (1) uma visão forte e inspiradora para a equipa; (2) uma descrição clara da cultura da empresa, onde cada um saiba o que se espera dele ou dela; (3) regras do jogo bem definidas para que cada um saiba quais são os seus limites; (4) e dentro desses limites, haver apoio ao risco por parte da gestão.

Vamos então analisar os pontos acima um por um. Uma visão forte serve como mola impulsionadora. As pessoas gostam de desafios. São os desafios que nos motivam, e mais importante que tudo é pela visão que os elementos de equipa sabem como atuar em momentos mais complicados e inesperados, sem precisarem de estar dependentes do líder.

A cultura da empresa permite que o mesmo cliente, sendo servido por pessoas diferentes em momentos diferentes, tenha a mesma sensação e experiência com o serviço prestado. Garante um sentimento de equipa, onde cada elemento está motivado para um objetivo comum e não para satisfazer a vontade pontual do chefe A ou do chefe B.

As regras do jogo são um elemento crucial e gostaria de partilhar uma regra que me parece fundamental em qualquer organização. Dale Carnegie inspirou-se nesta regra como forma de eliminar 50% dos problemas profissionais de um líder, mas eu acrescento ainda a vantagem de permitir que cada elemento da equipa cresça como profissional de forma mais consistente.

A regra consiste em pedir ajuda ao líder apenas depois de descrever o problema e de pensar em 3 soluções possíveis, com as respetivas vantagens e desvantagens. Assim, quando ocupar o tempo do líder, este último apenas terá que analisar as várias opções e confirmar a opção escolhida pelo colega ou então aproveitar o momento para lhe ensinar porque a opção escolhida deve ser outra.

Este exercício, executado de forma regular, vai criando no colaborador um sentimento de autonomia pois tenderá a que as opções por ele escolhidas sejam cada vez mais coincidentes com as opções do líder. Adicionalmente, o efeito de telefonar para o líder por qualquer motivo ou pequeno problema, desaparece.

Como quarto e último ponto temos o apoio ao risco. Este ponto representa o maior desafio para o líder porque este tem que se libertar do foco em ver as coisas feitas à sua maneira. O seu foco tem que passar para o crescimento do colaborador como profissional e estar do lado de fora do campo, como treinador, a ajudá-lo a tomar decisões.

Em suma, usando estas orientações facilitamo-nos a mudar o foco de "jogador" para o foco de "treinador". Não escondo que é um trabalho difícil porque deixamos de sentir o prazer pelo envolvimento direto nas tarefas e passamos a ter que transferir o prazer pelos resultados que os outros alcançam. Como recompensa, se o trabalho for bem feito, os resultados serão maiores e melhores do que se fossem feitos apenas por nós.

* Sócio-gerente da WinTrust

(Fonte:

http://tek.sapo.pt/opiniao/artigo/opiniao_complexo_do_super_heroi_como_se_libertar_desto_com_plexo-43889sj.html, data de acesso 10/03/2017)

3 - Complexo de Super Herói

Sexta-feira, 20 de maio de 2011

O dia a dia faz com que eu veja as nossas vidas como uma grande história em quadrinhos, com força, superpoderes, aventuras, grandes derrotas, vitórias memoráveis, vilões quase imbatíveis, superamigos e claro um grande amor.

Normalmente a maioria das pessoas tende a ser o “super-herói” da sua própria vida, mas também temos os que escolhem ser os “vilões” ou simplesmente a “mocinha”, ou todos ao mesmo tempo. Como não lembrar de alguém que está sempre aguardando ser salvo, ou agindo como que se algo mágico fosse acontecer do nada para mudar sua vida, esperando seu salvador surgir em um cavalo branco com uma espada em punho preparado para a levar a um mundo de sonhos... e por aí vai. Parece besteira, mas esse é muito comum entre os jovens, é o típico comportamento da “mocinha”, esse dentre os três é o mais simples de se fazer voltar ao mundo real, basta uma pequena dose de cotidiano, somada com o prazer de conquistar seus ideais, pode demorar um pouco mais para alguns, mas nada que o tempo não cure.

Não podemos falar que temos um padrão para aqueles que vivem se sentindo como os grandes “vilões” do seu meio, família ou grupo. Destaco que nem sempre as pessoas que se acham os “Vilões” são pessoas ruins ou que fazem maldades com as outras, na verdade o bem e o mal são pontos de vista. Imagine você vivendo em um grupo ou família onde somente você enxerga o que é o certo, ou somente você tem princípios morais corretos, e só você pode fazer algo para mudar isso mesmo que tenha que agir como um ditador ou um tirano. Esse tipo de pessoa sofre muito pois sabe que suas ações afastaram todos dela, mas mesmo assim sente que somente ela pode passar os seus ideais, por mais que distorcidos para os outros. Esse caso é um pouco mais complicado por depender de um ideal pessoal, e isso pode ser muito difícil de mudar em um ser humano, porém nada na vida é imutável, as vezes só faltava uma única palavra para que essa pessoa fosse mais aberta com todos, respeito e diálogo é a única arma contra esse vilão.

Durante anos pensei que era o “Super herói” da minha própria vida, e lutei contra forças além dos meus poderes, fui espancado, tive os braços e pernas quebrados, senti a dor de perder amigos, sobrevivi mesmo depois da pessoa que mais confiava acertar um punhal no meu peito e vi que isso tudo era apenas o início, eu só tenho vinte e cinco anos. Sabe depois de tudo isso eu só pensei em uma coisa, quando é que eu tiro a máscara, quando chega a minha hora de ser Bruce Wayne, eu já estou cansado de ser o Batman. Eu vi que ser um “super-herói” na vida real é muito diferente por dois motivos, primeiro que mesmo se você for pobre de rico ou tão pobre que de pena, todos, sem nenhuma exceção, têm problemas, acho que isso é umas das formas da vida ser justa. O segundo motivo ainda me é motivo de reflexão, o fato de não ter uma identidade secreta nos torna muito mais vulnerável a tudo, um “super-herói” é glorificado por seus feitos e louvado por todos, mas quando vem a falhar da mesma forma e julgado e execrado pela sociedade. Agora imagine a frustração de alguém que mesmo após ter gasto todas as suas forças durante todo o dia e quando chega a sua caverna ouve que não é bom o bastante ou simplesmente não tem o devido grau de admiração dado por aqueles que ele ama e protege. Sim é difícil, mas não é o fim do mundo.

A partir do momento que deixei de me ver como salvador da minha própria existência e passei a ver a vida como resultado de evolução natural, me libertei de alguns paradigmas como achar que tenho que salvar alguém ou ser um campeão. Todos temos sonhos, desejos, vontades e queremos conquistá-las, mas não devemos achar que só por que elas ainda não estão em nossas mãos signifique que estamos sendo negligentes com nós mesmos. Tudo na vida tem um tempo certo para ser feito, deixo como exemplo as árvores... algumas plantamos e temos seus frutos em poucos meses, já outras temos que dedicar mais tempo as vezes anos até o dia de poder provar de seus frutos. Não vale a pena carregar o peso do mundo todo em suas costas, nem uma capa pois, para ser especial você não precisa voar.

Fernando Mandrake

(Fonte: <http://pensebembr.blogspot.com.br/2011/05/complexo-de-super-heroi.html>, data de acesso 10/03/2017)

4 - Os principais sintomas do Complexo de Superioridade e como tratá-los

Publicado em: 28/12/2016 Por: Equipe SBie

As pessoas que possuem o complexo de superioridade têm a necessidade de sempre falar de suas conquistas e qualidades, se tornando muitas vezes arrogantes e inconvenientes.

É muito comum ouvirmos falar sobre complexo de inferioridade, caracterizado pela baixa autoestima, insegurança e sentimento de ser inferior ao restante das pessoas. Apesar disso, pouco se fala sobre o complexo de superioridade — que atinge muito mais pessoas do que você imagina.

Como o nome diz, a pessoa que sofre de complexo de superioridade tem necessidade de se sentir superior a tudo e todos. E, na maioria das vezes, esses indivíduos realmente acreditam que estejam acima dos demais, que são mais competentes, inteligentes e que tudo o que é seu é melhor — seja o carro, o emprego, os filhos e o casamento.

Pessoas com complexo de superioridade sentem necessidade de falar sobre as suas conquistas e qualidades, se tornando inconvenientes e até arrogantes. O grande problema é que, para se sentir bom o suficiente, este indivíduo normalmente inferioriza as outras pessoas e age como dono da verdade, tornando-se uma companhia desagradável.

Sintomas do complexo de superioridade

Quem sofre de complexo de superioridade, na verdade é uma pessoa muito insegura. Por mais que ela afirme o contrário, esta pessoa duvida de sua própria capacidade e das suas competências. Se sentir superior é, na verdade, um mecanismo para camuflar o seu sentimento de inferioridade. Os principais comportamentos dessas pessoas são:

- Hábito de se vangloriar o tempo todo e achar que os outros são inferiores;
- Necessidade de inferiorizar as pessoas, apontando defeitos e fazendo comparações;
- Crença de que só será amado e aceito pelas pessoas por meio das suas conquistas e realizações;
- Visão distorcida e exagerada sobre suas capacidades e seus valores;
- Demonstrações de inveja;
- Busca por reconhecimento;
- Preocupação excessiva com a opinião das pessoas;
- Costumam ser extravagantes na forma de ser, se vestir e falar;

- Necessidade de demonstrar segurança e exibir as próprias conquistas;
- Dificuldade de receber críticas e reconhecer os próprios erros;
- Necessidade de se justificar o tempo todo;
- Perfeccionismo excessivo.

Como vencer a necessidade de ser o melhor

Encontre seu lugar e escolha ser feliz

Antes de qualquer coisa, entenda que as pessoas não precisam estar erradas para você estar certo. O outro não precisa ser infeliz para você se sentir feliz, e as pessoas não precisam perder para que você ganhe. Cada pessoa tem seu espaço, suas conquistas e suas qualidades. Há lugar para todos no mundo, e a felicidade está disponível da mesma forma para todos.

Saiba quem você é

Quanto mais você se conhece, mais motivos você tem para confiar em si mesmo e se sentir capaz, sem precisar se sentir superior e inferiorizar as pessoas ao seu redor. Conhecer sua história de vida, sua personalidade, suas forças, fraquezas e suas emoções permite que você tenha uma visão clara do seu potencial.

Se você quer começar a se amar, precisa olhar para você. Nós sabemos como lhe ajudar: conheça o [Método LOTUS](#) e descubra como.

(Fonte: <http://www.sbie.com.br/blog/os-principais-sintomas-do-complexo-de-superioridade-e-como-trata-los/>, data de acesso 10/03/2017)