

O CATIVEIRO DO EU

EGOCENTRISMO, INVISIBILIDADE DO
OUTRO E A MONOLOGIZAÇÃO DO AMOR



Iraê César Brandão

2025

doi 10.29327/7677821

SUMÁRIO

1.	INTRODUÇÃO	4
2.	REVISÃO DE LITERATURA.....	5
2.1.	Narcisismo: da mitologia grega à psicologia moderna.....	6
2.1.1.	Eixo psicológico: Freud, Jung e Lacan	9
2.1.2.	Eixo psicossocial: Mead e Erikson	9
2.1.3.	Eixo filosófico: Buber e Ricoeur	9
2.1.4.	Síntese e integração teórica	10
2.2.	Egocentrismo e a centralidade do “eu”	10
2.3.	Vida conjugal: entre reciprocidade e prisão psicológica	12
2.4.	Quadro comparativo: integração conceitual de Narcisismo, Egocentrismo e Vida Conjugal	13
	Quadro 1: comparativo de conceitos do “eu”	13
2.5.	Narcisismo, egocentrismo e redes sociais: impactos na vida conjugal	14
2.5.1.	Narcisismo e redes sociais	15
2.5.2.	Egocentrismo e relações familiares	15
2.5.3.	Impactos na vida conjugal	16
2.6.	Novos moldes de laços familiares	16
2.6.1.	Gerações e riscos psicológicos	17
3.	METODOLOGIA APLICADA	18
4.	DISCUSSÃO	19
5.	CONSIDERAÇÕES FINAIS.....	22
	REFERÊNCIAS	24

O Cativo do Eu: Egocentrismo, Invisibilidade do Outro e a Monologização do Amor

The captivity of the Self: Egocentrism, Invisibility of the Other, and the Monologization of Love

Iraê César Brandão¹

¹iraecbrandao@gmail.com.br

 <https://orcid.org/0000-0002-2079-0615>

Abstract: *his essay investigates the impact of egocentrism and narcissism on contemporary marital relationships, examining how the centrality of the “self,” combined with a lack of empathy and insecurity, undermines individual protagonism and affective reciprocity. The objective is to understand the implications of these dynamics for identity construction and the emotional well-being of partners, while analyzing their manifestations in marital life and discussing theoretical alternatives for mitigation. The research adopts a theoretical-reflective approach, based on a literature review and triangulation of authors from the psychological, psychosocial, and philosophical fields. The findings indicate that ego-centered behaviors lead to emotional captivity, restriction of co-authorship, and the emptying of individuality. We conclude that critical reflection on the centrality of the “self” is essential to fostering more balanced, authentic, and healthy marital relationships.*

Keywords: *Narcissism; Egocentrism; Marital Life; Individual Protagonism; Emotions.*

Resumo: Este ensaio investiga o impacto do egocentrismo e do narcisismo nas relações conjugais contemporâneas, analisando como a centralização do “eu”, associada à falta de empatia e à insegurança, compromete o protagonismo individual e a reciprocidade afetiva. O objetivo é compreender as implicações dessas dinâmicas para a construção identitária e a saúde emocional dos parceiros, analisando suas manifestações na vida conjugal e discutindo alternativas teóricas de mitigação. A pesquisa adota abordagem teórico-reflexiva, baseada em revisão bibliográfica e triangulação de autores das áreas psicológica, psicossocial e filosófica. Os resultados indicam que comportamentos centrados no ego geram aprisionamento emocional, limitação da coautoria e esvaziamento da individualidade. Concluímos que a reflexão crítica sobre a centralidade do “eu” é essencial para promover relações conjugais mais equilibradas, autênticas e saudáveis.

Palavras-chave: Narcisismo; Egocentrismo; Vida conjugal; Protagonismo; Emoções.

1. INTRODUÇÃO

Muitos relacionamentos começam com a promessa de partilha, cumplicidade e crescimento mútuo. Entretanto, quando o egocentrismo se instala — sobretudo no espaço conjugal — a convivência deixa de ser troca para se tornar imposição de vontades. O lar, que deveria ser refúgio, se transforma em cárcere psicológico, no qual um dos parceiros assume o centro da cena enquanto o outro se apaga, vivendo à sombra de uma relação desigual.

Nesse contexto, o narcisismo ocupa papel central, alimentando a ilusão de que apenas um protagonismo deve existir: o do “eu” inflado e constantemente reafirmado. A ausência de empatia reforça essa dinâmica, pois torna invisíveis as necessidades emocionais do parceiro(a). Agregando a isso a insegurança, o medo da perda de controle e a dificuldade em lidar com a alteridade, criando um ambiente marcado por cobranças, críticas e comparações constantes. O resultado é uma relação em que um cônjuge é sufocado(a) pela ausência de reconhecimento e impedido(a) de exercer sua autonomia, sendo paradoxalmente exigido(a) por “não fazer” ou por não possuir vida própria — seja social, profissional ou até mesmo virtual, em tempos de redes.

Esse fenômeno, embora silencioso, é devastador. Se trata de uma prisão invisível, cujas correntes não são de ferro, mas de comportamentos: controle, ego, indiferença, manipulação emocional e carência de reciprocidade. Refletir sobre esse cenário implica discutir como padrões de personalidade e distorções relacionais corroem a saúde afetiva e limitam o desenvolvimento individual dentro do espaço conjugal.

Diante desse cenário, consideramos a necessidade de evidenciar as seguintes questões norteadoras deste ensaio: De que maneira o egocentrismo, associado a traços de narcisismo, falta de empatia e insegurança, compromete a vivência do protagonismo individual dentro das relações conjugais? Essa indagação busca compreender como a centralização do “eu” em detrimento do “outro” impacta não apenas a dinâmica conjugal, mas também a construção identitária e a saúde emocional dos envolvidos.

Como questão complementar, propomos refletir: Até que ponto as redes sociais e os padrões modernos de exposição influenciam na intensificação desse egocentrismo conjugal, ampliando a sensação de aprisionamento e esvaziamento de individualidade? Essa dimensão adicional permite conectar o fenômeno às transformações culturais atuais, nas quais a performance pública e a busca por validação externa reforçam mecanismos de controle e desigualdade nas relações.

Partindo da problemática apresentada, nós consideramos como hipótese central que o egocentrismo, quando associado a traços de narcisismo, à falta de empatia e à insegurança, compromete significativamente a vivência do protagonismo individual dentro das relações conjugais, produzindo efeitos negativos tanto na dinâmica afetiva quanto na construção identitária e na saúde emocional dos envolvidos. De modo mais específico, formulamos as seguintes hipóteses: (h1) a ausência de reconhecimento mútuo e a sobreposição do “eu” em detrimento do “outro” geram dinâmicas de controle, críticas constantes e restrição da autonomia individual; (h2) tais elementos repercutem diretamente no desenvolvimento da identidade pessoal e na preservação do espaço subjetivo de cada cônjuge, favorecendo sentimentos de sufocamento e esvaziamento; e (h3) as redes sociais e a cultura moderna de exposição intensificam esse egocentrismo conjugal, reforçando mecanismos de comparação, validação externa e desigualdade relacional.

A presente reflexão está inserida no campo de uma pesquisa teórico-reflexiva, de caráter qualitativo e não empírico. Isso significa que não serão utilizados levantamentos de dados estatísticos, entrevistas ou observações diretas, mas sim a análise crítica de conceitos advindos da psicologia, da sociologia e da filosofia, em diálogo com produções acadêmicas já existentes. Tal abordagem tem como potencial ampliar a compreensão interdisciplinar do fenômeno, mas encontra como principal limitador a ausência de evidências empíricas que possam validar as hipóteses apresentadas. Assim, o estudo não se propõe a mensurar ou comprovar empiricamente as consequências do egocentrismo conjugal, mas a abrir caminhos de reflexão teórica que inspirem futuras pesquisas de caráter investigativo.

2. REVISÃO DE LITERATURA

Propomos neste ensaio a análise do narcisismo e do egocentrismo nas relações conjugais, investigando suas origens simbólicas, psicológicas, sociais e filosóficas. Foram exploradas a centralidade do “eu”, a dificuldade de reciprocidade e a forma como a valorização excessiva de si mesmo pode transformar vínculos afetivos em prisões psicológicas. Além disso, discutimos o impacto das redes sociais e da modernidade na intensificação dessas dinâmicas, assim como a influência dos padrões culturais e familiares na formação e manutenção de laços emocionais marcados pelo controle, pela comparação e pela invisibilidade das necessidades do outro. O objetivo é oferecer uma compreensão multidimensional das forças que moldam o egocentrismo, revelando suas consequências para a autonomia, o protagonismo individual e a qualidade dos vínculos conjugais.

2.1. Narcisismo: da mitologia grega à psicologia moderna

O termo narcisismo se origina na Mitologia Grega, na história de Narciso, jovem de grande beleza que, ao contemplar sua própria imagem refletida na água, se apaixona por si mesmo, definha e morre. Essa narrativa simboliza a fixação excessiva no próprio eu, incapaz de reconhecer ou valorizar o outro. A obra de Ovídio (2014, Livro III, versos 339-510) narra que Narciso, filho da ninfa Liríope e do deus-río Céfiso, foi amaldiçoado a amar apenas a si mesmo após rejeitar diversos pretendentes. Ao se deparar com sua própria imagem refletida, se apaixona perdidamente, incapaz de se afastar, definhando até sua morte. Em seu lugar, nasce a flor que leva seu nome — o narciso — consolidando a associação simbólica entre beleza, vaidade e autointeresse extremo (BRANDÃO, 2009).

Embora o nome Narciso apareça na Bíblia apenas como referência a uma família cristã em Romanos 16:11 (“Saudai a Herodião, meu compatriota; saudai os da família de Narciso, que estão no Senhor”), não há relação direta com a figura mitológica. Entretanto, o tema do narcisismo — entendido como amor desmedido a si mesmo, vaidade e orgulho — encontra correspondência em diversas passagens bíblicas que condenam a vaidade excessiva, o orgulho e o amor desmedido de si mesmo (BÍBLIA SAGRADA, 1993):

Por exemplo, 2 Timóteo 3:2 adverte: “Pois os homens serão amantes de si mesmos, gananciosos, presunçosos, arrogantes, blasfemos, desobedientes aos pais, ingratos, ímpios [...]”, denunciando o comportamento egocêntrico. De forma complementar, Provérbios 16:18 afirma que “[...] a soberba precede a ruína, e a altivez do espírito precede a queda [...]”, refletindo simbolicamente a história de Narciso. Outros versículos, como Filipenses 2:3-4 e Provérbios 27:2, reforçam a crítica à vaidade e ao autoengrandecimento, propondo humildade, consideração pelo outro e reconhecimento da alteridade, aspectos diretamente opostos ao comportamento narcisista.

Miller (1987) aponta, em “O Drama da Criança Bem-dotada” (1979), que muitos narcisistas foram crianças amadas apenas quando correspondiam às expectativas dos pais. Esse padrão condiciona o *self*¹ à aprovação externa, dificultando o desenvolvimento de uma identidade autêntica. Na vida adulta, experiências de rejeição reativam a dor de não serem aceitos pelo que realmente são, reforçando comportamentos egocêntricos e a dificuldade em

¹ *Self*: conceito central na psicologia do self (Kohut), se refere à estrutura psíquica que organiza a experiência emocional, a autoestima e a percepção de identidade do indivíduo. O *self* integra sentimentos, pensamentos e relações com os outros, funcionando como núcleo de coesão interna e orientação do comportamento. Em contextos relacionais, um *self* saudável permite estabelecer vínculos empáticos e reconhecedores; quando fragilizado, pode gerar dependência excessiva de validação externa ou dificuldades na interação com o outro (KOHUT, 1971; 2009).

reconhecer as necessidades emocionais do parceiro, fenômeno central nas relações conjugais analisadas neste estudo.

Autores como Freud, Kohut e Kernberg convergem na ideia de que o narcisista tem um eu frágil que depende de aceitação externa. Por isso, a rejeição o “derruba”: ela não é só uma negativa, mas um ataque direto à sua identidade e autoestima.

Na psicologia moderna, Freud (1996, 2010) introduziu o conceito de narcisismo, diferenciando o narcisismo primário, ligado ao amor inicial de si mesmo, do narcisismo secundário, quando a libido retorna ao eu após experiências de frustração ou rejeição. Esta abordagem permite compreender a dinâmica do ego diante da autoestima e da necessidade de reconhecimento externo.

Posteriormente, Kohut (1971) aprofundou a compreensão do fenômeno, destacando o papel do *self* e da necessidade de “espelhos” externos para validação. Quando tais espelhos não estão presentes, ocorre a chamada ferida narcísica, capaz de provocar colapso emocional ou reações de raiva. Kernberg (2008 *apud* DORNELLES & ALANO, 2021) acrescenta que o narcisismo patológico se caracteriza pela oscilação entre grandiosidade e fragilidade do eu, associada à incapacidade de empatia e à necessidade constante de admiração.

Em sua obra “Introdução ao Narcisismo”, Freud (1914-2010) apresenta o narcisismo como uma fase necessária da evolução da libido, ocorrendo antes mesmo de o sujeito se voltar para um objeto sexual externo. Ele distingue entre o narcisismo primário, em que a libido é investida no próprio ego, e o secundário, quando essa energia é direcionada para objetos externos. Freud também introduz o conceito de “ideal do eu”, uma instância psíquica que surge após a fase narcisista primária, representando a internalização de padrões e valores sociais. Essa obra marca uma contribuição significativa para a compreensão do desenvolvimento psíquico e das dinâmicas do ego.

A partir de Kohut (1971-2009) que desenvolveu o conceito de *selfobjects*² e as necessidades de *selfobject* (*mirroring*³, idealização, *twinship*⁴), podemos supor que em um

² *Selfobject* — é alguém com quem o indivíduo se relaciona de tal forma que essa pessoa funciona como extensão de seu *self*; ela deve responder de maneiras que sustentem a coesão, autoestima e integridade *self*. Quando essas necessidades não são atendidas — por exemplo, quando o parceiro narcisista não oferece empatia ou reconhecimento emocional —, o outro parceiro experimenta invisibilidade, pois suas necessidades emocionais ficam sem resposta (KOHUT, 1971).

³ *Mirroring* — necessidade do *self* de ser reconhecido, validado e admirado pelo outro significativo, especialmente em momentos de expressão emocional ou conquista. Quando essa resposta empática falta, surgem sentimentos de vazio e desvalorização (KOHUT, 1971).

⁴ *Twinship* — também chamado de “experiência de alter ego” ou “necessidade de semelhança”, se refere ao desejo de sentir afinidade, similaridade e pertencimento com o outro. A falta dessa vivência pode gerar isolamento e dificuldade de integração social (KOHUT, 2009).

relacionamento com um parceiro narcisista, as funções de *mirror*⁵ (espelhamento) e idealização ficam comprometidas. O parceiro “invisível” é aquele cujas emoções, vulnerabilidades e necessidades não são espelhadas ou validadas; esse invisível perturba a auto-coerência e o sentido de valor próprio.

Kernberg enfatiza que indivíduos com narcisismo patológico utilizam defesas primitivas — como idealização, desvalorização e divisão (*splitting*)⁶ de objetos internos — para sustentar uma autoimagem grandiosa diante de suas fragilidades internas. Quando um parceiro narcisista alterna entre idealizar e desvalorizar, ele frequentemente desconsidera, minimiza ou nega as necessidades emocionais do outro, que se vê submetido à desvalorização e à marginalização emocional. Dessa forma, o parceiro sofre uma invisibilidade afetiva, pois suas necessidades ficam subordinadas às demandas do *self grandioso*⁷ do narcisista — reconhecimento, admiração e controle —, sem que haja reciprocidade de suporte emocional genuíno (KERNBERG, 1995; 1985).

A análise de Brandão (2025) sobre a dinâmica da desigualdade e a decadência social evidencia que, assim como as estruturas sociais reproduzem concentração de poder e exclusão; relações conjugais marcadas por narcisismo refletem dinâmicas de controle e instrumentalização do parceiro. A busca por reconhecimento e manutenção do *self grandioso* transforma o outro em objeto de validação, silenciando suas necessidades. Essa analogia entre desigualdade social e desigualdade afetiva reforça como o egocentrismo perpetua relações desiguais, evidenciando a relevância de compreender tanto fatores psíquicos quanto contextos sociais na análise das relações conjugais.

A análise do narcisismo, egocentrismo e das dinâmicas conjugais na contemporaneidade exige uma abordagem multidimensional, articulando perspectivas psicológicas, psicossociais e filosóficas. Nesse sentido, a triangulação de alguns autores permite aprofundar a compreensão do fenômeno e suas implicações na vida a dois.

⁵ *Mirror* — (espelho em inglês) — refere-se a dois conceitos principais: o “*self* do espelho”, que é a forma como construímos nosso autoconceito com base na percepção que acreditamos que os outros têm de nós; e o “espelhamento” (*mirroring*), o ato inconsciente de imitar a linguagem corporal, a fala ou os gestos de outras pessoas, mediado pelos neurônios-espelho, para criar conexão e empatia (Kohut (1971-2009).

⁶ *Splitting* — mecanismo de defesa que leva o indivíduo a perceber pessoas, situações ou partes de si mesmo de forma dicotômica — “tudo bom” ou “tudo ruim” — sem integração entre os polos. No contexto conjugal, o parceiro do narcisista sofre alternâncias entre idealização e desvalorização, ficando suas necessidades emocionais invisibilizadas (KERNBERG, 1975; 1985)

⁷ *Self grandioso* (ou “eu grandioso”) — é uma imagem inflada e irrealista de si mesmo, característica de indivíduos com narcisismo grandioso, que se veem como únicos, superiores e invulneráveis. Essa grandiosidade serve como uma proteção contra um vazio interno, levando o indivíduo a buscar admiração e a desprezar os outros para manter essa imagem, muitas vezes evitando confrontar suas próprias falhas e vulnerabilidades (KOHUT, 1971, 2009).

2.1.1. Eixo psicológico: Freud, Jung e Lacan

No nível psicológico, Freud (1996) introduz o conceito de narcisismo, diferenciando o primário, inerente ao amor inicial por si mesmo, do secundário, em que a libido retorna ao eu após frustrações externas. A partir dessa perspectiva, se torna evidente que o egocentrismo no casal pode surgir como mecanismo de autopreservação ou reação a rejeição, comprometendo a reciprocidade e a empatia. Jung (2015) complementa ao diferenciar o ego do *Self*, destacando que a hipertrofia do ego bloqueia a individuação e a integração do parceiro como sujeito pleno na relação. Lacan (1998) acrescenta a dimensão imaginária do eu, mostrando que a construção da identidade depende de “espelhos” externos, sejam pessoas ou redes sociais, reforçando padrões narcisistas e a centralidade do ego no relacionamento conjugal.

2.1.2. Eixo psicossocial: Mead e Erikson

O olhar psicossocial, articulado por Mead (1934) e Erikson (1972), permite compreender como o “eu” se forma em interação com o outro e com a sociedade. Mead destaca que o eu emerge da dialética entre o “*I*” e o “*Me*”⁸, sendo o egocentrismo um rompimento dessa interação que fragiliza a integração social. Erikson ressalta que a identidade adulta se constrói no equilíbrio entre intimidade e autonomia; quando o ego ou o narcisismo se sobrepõem, a intimidade conjugal se torna dependente ou desigual, limitando o protagonismo individual do parceiro. Assim, as dinâmicas familiares modernas e os novos moldes de relações sociais, potencializados pelo uso de tecnologias e redes sociais, podem amplificar padrões de comportamento centrados no eu, reforçando a desigualdade afetiva e emocional entre os cônjuges.

2.1.3. Eixo filosófico: Buber e Ricoeur

No plano filosófico, Buber (1974) distingue relações autênticas (Eu-Tu) de relações instrumentais (Eu-Isso). No contexto conjugal marcado por narcisismo e egocentrismo, frequentemente se observa que um parceiro transforma o outro em objeto de validação,

⁸ “*I*” e “*Me*” — A dialética do emergente, na teoria do eu de George Herbert Mead, refere-se ao processo através do qual o “*self*” ou “eu” (o “*I*”) e o “mim” (o “*Me*”) interagem dialeticamente para formar a pessoa social, e o “eu” em si é uma entidade emergente dessa interação constante entre o indivíduo e a sociedade representada pelo “mim”. Essencialmente, é um processo de diálogo contínuo entre o impulso espontâneo do “*I*” e a identidade social do “*Me*”, que resulta na emergência de um “eu” adaptável e consciente (Mead, 1934).

limitando a alteridade e a coautoria na narrativa da vida a dois. Ricoeur (1991) complementa, ao enfatizar que o “si mesmo” se constrói narrativamente em relação ao outro; quando essa coautoria é negada, o parceiro perde protagonismo, e a relação se torna centrada no ego dominante.

2.1.4. Síntese e integração teórica

Dessa forma, a trajetória do narcisismo pode ser analisada em múltiplos níveis: mitológico, psicológico e ético-religioso. A narrativa de Ovídio (2014) fornece a base simbólica do fenômeno; Freud (1996), Kohut (1971, 2009) e Kernberg (1995) trazem interpretações clínicas sobre a fragilidade do ego, a busca por validação externa e a incapacidade de empatia; e as referências bíblicas destacam a dimensão moral e social da vaidade e do orgulho excessivo. Com isso, é possível compreender como o narcisismo, em suas diferentes formas, impacta as relações interpessoais, inclusive no contexto conjugal, interferindo no protagonismo individual e na capacidade de reciprocidade afetiva.

A triangulação proposta evidencia que o “eu” no casal não deve ser analisado isoladamente. A integração das perspectivas psicológica, psicossocial e filosófica permite perceber que narcisismo, egocentrismo e egoísmo são fenômenos interdependentes, afetando desde a percepção do parceiro até a construção da narrativa conjugal. Além disso, fatores em nossa atualidade, como redes sociais, novas configurações familiares e pressões geracionais, ampliam os riscos de distanciamento afetivo, isolamento emocional e conflitos prolongados no relacionamento.

2.2. Egocentrismo e a centralidade do “eu”

O egocentrismo se caracteriza pela tendência do indivíduo de colocar suas próprias necessidades, interesses e perspectivas acima das dos outros, dificultando ou impossibilitando a empatia e a reciprocidade. No campo da psicanálise, Freud (1996, 2010) conceitua o ego como a instância psíquica que medeia os desejos do “*id*”⁹ e as exigências do superego, sendo responsável pelo equilíbrio entre forças internas e externas. Quando o ego se torna

⁹ Id (sigla para identity em inglês – tradução identidade) — segundo Freud (1996, 2010), é uma instância psíquica totalmente inconsciente e a parte mais primitiva da personalidade, presente desde o nascimento. Ele é o reservatório das pulsões (instintos, desejos e necessidades básicas), funciona pelo princípio do prazer buscando satisfação imediata, não tem contato com a realidade, não conhece lógica ou moralidade e é a fonte da energia psíquica (libido) que alimenta o Ego e o Superego.

excessivamente centrado em si mesmo, pode gerar rigidez comportamental, autorreferencialidade e dificuldades de relacionamento, fenômenos que aparecem de forma recorrente em contextos conjugais marcados pelo egocentrismo.

Segundo Jung (2015), o ego representa apenas o centro da consciência, distinto do *Self*, que corresponde à totalidade psíquica e ao potencial de individuação. Quando o ego se infla, o indivíduo perde contato com a alteridade e limita seu desenvolvimento pessoal, dificultando a construção de relações equilibradas. Nesse sentido, o egocentrismo conjugal pode ser compreendido como hipertrofia do ego, no qual a consciência individual se torna dominante em detrimento da cooperação e do protagonismo do(a) parceiro(a).

O “Estádio do Espelho”¹⁰, proposto por Lacan (1998), fornece outra perspectiva: “o eu” é uma construção imaginária, formada a partir da identificação com a própria imagem refletida e com a percepção que “o outro” tem de “si”. Essa concepção evidencia que o egocentrismo depende da validação externa e da projeção da própria imagem idealizada, criando relações desiguais nas quais um parceiro assume posição central e o outro é relegado a um papel secundário. Complementarmente, Mead (1934), em sua análise da constituição do self, distingue o “*I*”, expressão espontânea do indivíduo, e o “*Me*”, interiorização das normas sociais e das expectativas alheias. O egocentrismo rompe essa interação dialógica, fragilizando a capacidade de integração social e relacional.

Na filosofia do diálogo, Buber (1974) propõe a distinção entre relações “Eu-Tu”, autênticas e recíprocas, e relações “Eu-Isso”, instrumentais e objetificantes. O egocentrismo conjugal se aproxima desta segunda forma, transformando “o outro” em objeto de uso ou validação, em vez de sujeito reconhecido em sua alteridade. De modo semelhante, Ricoeur (1991) argumenta que a construção do “si mesmo” ocorre de forma narrativa, em relação à experiência compartilhada com “o outro”. Relações marcadas por egocentrismo e narcisismo comprometem essa construção, retirando do parceiro a oportunidade de protagonizar sua própria história e limitando a experiência de coautoria na vida conjugal.

Assim, o egocentrismo pode ser compreendido como fenômeno multidimensional, envolvendo aspectos psicológicos, sociais e filosóficos. A centralidade do “eu”, quando exacerbada, provoca desequilíbrios no relacionamento, silencia o outro e compromete a reciprocidade e a empatia, criando um ambiente propício para a manifestação de narcisismo e

¹⁰ O Estádio do Espelho — na psicanálise de Lacan (1998), é uma fase crucial do desenvolvimento infantil (entre os seis e 18 meses) onde a criança, ao ver sua imagem refletida no espelho, forma a noção de si mesma como uma entidade unificada e separada do mundo. Esse processo, que envolve a identificação com uma imagem que o outro lhe mostra, constitui a função do eu e a identidade do sujeito.

outras distorções comportamentais que limitam a convivência saudável e o desenvolvimento individual dentro da relação conjugal.

2.3. Vida conjugal: entre reciprocidade e prisão psicológica

A vida conjugal idealmente se constitui como espaço de partilha, reciprocidade e construção coletiva do “eu” e do “nós”. No entanto, quando predomina o egocentrismo ou traços de narcisismo em um ou ambos os parceiros, a relação pode se transformar em um ambiente de controle, silenciamento e limitação do protagonismo individual. Na obra “Juventude e Crise” do autor Erikson (1972), em sua teoria do desenvolvimento psicossocial, destaca que a identidade saudável depende do equilíbrio entre intimidade e autonomia. Quando este equilíbrio é rompido pelo excesso de centralidade do “eu”, a intimidade se torna dependência ou submissão, e o(a) parceiro(a) perde espaço para exercer sua própria agência.

A filosofia do diálogo de Buber (1974) reforça essa perspectiva, ao diferenciar relações “Eu-Tu”, autênticas e recíprocas, das relações “Eu-Isso”, instrumentais e objetificantes. O egocentrismo conjugal frequentemente transforma o parceiro em objeto de validação, se estendendo à vida cotidiana, à esfera social e, nos tempos atuais, às redes digitais. Essa dinâmica, combinada com a necessidade de admiração típica do narcisismo, gera o que se pode chamar de prisão psicológica, na qual o outro é silenciado e seu protagonismo comprometido.

Ricoeur (1991) contribui à compreensão do fenômeno ao enfatizar que a construção do “si mesmo” é narrativa e relacional, ou seja, depende do reconhecimento “do outro” para se desenvolver plenamente. Quando uma das partes domina a narrativa conjugal, bloqueando a expressão do parceiro, ocorre um empobrecimento da experiência de vida compartilhada. O parceiro submisso ou silenciado perde autonomia, e a relação deixa de ser espaço de crescimento mútuo, se transformando em campo de reafirmação do ego e da autoimagem do narcisista.

A literatura evidencia ainda que essas dinâmicas não se restringem a aspectos individuais, mas refletem padrões sociais e culturais contemporâneos. Redes sociais, valorização da imagem pessoal e busca por validação externa funcionam como “espelhos” adicionais que reforçam o egocentrismo, ampliam a sensação de controle sobre o parceiro e intensificam a dificuldade de empatia. Essa configuração evidencia como narcisismo, egocentrismo e limitações de alteridade se articulam para criar uma prisão simbólica e emocional dentro do espaço conjugal.

Portanto, compreender a vida conjugal sob essa perspectiva exige analisar simultaneamente fatores psicológicos, sociais e filosóficos, observando como a centralidade do “eu” impacta a reciprocidade, a autonomia e o protagonismo individual, constituindo um fenômeno complexo que ultrapassa o simples conflito doméstico e se aproxima de padrões estruturais de dominação relacional.

2.4. Quadro comparativo: integração conceitual de Narcisismo, Egocentrismo e Vida Conjugal

A construção do Quadro 1 tem como objetivo sintetizar, de maneira visual e organizada, os principais conceitos abordados nos capítulos anteriores, permitindo observar as relações entre narcisismo, egocentrismo e dinâmicas conjugais a partir de diferentes perspectivas teóricas. Ao integrar autores da psicologia, filosofia e mitologia, o quadro possibilita uma compreensão mais ampla de como o “eu” centralizado se manifesta, suas consequências emocionais e comportamentais, e os impactos na vida em casal (conjugal).

Quadro 1: comparativo de conceitos do “eu”

Autores	Conceito de “eu”	Relação com o egocentrismo/narcisismo conjugal
Freud (1996, 2010)	Ego como mediador entre <i>id</i> e superego.	Ego frágil, vulnerável à rejeição e à frustração.
Jung (2015)	Ego como centro da consciência, distinto do <i>Self</i> .	Egocentrismo: inflar o ego e bloquear a individuação.
Lacan (1998)	“Eu” como imagem alienada (estádio do espelho).	Narcisismo conjugal depende do olhar e validação do outro.
Mead (1934)	Eu formado no diálogo entre “ <i>I</i> ” e “ <i>Me</i> ”.	Egocentrismo rompe a alteridade, inviabilizando o diálogo.
Buber (1974)	“Eu” se realiza na relação “Eu-Tu”.	No egocentrismo, o outro é tratado como objeto — “Eu-Isso”.
Ricoeur (1991)	“Si mesmo” narrativo, construído pela alteridade.	O protagonismo do outro é silenciado no casamento narcisista.

Fonte: Elaborado pelo autor

O Quadro 1 destaca três dimensões fundamentais: (i) o conceito central do “eu” ou comportamento segundo cada autor; (ii) a relação desse conceito com narcisismo e egocentrismo, evidenciando como a centralidade do “eu” interfere na percepção e consideração

do outro; e (iii) o impacto na vida conjugal, mostrando como a falta de empatia, a necessidade de validação externa e a hipertrofia do ego comprometem a reciprocidade, a autonomia e o protagonismo do parceiro.

A relevância do quadro reside na possibilidade de visualizar padrões teóricos de forma comparativa, destacando convergências e complementaridades entre diferentes abordagens. Ele funciona como ferramenta de análise crítica, permitindo ao leitor identificar não apenas os efeitos individuais do narcisismo e do egocentrismo, mas também os desdobramentos nas relações afetivas, oferecendo base sólida para discussão e reflexão sobre estratégias de enfrentamento dessas dinâmicas no contexto conjugal.

2.5. Narcisismo, egocentrismo e redes sociais: impactos na vida conjugal

A sociedade moderna tem sido marcada por transformações significativas nas dinâmicas sociais, culturais e tecnológicas, impactando diretamente as relações interpessoais e, especialmente, a vida conjugal. O avanço das tecnologias digitais, aliado ao crescente uso das redes sociais, tem contribuído para a intensificação de comportamentos narcisistas e egocêntricos, com reflexos nas interações familiares e conjugais.

Manuel Castells, em sua obra “A Sociedade em Rede”, analisa como as tecnologias de informação e comunicação (TICs) transformam as estruturas sociais, promovendo uma “sociedade em rede” caracterizada por relações mediadas digitalmente. Nesse contexto, a comunicação virtual redefine os laços sociais, priorizando a visibilidade individual e a construção de identidades digitais (CASTELLS, 1999).

Ao contrário das interações presenciais, Castells observa que, as relações *online* tendem a ser mais fragmentadas e superficiais, o que pode intensificar comportamentos egocêntricos e narcisistas. Esse cenário impacta diretamente a vida conjugal, pois os parceiros podem se ver mais como indivíduos autônomos do que como integrantes de uma unidade relacional. A busca incessante por validação externa nas redes sociais pode gerar inseguranças e comparações, enfraquecendo a confiança mútua e a intimidade no relacionamento. Portanto, a imersão nas redes sociais, ao promover uma cultura de individualismo e exposição, contribui para a transformação das dinâmicas conjugais, exigindo uma reflexão crítica sobre o equilíbrio entre a vida digital e a vida a dois.

2.5.1. Narcisismo e redes sociais

O conceito de narcisismo, originado na mitologia grega com a história de Narciso, que se apaixonou por sua própria imagem refletida na água, foi ampliado por Freud (1996/2010) para descrever o amor do indivíduo por si mesmo. Na contemporaneidade, as redes sociais funcionam como “espelhos digitais”, amplificando essa busca incessante por validação e admiração. Plataformas como *Instagram*, *Facebook* e *TikTok* incentivam a autopromoção e a construção de uma imagem idealizada, muitas vezes desconectada da realidade, o que pode levar a um aumento da ansiedade, depressão e solidão entre os usuários (LEJDERMAN & DAL ZOT, 2020).

2.5.2. Egocentrismo e relações familiares

O egocentrismo, caracterizado pela tendência de perceber o mundo exclusivamente a partir da própria perspectiva, tem sido exacerbado pelo uso excessivo das tecnologias digitais. A constante busca por atenção e validação nas redes sociais pode diminuir a capacidade de empatia e compreensão nas relações familiares. Estudos indicam que o uso excessivo de mídias digitais está associado a um aumento na ansiedade social e solidão, especialmente entre jovens adultos e estudantes universitários. (PEPER & HARVEY, 2018).

NA obra “O capital” de Karl Marx, mercadoria é qualquer bem ou serviço produzido para troca no mercado, dotado de valor de uso e valor de troca, e cuja relação social se manifesta objetivamente na troca (MARX, 1867). Transpondo essa ideia para o campo afetivo, pode-se argumentar que em relações conjugais marcadas por egocentrismo e narcisismo, o parceiro é percebido mais como um “objeto” de valorização externa — fonte de reconhecimento, admiração ou controle — do que como sujeito autônomo com necessidades próprias. Ou seja, o vínculo afetivo se transforma em mercadoria emocional, em que a reciprocidade e o reconhecimento do outro são subordinados à manutenção da autoimagem grandiosa do narcisista.

No contexto das relações conjugais marcadas pelo egocentrismo e pelo narcisismo, é possível aplicar o conceito de “mercadoria” de Marx, conforme interpretado por Naves (2000). Assim como no capitalismo o valor de uso e o valor de troca definem o caráter das mercadorias, nas relações afetivas o parceiro pode ser percebido mais como um objeto de valorização — fonte de reconhecimento, admiração ou controle — do que como sujeito autônomo com necessidades próprias. Essa lógica transforma o vínculo em uma espécie de mercadoria

emocional, em que a reciprocidade e o reconhecimento do outro ficam subordinados à manutenção da autoimagem grandiosa do narcisista, evidenciando como padrões sociais e culturais podem intensificar a instrumentalização do outro nos vínculos íntimos.

2.5.3. Impactos na vida conjugal

As dinâmicas narcisistas e egocêntricas influenciam diretamente a vida conjugal. Segundo Lasch (2017), a cultura do narcisismo fortalece um modelo de indivíduo centrado na própria imagem, o que pode comprometer vínculos afetivos mais profundos. A busca incessante por validação externa, descrita por Twenge & Campbell (2009), frequentemente leva à negligência das necessidades emocionais do parceiro, resultando em distanciamento afetivo e conflitos.

Além disso, a comparação constante com padrões idealizados apresentados nas redes sociais, apontada por Fardouly *et al.* (2015), intensifica sentimentos de insatisfação e insegurança dentro do relacionamento. A falta de comunicação genuína, somada à priorização da imagem pública em detrimento da intimidade privada, configura-se como um desafio contemporâneo enfrentado pelos casais, conforme argumenta Bauman (2004) ao analisar a fragilidade dos laços afetivos na modernidade líquida.

2.6. Novos moldes de laços familiares

As transformações nas estruturas familiares também refletem as mudanças sociais e tecnológicas. O aumento da conectividade digital, embora facilite a comunicação, também pode contribuir para o enfraquecimento dos laços familiares presenciais. A dependência de dispositivos digitais pode reduzir o tempo de qualidade compartilhado entre os membros da família, afetando negativamente o desenvolvimento emocional e social das crianças e adolescentes.

Conforme Brandão (2025b) destaca que, na sociedade moderna, marcada por transformações culturais e tecnológicas, o egoísmo exacerbado compromete a autenticidade das relações familiares. Esse cenário reflete-se nas relações conjugais, onde o narcisismo pode transformar o parceiro em objeto de validação, em detrimento da empatia e do reconhecimento mútuo. A obra propõe a superação do egoísmo por meio da empatia, enfatizando a relevância do diálogo, do amor e da consciência espiritual na reconstrução de vínculos mais autênticos e éticos. Essa perspectiva oferece uma contribuição significativa para compreender como o

egocentrismo e o narcisismo nas relações conjugais podem ser influenciados por contextos sociais e culturais mais amplos, sugerindo caminhos para a transformação dessas dinâmicas.

O autor demonstra que o cenário em nossa atualidade mostra vínculos humanos fragilizados pelo egoísmo, individualismo e hiperconectividade. Ainda assim, é possível reconstruí-los com base em empatia, escuta, afeto e responsabilidade mútua:

“[...] a (re)construção dos vínculos familiares, educacionais e sociais exige um movimento coletivo de resgate dos valores humanistas e éticos. A compreensão histórica e crítica dos modelos familiares, aliada à valorização da diversidade e da afetividade, aponta para a necessidade de práticas educativas e relacionais mais acolhedoras, sensíveis e transformadoras. A ética do cuidado, a empatia e o cultivo da presença se tornam, assim, fundamentos indispensáveis para uma sociedade mais justa, solidária e consciente.”(BRANDÃO, 2025b, p. 19).

2.6.1. Gerações e riscos psicológicos

As diferentes gerações têm experienciado as tecnologias digitais de maneiras distintas, influenciando suas interações sociais e familiares. Gerações mais jovens, imersas no ambiente digital desde cedo, podem desenvolver padrões de comportamento mais voltados para a validação externa e a construção de uma identidade *online*. Isso pode resultar em uma desconexão das relações interpessoais reais e em um aumento do risco de transtornos psicológicos, como ansiedade e depressão.

Castells (1999) enfatiza que a integração às TIC's ocorre de maneira diferenciada entre gerações, moldando padrões de interação e percepção social. Para as gerações mais jovens, que crescem imersas no ambiente digital, a construção de identidades *online* e a busca por visibilidade podem se tornar centrais, influenciando a maneira como experimentam relações e vínculos afetivos. Essa exposição constante às redes e à avaliação social digital pode aumentar vulnerabilidades psicológicas, potencializando sentimentos de ansiedade, comparação social e solidão, fenômenos que Castells associa à fragmentação e superficialidade das interações mediadas tecnologicamente.

Assim, a experiência digital diferenciada entre gerações não apenas transforma hábitos de comunicação, mas também implica riscos concretos à saúde mental, exigindo atenção crítica à forma como a tecnologia é incorporada à vida cotidiana.

3. METODOLOGIA APLICADA

O presente ensaio se caracterizou como uma pesquisa teórico-reflexiva, de natureza qualitativa, que se apoia em revisão bibliográfica e análise conceitual de autores clássicos e contemporâneos sobre narcisismo, egocentrismo, egoísmo, relações conjugais e impactos da contemporaneidade, incluindo o uso de redes sociais. Diferentemente de estudos empíricos, não há coleta de dados quantitativos ou entrevistas; a análise se concentrou na interpretação crítica de conceitos psicológicos, filosóficos, mitológicos e sociais previamente publicados na literatura.

A pesquisa envolveu três etapas principais:

- Primeira etapa: Levantamento bibliográfico: Foram identificadas 60 referências, incluindo artigos científicos, publicações recentes e obras clássicas de autores como Freud, Jung, Kohut, Kernberg, Erikson, Buber e Ricoeur entre outros. Essas fontes abordam temas relacionados ao comportamento humano, à psicologia do ego e às relações conjugais. Também foram incorporadas referências que discutem a influência das redes sociais e das tecnologias digitais na vida familiar e afetiva.
- Segunda etapa: Análise conceitual: leitura crítica das obras selecionadas, destacando convergências, divergências e complementaridades entre autores sobre narcisismo, egocentrismo e sua repercussão nas relações conjugais.
- Terceira etapa: Síntese teórica: construção de quadros comparativos e desenvolvimento de capítulos temáticos que integram mitologia, psicologia e sociedade moderna, permitindo visualizar padrões de comportamento e impactos nas relações conjugais.

Justificamos que a escolha por uma abordagem teórico-reflexiva foi considerada pela natureza do objeto de estudo, que envolveu fenômenos psicológicos e sociais complexos, muitas vezes subjetivos, e cuja análise exige interpretação conceitual e reflexão crítica. Essa metodologia permitiu compreender a relação entre narcisismo, egocentrismo e a vida conjugal, sem a necessidade de experimentação ou mensuração empírica, evidenciando implicações sociais, culturais e emocionais de forma abrangente.

Apesar de oferecer uma compreensão aprofundada do tema, a pesquisa apresentou limitações metodológicas como:

- Ausência de dados empíricos: a pesquisa não envolve entrevistas, questionários ou observações, o que limita a generalização dos resultados para contextos específicos;

- Dependência de literatura existente: a análise está restrita a obras publicadas e reconhecidas, podendo não refletir nuances ou experiências recentes não documentadas academicamente;
- Subjetividade da interpretação: por se tratar de análise teórico-reflexiva, existe um grau de subjetividade inerente à interpretação dos autores e dos conceitos, o que exige cuidado na extrapolação das conclusões;
- Foco limitado à literatura ocidental: a pesquisa prioriza autores ocidentais clássicos e contemporâneos, podendo não contemplar abordagens culturais distintas sobre narcisismo e egocentrismo.

Apesar dessas limitações, a metodologia que adotamos proporcionou uma base sólida de reflexão conceitual sobre os efeitos do narcisismo e do egocentrismo na vida conjugal sociocultural vigente, articulando contribuições de psicologia, filosofia, sociologia e estudos culturais.

1. DISCUSSÃO

Propomos neste ensaio a análise do narcisismo e do egocentrismo nas relações conjugais, investigando suas origens simbólicas, psicológicas, sociais e filosóficas. Foram exploradas a centralidade do “eu”, a dificuldade de reciprocidade e a forma como a valorização excessiva de si mesmo pode transformar vínculos afetivos em prisões psicológicas. Também discutimos o impacto das redes sociais e da modernidade na intensificação dessas dinâmicas, assim como a influência dos padrões culturais e familiares na formação de laços emocionais marcados pelo controle, pela comparação e pela invisibilidade das necessidades do outro.

O mito de Narciso, narrado por Ovídio (2014), simboliza a fixação no próprio eu e a incapacidade de reconhecer o outro. A imagem de um sujeito que definha por amar apenas a si mesmo tornou-se referência para compreender formas extremas de autoinvestimento. No plano bíblico, embora a figura mitológica não apareça, diversas passagens (2Tm 3:2; Pv 16:18) condenam a soberba e o amor excessivo de si mesmo, aproximando-se simbolicamente do tema.

No campo da psicologia, Freud (1914/2010) introduziu o conceito de narcisismo como fase fundamental do desenvolvimento psíquico, distinguindo o narcisismo primário — investimento libidinal no próprio ego — do secundário, quando a libido retorna ao eu após frustrações externas. Essa teorização inaugurou a articulação entre autoestima, identidade e relações de objeto. Posteriormente, Kohut (1971/2009) desenvolveu a teoria do *self*, destacando a necessidade de “espelhos” externos (*selfobjects*) para validação psíquica. Quando essa função

é frustrada, surgem as chamadas feridas narcísicas, que podem se manifestar em colapsos emocionais ou reações de raiva.

Kernberg (1985; 1995) amplia a discussão ao definir o narcisismo patológico como oscilação entre grandiosidade e fragilidade do “eu”. Nesse contexto, o indivíduo recorre a defesas primitivas, como idealização e desvalorização, que comprometem a empatia e a reciprocidade. Em relações conjugais, isso se traduz na invisibilidade afetiva do parceiro, cujas necessidades ficam subordinadas às demandas do *self grandioso*. Miller (1987) acrescenta que esse padrão pode se originar na infância, quando a criança é valorizada apenas se corresponder às expectativas parentais, internalizando a dependência da aprovação externa e dificultando o desenvolvimento de uma identidade autêntica.

Miller (1979) relaciona o narcisismo à infância, mostrando que a dependência da aprovação parental condiciona a formação do *self* e contribui para a centralidade do “eu” na vida adulta. Kohut (1971; 2009) aprofunda a dimensão psicológica, destacando a importância das necessidades de *mirroring*, idealização e *twinsip* para o desenvolvimento de uma identidade integrada, enquanto Kernberg (1995; 1985) evidencia como defesas narcísicas — idealização, desvalorização e *splitting* — estruturam a relação com o outro, limitando a reciprocidade afetiva e criando uma espécie de prisão psicológica do parceiro. Do ponto de vista psicossocial, Marx/Naves (2000) mostram que, assim como no capitalismo, a centralidade do ego pode instrumentalizar o outro, transformando vínculos afetivos em relações de troca e controle.

Na modernidade, Brandão (2025a; 2025b) evidencia que redes sociais e padrões culturais amplificam o egocentrismo, reforçando a busca por reconhecimento externo e moldando laços familiares segundo dinâmicas de validação e exposição. Essa abordagem multidimensional demonstra que o narcisismo e a centralidade do “eu” são fenômenos complexos, atravessando dimensões mitológicas, individuais, sociais e culturais, impactando a reciprocidade, a autonomia do outro e a autenticidade dos vínculos afetivos.

No âmbito social e filosófico, Bauman (2004) descreve a fragilidade dos laços afetivos na “modernidade líquida”, marcada pela fluidez das relações e pela instabilidade dos compromissos. Fardouly *et al.* (2015) evidenciam ainda o papel das redes sociais na intensificação das comparações e na produção de inseguranças conjugais. De forma complementar, análises como as de Brandão (2025a) aproximam as dinâmicas conjugais às lógicas de desigualdade social, nas quais a busca de reconhecimento sustenta relações marcadas por controle, instrumentalização e assimetria de poder.

A articulação dessas perspectivas evidencia que o narcisismo, longe de ser apenas uma característica individual, constitui um fenômeno complexo, atravessado por fatores simbólicos, psicológicos e socioculturais. Na vida conjugal, suas manifestações vão desde a dificuldade de reconhecer a alteridade até a transformação do vínculo em espaço de disputa por validação, com impactos diretos na autonomia e na qualidade dos laços afetivos.

A análise integrada dos eixos psicológico, psicossocial e filosófico evidencia que o narcisismo e o egocentrismo constituem fenômenos complexos, atravessados por múltiplas dimensões do desenvolvimento humano e das interações sociais.

No plano psicológico, Freud (1996, 2010) destacou a fragilidade do ego e sua dependência de reconhecimento externo, enquanto Jung (2015) diferenciou ego e *Self*, mostrando que a hipertrofia do ego compromete a individuação e a abertura ao outro. Lacan (1998), por sua vez, acrescenta que o “eu” é sempre mediado pelo olhar alheio, o que explica a centralidade da validação externa nas relações conjugais marcadas por narcisismo.

No eixo psicossocial, Mead (1934) e Erikson (1972) demonstram que a identidade se constrói na interação dialógica e no equilíbrio entre intimidade e autonomia. Quando esse equilíbrio é rompido, surgem dinâmicas conjugais de dependência ou submissão, em que a centralidade do “eu” enfraquece a reciprocidade e aprofunda desigualdades afetivas.

No campo filosófico, Buber (1974) e Ricoeur (1991) reforçam que a relação autêntica pressupõe reconhecimento mútuo. A transformação do outro em objeto de validação (“Eu-Isso”) ou a negação da coautoria narrativa fragiliza a experiência de alteridade, reduzindo o vínculo conjugal a instrumento de reafirmação do ego.

A articulação desses referenciais permite compreender que o egocentrismo e o narcisismo não são apenas características individuais, mas se manifestam como construções simbólicas e relacionais. Nas sociedades contemporâneas, marcadas por redes sociais e valorização da imagem, esses padrões se intensificam, produzindo relações conjugais onde a reciprocidade é substituída por disputas de visibilidade, admiração e controle.

A articulação entre narcisismo, egocentrismo e redes sociais evidencia como as transformações culturais e tecnológicas da contemporaneidade reverberam na vida conjugal. O quadro delineado por Castells (1999) sobre a sociedade em rede aponta para relações mediadas digitalmente, em que a visibilidade individual e a fragmentação dos vínculos se tornam centrais, abrindo espaço para a intensificação de práticas de autopromoção e de validação externa.

No campo do narcisismo, as formulações de Freud (1996/2010) encontram paralelo nas dinâmicas digitais descritas por Lejderman & Dal Zot (2020), onde as redes funcionam como “espelhos virtuais”, sustentando imagens idealizadas do “eu”. Já no plano do egocentrismo, a

análise de Peper & Harvey (2018) indica efeitos psicológicos associados ao uso excessivo das mídias, enquanto a perspectiva marxiana (1867), retomada por Naves (2000), permite compreender como os vínculos afetivos podem assumir a lógica de mercadoria, em que o parceiro é instrumentalizado como objeto de valorização do eu.

Esses fenômenos repercutem diretamente na vida conjugal. Lasch (2017) descreve uma cultura marcada pelo narcisismo, enquanto Twenge & Campbell (2009) ressaltam a negligência das necessidades do outro frente à busca por validação externa. A contribuição de Bauman (2004), ao discutir a fragilidade dos laços na modernidade líquida, reforça como a instabilidade relacional se conecta ao ambiente de comparações constantes e inseguranças descritas por Fardouly *et al.* (2015).

A discussão se amplia ao considerar os novos moldes familiares. Brandão (2025b) propõe compreender o impacto do egoísmo exacerbado e da hiperconectividade sobre os vínculos, destacando a centralidade de práticas relacionais pautadas em empatia e cuidado como contraponto a dinâmicas centradas no “eu”. Ao mesmo tempo, a perspectiva geracional descrita por Castells (1999) revela diferenças significativas na forma como distintas faixas etárias incorporam a tecnologia, especialmente no caso das gerações mais jovens, cuja identidade digital se configura como núcleo de socialização, ainda que acompanhada de riscos psicológicos como ansiedade e solidão.

Dessa forma, a integração entre os referenciais apresentados permite observar como as dinâmicas narcisistas e egocêntricas, potencializadas pelas redes sociais e pela cultura digital, repercutem não apenas nas interações cotidianas, mas também na constituição e manutenção dos vínculos conjugais e familiares.

2. CONSIDERAÇÕES FINAIS

O presente ensaio buscou compreender de que maneira o egocentrismo, associado a traços de narcisismo, falta de empatia e insegurança, compromete a vivência do protagonismo individual dentro das relações conjugais. A partir da análise teórico-reflexiva, triangulando autores da psicologia (Freud, 1996-2010; Jung, 2015; Lacan, 1998), psicossociologia (Erikson, 1972) e filosofia (Buber, 1974; Ricoeur, 1991), foi possível perceber que a centralização do “eu” em detrimento do “outro” afeta não apenas a dinâmica conjugal, mas também a construção identitária e a saúde emocional dos envolvidos.

As narrativas mitológicas de Narciso, as interpretações clínicas de Kohut e Kernberg (1985; 1995), bem como as referências bíblicas à vaidade e ao orgulho, reforçaram a hipótese de que relações centradas no ego tendem a gerar aprisionamento emocional, esvaziamento da individualidade e fragilidade na coautoria afetiva. Nesse sentido, as hipóteses levantadas — (h1) ausência de reconhecimento mútuo e controle, (h2) repercussões na identidade e no espaço subjetivo, e (h3) intensificação do egocentrismo pelas redes sociais — foram em grande medida corroboradas pelos referenciais teóricos mobilizados.

Assim, a vida conjugal se torna campo privilegiado para observar a tensão entre o “eu” e o “outro”: de um lado, a busca legítima por autonomia e protagonismo individual; de outro, a necessidade de reconhecimento da alteridade e de partilha afetiva. Quando prevalece a centralidade do ego, o resultado é a invisibilidade emocional do parceiro e a configuração de prisões simbólicas que limitam o crescimento conjunto. Portanto, compreender essas dinâmicas requer integrar dimensões psicológicas, sociais e filosóficas, identificando como as estruturas do “eu” — frágeis, infladas ou dependentes — repercutem diretamente na qualidade dos vínculos conjugais.

Como questão complementar, refletimos sobre até que ponto as redes sociais e os padrões contemporâneos de exposição influenciam na intensificação desse egocentrismo conjugal. A busca por validação externa, a construção de imagens idealizadas e a performance pública das relações reforçam mecanismos de controle, desigualdade e isolamento afetivo, ampliando o impacto negativo sobre o protagonismo do parceiro e a reciprocidade emocional.

Os objetivos das questões norteadoras foram atendidos na medida em que a análise teórico-reflexiva demonstrou que o egocentrismo, aliado a traços de narcisismo, falta de empatia e insegurança, compromete o protagonismo individual nas relações conjugais, favorecendo dinâmicas de controle, invisibilidade emocional e esvaziamento da identidade. De forma complementar, também se verificou que as redes sociais e os padrões contemporâneos de exposição intensificam essas dinâmicas, reforçando a busca por validação externa, comparações idealizadas e sentimentos de aprisionamento, evidenciando como fatores socioculturais ampliam os impactos negativos sobre a reciprocidade e a autonomia do parceiro.

É relevante destacar que os resultados apresentados não se configuram como regras universais, mas sim como reflexões teóricas baseadas em literatura existente e análise crítica. O caráter teórico-reflexivo da pesquisa limita a generalização para contextos empíricos específicos, sendo necessária cautela na extrapolação dos conceitos para casos particulares. Contudo, oferece uma base sólida para compreender padrões comportamentais e reflexões éticas e emocionais na vida conjugal epocal.

Para futuras pesquisas, duas questões se mostram especialmente relevantes: Como intervenções psicossociais podem auxiliar casais a reduzir os impactos do egocentrismo e do narcisismo, promovendo maior reciprocidade e protagonismo individual? E a segunda questão: De que maneira a educação digital e o uso consciente das redes sociais podem contribuir para o fortalecimento da alteridade e da comunicação autêntica nas relações conjugais sociocultural vigentes?

Essas questões abrem espaço para investigações futuras que combinem análise teórica e estudos empíricos, permitindo aprofundar a compreensão do fenômeno e subsidiar estratégias práticas de promoção de relações conjugais mais equilibradas, saudáveis e autênticas.

REFERÊNCIAS

BÍBLIA SAGRADA. **2. Timóteo 3:2; Provérbios 16:18; Filipenses 2:3-4; Provérbios 27:2.** [online] Almeida Revista e Atualizada. São Paulo: Sociedade Bíblica do Brasil, 1993, [n.p.]. Disponível em: <<https://www.sbb.org.br/almeida-revista-e-atualizada>>. Acesso em: 03 set. 2025.

BAUMAN, Z. **Amor líquido**: Sobre a fragilidade dos laços humanos. 1.a ed., Rio de Janeiro: Zahar, 2004, 192 p. ISBN: 978-8571107953.

BRANDÃO, I. C. **A Dinâmica da Desigualdade e a Decadência Social**: Entre a Gula das Elites e o Silêncio das Massas. Recife: Even3, 2025a, Jun. 2, 20 p. Disponível em: <https://www.researchgate.net/publication/392328756_A_Dinamica_da_Desigualdade_e_a_Decadencia_Social_Entre_a_Gula_das_Elites_e_o_Silencio_das_Massas>. Acesso em 25 set. 2025.

BRANDÃO, I. C. **Entre o Ego e a Empatia**: desafios para (re)construir relações familiares éticas e autênticas na era da informação. Recife: Even3, 2025b, 22 p. Disponível em: <https://www.researchgate.net/publication/395707598_Entre_o_Ego_e_a_Empatia_desafios_para_reconstruir_relacoes_familiares_eticas_e_autenticas_na_era_da_informaca>. Acesso em: 25 set. 2025.

BRANDÃO, J. de S. **Mitologia Grega**. 1.a ed, Vol. II. Petrópolis: Editora Vozes, 2009, 1240 p. ISBN: 978-8532600714.

BUBER, M. **Eu e Tu**. São Paulo: Centauro Editora, 1974, 152 p. ISBN: 978-8588208162.

ERIKSON, E. H. **Identidade, Juventude e Crise**. Ciências da Educação Rio de Janeiro: Zahar, 1972, 322 p. ASIN : B08S1XPCQR.

CASTELLS, M. **A sociedade em rede**: a era da informação; economia, sociedade e cultura. Vol. 1, São Paulo: Paz e Terra, 1999, 620 p. ISBN: 978-8521903291.

DORNELLES, V. G.; & ALANO, D. dos S. **Transtorno da Personalidade Borderline da Etiologia ao Tratamento**. [online] Novo Hamburgo, RS: Sinopsys. Editora, 2021, 46 p. Disponível em:

<https://www.sinopsyseditora.com.br/upload/produtos_pdf/2652.pdf?srsId=AfmBOorWy3YACskzW6UyFzWdU_uzk_PZ1If-gn_vZ-az7bV6uJQhoJ7p>. Acesso em: 15 set. 2025.

FARDOULY, J.; DIEDRICHS, P. C.; VARTANIAN, L. R.; & HALLIWELL, E. ***Social comparisons on social media: The impact of Facebook on young women's body image concerns and mood.*** [online]. Idioma inglês. *Body Image*, v. 13, 2015, pp. 38–45. Disponível em: <<https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2014.12.002>>. Acesso em: 01 out. 2025.

FREUD, S. **O ego e o id e Outros Trabalhos (1934-1925).** Vol. XIX, ed. *Standard Brasileira*, Rio de Janeiro: Imago, 1996, 360 p. ISBN: 978-8531209765.

FREUD, S. **Sobre o Narcisismo:** ensaios de metapsicologia e outros textos (1914-1916). Tradução de Paulo César Lima. Obras completas Vol. 12, Rio de Janeiro: Companhia das Letras, 2010. 20 p. Disponível em: <https://www.companhiadasletras.com.br/trechos/12900.pdf?srsId=AfmBOorelQllqB_QLN02eDu6hsz6zZ54AFE0QKsrEw-JUOz5ZLLJeeKy>. Acesso em: 03 set. 2025.

JUNG, C. G. **O Eu e o Inconsciente.** Obras completas de Carl Gustav Jung, 27 ed., Petrópolis: Vozes, 2015, 267 p.

KERNBERG, O. F. ***Borderline Conditions and Pathological Narcissism. Series Master Work.*** New York: Jason Aronson Inc, apr. 1995, 376 p. ISBN: 978-0876681770.

KERNBERG, O. F. ***Severe Personality Disorders: Psychotherapeutic Strategies.*** Idioma ingles. New Haven: Yale University Press, 1985, 382 p. 978-0300032734.

KOHUT, H. ***The Analysis of the Self: A Systematic Approach to the Psychoanalytic Treatment of Narcissistic Personality Disorders.*** Idioma ingles. Chicago: University of Chicago Press, 1971, 368 p. ISBN: 978-0226450124.

KOHUT, H. ***The Restoration of the Self.*** New York: International Universities Press, 2009, 345 p. ISBN: 9780226450131.

LACAN, J. **Escritos.** 1.a. ed, Rio de Janeiro: Jorge Zahar, 1998, 944 p. ISBN: 978-8571104433.

LASCH, C. ***The Culture of Narcissism: American Life in an Age of Diminishing Expectations.*** Idioma ingles. New York: W. W. Norton & Company, 2017, 368 p. ISBN: 978-0393356175.

LEJDERMAN, B.; & DAL ZOT, J. **Narcisismo e Redes Sociais.** [online pdf]. Revista Brasileira de Psicoterapia. Volume 22, número 2, Porto Alegre: RBPsicoterapia, agosto de 2020, pp. 55-67. DOI: 10.5935/2318-0404.20200015. Disponível em: <<https://cdn.publisher.gn1.link/rbp.celg.org.br/pdf/v22n2a05.pdf>>. Acesso em: 06 set. 2025.

MARX, K. **O Capital:** Crítica da Economia Política, Livro I. [online pdf] Tradução de Rubens Enderle, Revista Brasileira: O Capital, São Paulo: Boitempo Editorial, 2013, 1943 p. (original: *Das Kapital*, 1867). Disponível em: <<https://www.gepec.ufscar.br/publicacoes/livros-e-colecoes/marx-e-engels/o-capital-livro-1.pdf>>. Acesso em: 20 ago. 2025.

MEAD, G. H. ***Mind, Self and Society.*** [online] Internet Digital Archive. Chicago: University of Chicago Press, 1934, 437 p. ark:/13960/t6547vx0g. Disponível em: <<https://archive.org/details/in.ernet.dli.2015.275359>>. Acesso em: 05 set. 2025.

MILLER, A. **O drama da criança bem-dotada:** como os pais podem formar (e deformar) a vida emocional dos filhos. Tradução de Cláudia Abeling. 2.a ed. e atu., São Paulo: Summus Editorial, (1979) 1997, 112 p. ISBN: 978-8532302755

NAVES, M. B. **Marx Ciência e Revolução**. [online pdf], 1.a ed., São Paulo: Editora Moderna; Campinas: UNICAMP, 2000., 72 p. ISBN:85-16-02364-8. Disponível em:<https://estudossindicais.wordpress.com/wp-content/uploads/2019/05/naves_marx_ciencia_e_revolucao.pdf>. Acesso em: 25 set. 2025.

OVÍDIO. **Metamorfoses**. Tradução de Paulo Farmhouse Alberto. Lisboa: Cotovia (Portugal), 2014, 448 p. ISBN: 978-9727952069.

PEPER, E.; & HARVEY, R. **Digital Addiction: Increased Loneliness, Anxiety, and Depression**. [online pdf]. Idioma ingles. vol.5 , n.1, San Francisco, California: *NeuroRegulation*, 2018, 8 p. ISSN 2373-0587. DOI:10.15540/nr.5.1.3. Disponível em: <<https://www.neuroregulation.org/article/view/18189/11842>>. Acesso em: 06 set. 2025.

RICOEUR, P. **O Si-Mesmo como um Outro**. Campinas: Papirus, 1991, 432 p. ISBN: 978-8530801366.

TWENGE, J. M.; & CAMPBELL, W. K. **The Narcissism Epidemic: Living in the Age of Entitlement**. [Ebook online]. New York: Free Press, 2009, 304 p. Disponível em: <https://books.google.com.br/books/about/The_Narcissism_Epidemic.html?id=m3YndShMSUUC&redir_esc=y#:~:text=The%20Narcissism%20Epidemic:%20Living%20in%20the%20Age,what%20makes%20them%20stray%20from%20their%20wives.> . Acesso em: 01 out. 2025.

PESQUISA E ORIENTAÇÃO

A orientadora deste ensaio, Prof^a. Maria de Lourdes Guedes Brandão, pedagoga e pesquisadora independente, teve papel fundamental no desenvolvimento deste trabalho. Seu apoio, dedicação e orientação em todas as etapas, bem como sua experiência acadêmica e contribuições, foram essenciais para a realização e conclusão deste projeto.

SOBRE O AUTOR



Iraê César Brandão

Mente inquieta e sensível às complexidades da vida, o autor se dedica a explorar as contradições do cotidiano, a potência do pensamento reflexivo e a beleza da transformação pessoal. Com atuação nas áreas de tecnologia, comunicação, educação e escrita, busca compreender e compartilhar experiências humanas que atravessam o tempo.

Seus objetivos envolvem a promoção do diálogo entre profissionais de TI, professores, gestores, colaboradores e clientes, incentivando parcerias inovadoras e o intercâmbio de ideias. Aberto à criação de novas soluções, produtos e serviços, atua com responsabilidade ética e legal, sempre comprometido com o desenvolvimento humano, tecnológico e com a construção de uma cidadania mais consciente e colaborativa.

Graduado em Gestão de Tecnologia da Informação pela UNICSUL. Possui MBA Executivo em Segurança Cibernética (FI) e MBA Executivo em Gestão Estratégica de Marketing, Planejamento e Inteligência Competitiva (Faculdade Iguaçu). É especialista nas seguintes áreas:

- Uso Educacional da Internet (UFLA),
- Sociologia (FAAL);
- Filosofia Premium (FAAL);
- Linguagens e suas Tecnologias e o Mundo do Trabalho (UFPI);
- Matemática e suas Tecnologias (UFPI);
- Ciências da Natureza e o Mundo do Trabalho (UFPI);
- Docência no Ensino Superior e Neuropsicologia (Faculeste),
- Docência em Administração (Faculeste);
- Docência para a Educação Profissional e Tecnológica (Faculeste).

Atua como empresário na área de Tecnologia e Segurança da Informação há 25 anos e como professor da Rede Estadual de Ensino, lecionando Tecnologia da Informação em curso técnico e disciplinas do Novo Ensino Médio, com base na BNCC.

 <https://orcid.org/0000-0002-2079-0615>

 <https://luckway.com.br>

 <https://www.linkedin.com/in/irae-cesar-brandao-a2112b69/>

 <http://lattes.cnpq.br/3757125329283407>