



A LOGOTERAPIA DIANTE DA VONTADE DE SENTIDO NA CONTEMPORANEIDADE.

Glorivania Gonçalves Amorim Flôr¹ ; Edmakson silva de Lira².

1Graduanda em Psicologia, Universidade estadual da Paraíba(UEPB). E- mail: glorivani.amorim@yahoo.com.br

2 Graduando em Psicologia, Universidade estadual da Paraíba(UEPB). E- mail: maxxlira2gmail.com

Resumo: A sociedade atual passa por instabilidades devido às grandes mudanças estruturais, sociais e culturais, que causam sofrimento e desequilíbrio psíquico. Estas inconstâncias causam muitas transformações na vida e na subjetividade das pessoas nas diversas instituições em que se inserem. O homem busca constantemente a felicidade e um sentido para a vida e sua existência, porém esta busca desenfreada e sem sentido faz com que se mais da felicidade e de seus objetivos. Este estudo tem como objetivo fazer um levantamento teórico e uma revisão sistemática de literatura sobre como o homem está perdendo seu sentido de vida no mundo globalizado e como a logoterapia se insere neste contexto. Para a revisão da literatura foram utilizados artigos científicos das bases de dados eletrônicos SCIELO, PEPSIC no período de 01 a 27 de abril, utilizando a combinação de palavras chave referente ao tema, assim como foram consultados livros de logoterapia de diversos autores. O desmoronamento psíquico que assola os indivíduos na contemporaneidade provoca ansiedade e insegurança, (que impossibilita, em muitos casos, o progresso saudável da vida, sua transcendência e a construção de uma identidade, emergindo o sentimento de vulnerabilidade, que gera um estado de alerta e abala a saúde psíquica do indivíduo). A instabilidade traz frustração e provoca vazio existencial, porém o homem precisa mesmo diante da frustração existencial encontrar o sentido da vida. Neste sentido com base nesta problemática do mundo moderno, a logoterapia mostra-se capaz de ajudar na ressignificação da existência do homem, ajudando o indivíduo a encontrar o sentido da vida.

Palavras- chave: Logoterapia, Vazio existencial, Sentido.

1. INTRODUÇÃO

A logoterapia é uma escola psicológica de caráter multifacetado – de cunho fenomenológico, existencial, humanista, que ficou conhecida como a Psicoterapia do Sentido da Vida, tendo como criador o psiquiatra austríaco Viktor Emil Frankl (1905-1997). Ficou conhecida também como a Terceira Escola Vienense em Psicoterapia, sendo a Psicanálise Freudiana a Primeira e a Psicologia Individual de Adler a Segunda (MOREIRA, 2010).

A presente pesquisa tem caráter bibliográfico explicativo e pretende discutir sobre o sentido da vida e a contribuição da logoterapia de Viktor Emil Frankl, a fim de oferecer um novo sentido e a ressignificação à vida do indivíduo.

A incumbência da logoterapia é ampliar na pessoa o campo visual de valores, de forma que se dê conta de todas as abundantes possibilidades de



realização de sentido e de valores que estão ao seu alcance, pois, como pontua (VIKTOR FRANKL, 2003) as oportunidades presentes na vida são muitas e devem a estas, ser dado um sentido. A logoterapia é aplicada na psicologia e também na educação, saúde, cultura, assistência e em todas as áreas que tem por objetivo promover a pessoa na sua plenitude e integralidade.

No início da civilização humana o homem resolvia a questão da sobrevivência com simplicidade, buscando satisfazer apenas as necessidades básicas, como comida, abrigo e prole. Hoje as necessidades vão além da simples sobrevivência. Para (FRANKL1989), o homem precisa de valores e sentido para a sua vida, precisa sobreviver e transcender, devendo realizar-se pela autotranscendência.

Diante da celeridade da modernização encontram-se constantemente pessoas sem objetivos na vida, sem saber o que fazer mergulhadas em um vazio, desnorteadas, perdendo sua importância no mundo e para o mundo. A tecnologia e seu avanço rápido trouxeram como consequência desequilíbrio, devido à pressa nas ações e atitudes humanas. Neste contexto, a sociedade e a vida se liquefizeram. Sendo assim, e o homem passou a sofrer transtornos relacionados a essa nova instantaneidade do tempo, precisando aprender a lidar com o sofrimento e encontrar sentido, pois só o homem pode encontrar o sentido da própria vida.

Para a logoterapia, o sentido da vida é encontrado mediante uma investigação do paciente e do terapeuta em busca de resposta à questão sobre o que somente o paciente pode fazer. Quando o sentido da vida pode ser concretizado ocorre uma realização, e, isto só é possível, quando o indivíduo sai de si ao encontro de alguém ou de algo que está no mundo. A própria pessoa deve encontrar um sentido para a vida, ademais cada pessoa realiza uma experiência de vida diferente da outra, que diferem também das situações e dos momentos vividos (FRANKL, 1989).

O presente artigo visa apresentar algumas considerações básicas a respeito da vontade de sentido, indagando se o sentido de vida é realmente atingível e como fazer para compreender melhor o homem e sua frustração existencial, a luz da logoterapia.

2. METODOLOGIA

Este artigo trata-se de um estudo de revisão de literatura, que se utilizou do banco de dados da SCIELO, PEPISIC, BVS e Livros, utilizando fonte de



dados e publicações adequadas ao tema, sendo uma síntese rigorosa das pesquisas que se relacionaram com o assunto específico (GALVÃO et al., 2004).

Analisaram-se artigos que se adequavam à temática e que obtiveram resultados relevantes, com os descritores: “Vontade de sentido na obra de Victor Frankl”, “Busca de sentido para a vida”, “Logoterapia e o sentido da vida”, “o vazio existencial na contemporaneidade”, “psicoterapia e o sentido da vida”.

As informações sobre o tema ainda são poucas, visto que a logoterapia apesar de sua importância como terceira escola Vienense, ainda é uma modalidade de psicoterapia pouco utilizada no Brasil.

Mediante as pesquisas pode-se observar que o Núcleo Victor Frankl da Universidade Estadual da Paraíba foi a maior fonte de trabalhos a cerca da perspectiva teórica buscada.

3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

3.1. Um sentido para a vida

Os nossos ancestrais já davam significado a vida desde a antiguidade. Os homens tentavam externar seus sentimentos e necessidades quando criavam esculturas, no desenvolvimento da linguagem, nas gravuras, nos primeiros sinais da cultura, e no desenvolvimento da civilização. As experiências emocionais foram ganhando significação e ressignificação com o passar dos tempos. As experiências humanas sempre foram dotadas de sentido, mas estes ao longo dos anos foram perdendo ou ganhando novos valores. As criações humanas garantiam a sobrevivência e neste sentido a sobrevivência sempre teve um valor (CARNEIRO; ABRITTA, 2008)

Com a ajuda das ciências e da psicologia o sentido da vida pode ser mais debatido e entendido historicamente, e alguns mentores discordavam ou diferiam em seus conceitos acerca do tema, a exemplo de Frankl que discordava tanto do princípio do prazer de Sigmund Freud, assim como discordava de Alfred Adler, considerando que os dois falharam quando relacionaram o equilíbrio interno ao fato da redução de tensões, pois só os impulsos e alívio de tensões não proporcionam sentido a vida (PEREIRA, 2007). O homem busca o sentido, e este não tem qualquer relação de necessidade com



uma preocupação de redução de tensão ou de autogratisação inicialmente ou especificamente. Não é prazer e nem poder que impulsiona o homem, mas sim a vontade de sentido, pois se o prazer fosse o que dá sentido a vida, então a vida verdadeiramente não teria sentido. Se a vida dependesse só do prazer, ela, no entanto seria desprovida de sentido próprio. (FRANKL, 1989).

A existência, para ter um sentido, sempre deve ter referência a algo ou alguém que não seja ela mesma. Assim, a vontade de sentido é a autotranscendência da existência humana:

Em virtude da autotranscendência da existência humana o homem é um ser em busca de sentido. Ele é dominado pela vontade de sentido. Hoje, contudo, a vontade de sentido está frustrada. Cada vez mais os pacientes voltam a nós psiquiatras queixando-se de sentimentos de falta de sentido e de vazio, de uma sensação de futilidade e de absurdo. São vítimas da neurose de massa hoje (FRANKL, 1989, p. 82).

Na dedicação a alguém ou a alguma coisa, o homem consegue encontrar sentido e pode se completar, principalmente pode direcionar-se ao amor, que é causa maior do sentido (FRANKL, 1991).

Frankl (2005), também critica a ideia da “hierarquia das necessidades” de Abraham Maslow (1908-1970), afirmando que satisfazer as necessidades por si só não traz sentido, pois caso o homem se preocupe em preencher esta pirâmide de suas necessidades verticalmente, nada terá feito, porque a necessidade de sentido não será preenchida, devido ao fato de que o importante não são as necessidades maiores ou menores, mas o significado delas.

No início da humanidade o homem precisava garantir sua sobrevivência, para isso, primeiramente precisava se manter vivo, se protegendo de predadores e depois conseguir o alimento. O que era primordial para estes homens eram abrigo e comida. As catástrofes da natureza destruíam os poucos construtos de abrigo realizados pelos homens, e os recursos para lutar eram mínimos, assim o maior valor para eles era realmente sobreviver. Aos poucos, e, gradativamente, os homens foram conseguindo se comunicar e se articular e assim foram repassando seus símbolos, suas crenças e valores. Realmente, (FRANKL, 1989) em seu livro: Um sentido para a vida nos diz que o desejo de sentido é um “valor de sobrevivência”.

A contemporaneidade trouxe nova vida, o valor agora não era só a sobrevivência, contudo as facilidades da vida moderna exigem pressa,



consumismo exagerado e desenfreado. A sociedade padece a cada dia sem perceber e sem saber. O indivíduo age sem clareza de seus objetivos e sem mesmo saber o porquê está agindo, só segue o fluxo, sem refletir, nem procurar sentido, busca cada vez mais riquezas, promove guerra por mais território e pelo poder, e com isso destrói o presente, culminando em uma confusão dos valores. No mundo moderno o homem se distancia do verdadeiro sentido de sua própria vida, porém mesmo diante das adversidades cotidianas a vida precisa de novos sentidos, e Frankl (1989) nos fala com muita propriedade de sua experiência no campo de concentração de Auschwitz e Dachau, quando fala que para sobreviver nestes campos, precisava pensar em um futuro, projetar este, porque a realização de algo no futuro dava novo sentido à vida dentro das prisões.

Frankl sustenta-se na esperança de um futuro, pois em situações extremas encontra-se um sentido a ser realizado no futuro, uma causa ou alguém. O homem é que pode dar sentido a sua vida e sua existência a partir de suas experiências únicas.

3.2. O sofrimento do homem moderno

O homem moderno sofre de vários transtornos, principalmente porque não consegue acompanhar a velocidade dos acontecimentos e das mudanças ocorridas na atualidade, os fenômenos são transitórios e atingem os aspectos sociais, psicológicos e biológicos da sociedade. Bauman (2007) fala deste processo como uma sociedade “líquida moderna”:

“Líquida moderna” é uma sociedade em que as condições sob as quais agem seus membros mudam num tempo mais curto do que aquele necessário para a consolidação, em hábitos e rotinas, das formas de agir. A liquidez, assim como a sociedade líquida-moderna não pode manter a forma ou permanecer em seu curso por muito tempo (BAUMAN 2007, P.7)

A sociedade moderna é imediatista e acredita que tudo é muito acessível e fácil. Existe uma busca pelo prazer instantâneo, e esta pressa faz com que as relações se tornem vazias e desprovidas de compromisso, responsabilidades e sentimentos. O sujeito, por vezes se mistura, tornando-se cópia do meio, agindo de maneira igual aos demais, com atitudes que não lhes são próprias. O ser humano renuncia à sua autenticidade e unicidade para seguir o que os outros fazem ou ordenam, tornando-se um brinquedo das forças ambientais e se reduzindo a ideias e dimensões únicas como o psicologismo, sociologismo e fisiologismo, esquecendo sua pluralidade humana, dentro da



unicidade. Quando o homem aceita este reducionismo deixa de ir além a suas capacidades e possibilidades, deixando de exercer seu poder de autotranscendência (FRANKL, 1991).

O significado das coisas para cada pessoa deve ser único. As pessoas necessitam encontrar o sentido da vida, mesmo perdendo valores, pois estes são transmitidos pela tradição, assim com a queda desta, os valores também vão sucumbindo, porém os significados por serem únicos, são pessoais e devem ser assim uma decisão do sujeito (FRANKL, 2005).

Os recursos tecnológicos utilizados pela era moderna na tentativa driblar de o estado de solidão e com isso não se deparar com o sofrimento, gera na verdade, aumento do vazio existencial no sujeito, pois estes recursos são desprovidos de sentido e sentimentos verdadeiros. Nesta era moderna tudo se transforma e muda a todo instante. Como aponta (TEIXEIRA, 2006) na pós-modernidade predomina o consumismo e a cultura do aqui e agora, bem como a perda dos vínculos afetivos e grupais, nesta nova conjuntura o indivíduo torna-se individualista e superficial, com dificuldade de transcendência pessoal, predominando apenas a exterioridade do existir de forma superficial, resultando em vazio existencial, pois o sujeito não encontra direção na vida, nem sentido.

O homem confunde muitas vezes satisfação de pulsões e prazer, com sentido isso ocorre porque naquele momento o prazer obtido parece ser o verdadeiro sentido, porém esta realização é fugaz e quando o sujeito percebe que o vazio ainda permanece e não consegue preenchê-lo, nascem os males que assolam seus dias, surgem as psicopatologias pela falta de sentido. A busca do homem pelo prazer subitâneo faz com que as relações tornem-se vazias de sentido, assim o afeto que deveria estar envolvido pelo outro, nesta relação não é encontrado. Os sentimentos dos sujeitos se tornam irreais, pois existe um vazio em sua existência que não consegue ser preenchida por prazeres passageiros sem entrega e dedicação, nasce uma solidão desampara (VIEIRA, 2003).

As forças psicológicas, ambientais e culturais influenciam o homem diante sua condição no mundo. Para (FRANKL, 2005), o ser humano não é livre das condições, pois não tem como controlar acontecimentos que não dependem de sua vontade ou responsabilidade, mas é livre para tomar uma decisão e se posicionar perante os fatos ocorridos em sua existência. A finitude do homem diante da vida provoca angústia, pois ele é responsável por sua própria existência e tem liberdade de decisão sobre as escolhas de sua vida.

O ato de escolher, sempre requer alguma tensão, pois quando se escolhe um caminho o outro



é deixado de lado, no ato da escolha, algo se perde em detrimento de outro. As possibilidades e a liberdade geram a responsabilidade da escolha, assim compreende-se que existe um medo por parte do ser humano da sua própria liberdade, pois a consciência de decidir faz do homem um ser responsável. Porém quando o sujeito não usufrui de sua liberdade de escolha, esta atitude culmina em perda de sentido da vida e inautenticidade. As grandes mudanças no mundo atual cercam as pessoas e seus sentidos, as alternâncias não são acompanhadas pelos sujeitos, que se sentem tomados pelo medo e pela impotência (BAUMAN, 1998).

O sujeito contemporâneo tem responsabilidades sobre si e as possibilidades de escolha são diversas, mas, o que fazer? O sentimento de incapacidade diante de uma escolha traz sofrimento, desse modo, muitas vezes se prefere não escolher nem ter responsabilidade sobre a escolha, diante da falta de posicionamento ou incapacidade do sujeito o sentimento de invalidez e insuficiência aumenta e pode progredir para depressão e várias outras patologias.

3.3. A busca do sentido na Logoterapia

A função da logoterapia é ajudar o sujeito a encontrar o sentido de sua vida, pois a principal força motivadora do ser humano é a busca de sentido na vida, essa força é o que o impulsiona a viver. Na atualidade o homem precisa encontrar um sentido para sua vida, pois isso tem efeito um efeito terapêutico sobre a vida do sujeito e combate o desespero existencial (SANTOS et al., 2013). A busca pelo sentido é livre, não estando o sujeito livre das circunstâncias, mas para escolher, essa liberdade traz a capacidade de enfrentar quaisquer situações, e isso dá propósito e sentido. A vida é única e seu significado muda, para cada homem, de modo que cada um deve agir e decidir por suas próprias necessidades (FRANKL, 1989).

Para a logoterapia o ser humano mesmo no extremo do sofrimento consegue dar respostas. Ele é responsável, nunca vítima, mesmo estando nesta condição, ele pode decidir, podendo não ser livre das circunstâncias, mas é livre para escolher lidar com esta, ou buscar formas de enfrentar o fato.

Frankl vivenciou situações extremas no campo de concentração onde foi prisioneiro e conseguiu superar e encontrar sentido para a vida, na esperança pós-guerra, no futuro. Existe sentido até no último momento. Até diante daquilo que Frankl (1993) chamou de “tríade trágica” – a dor, a culpa e a morte – é possível encontrar o sentido.



O ser humano precisa encontrar sentido, pois a falta deste pode causar frustração e sofrimento e o sujeito pode se sentir incapaz diante do vazio. O desespero é um sofrimento sem sentido, assim se faz necessário encontrar um sentido para não se deparar com o a desesperança. As situações, por mais adversas que possam ser, quando se encontra um sentido nesta, ela pode ser transformada em uma realização pessoal.

A Logoterapia nega-se a aceitar as noções de “autorealização”, de “felicidade”, de “prazer” ou de “poder” como objetos da busca última do ser humano. O entendimento das vontades de “prazer” e de “poder” como motivações primárias resultam de um terreno de observação das motivações autocêntricas tipicamente neuróticas nas qual principalmente Freud e Adler se basearam, porém o que realmente o ser humano precisa é de sentido nas situações, assim felicidade é consequência. (FRANKL, 1988, p. 36).

Em nossos dias, percebe-se que cada vez mais aumenta o número de pessoas que possuem recursos para viver melhor, porém falta-lhes um sentido na vida (FRANKL, 1989). Existem pessoas que ainda não encontraram o sentido em suas vidas, por diversos motivos, pois cada ser humano tem suas condições e individualidades. A logoterapia se propõe a ajudar o paciente a encontrar o sentido de sua vida, propondo ao indivíduo condições de encontrar valores no mundo objetivo e realizar um sentido para a vida. Esta modalidade de psicoterapia ajuda o sujeito em sua autotranscendência na capacidade de sair de si, renunciar a si mesmo, rumo ao mundo exterior, e neste processo de transcendência o indivíduo precisa ter algo ou alguém a quem se dedique ou ame, ter algo a realizar. A logoterapia amplia na pessoa seu campo visual de valores de tudo que está ao seu alcance e a possibilidade de realização de sentido. (NETO, 2013) diz que através da dimensão noética ou espiritual é que se podem abrir as possibilidades de valores, liberdade e responsabilidade e com isso encontrar o sentido, considerando que o noético não adocece.

A logoterapia utiliza-se de algumas técnicas a fim de promover uma orientação ao paciente em sua busca pelo equilíbrio e libertação espiritual, estas técnicas não são esquemas teóricos fechados e estabelecidos, depende de cada cliente, pois a utilização de instrumentos e sistemas teóricos pode levar a uma interpretação apenas aproximada, no entanto errônea das verdadeiras motivações pessoais, desconsiderando a “natureza” interna do indivíduo, assim ao utiliza-las é necessário ter segurança e conhecimento.

O encontro de paciente e terapeuta, dentro da logoterapia, não constitui uma relação de poder, é bem mais um encontro de duas existências, dois



seres humanos, em que o logoterapeuta pode vivenciar a transcendência e conhecer verdadeiramente seu paciente através da empatia que deve ser característica fundamental do terapeuta. Quando o sujeito procura a psicoterapia geralmente está procurando um sentido no sofrimento. Diante do desespero demonstrado pelo paciente o logoterapeuta consegue mostrar ao paciente que ele possui liberdade para escolher outras possibilidades, que lhe sejam mais valorosas. Por meio do diálogo o homem consegue ter um encontro vivencial e uma abertura para um “tu”. (SANTOS, 2013).

Ainda de acordo com o autor supracitado, quando o sofrimento é inevitável, o sujeito ainda pode decidir e escolher responsabilmente, pois o acontecimento ou o passado não pode ter poder sobre o sujeito, nem torná-lo escravo do fato. Assim, mesmo na dificuldade deve-se encontrar um sentido. A logoterapia enquanto técnica utiliza-se, dentre outras, de três técnicas desenvolvidas por Victor Frankl que podem ajudar o sujeito em sua problemática a encontrar um sentido, sendo elas: o diálogo socrático, a intenção paradoxal e a derreflexão, estas três técnicas podem ajudar o sujeito no autoconhecimento, no autodistanciamento e a na autotranscendência.

A logoterapia tem a função de ajudar o indivíduo a encontrar a cura para o vazio existencial, pois só a própria pessoa pode encontrar o sentido, o terapeuta funciona como um amigo facilitador que irá escutar e mediar este processo, podendo interpretar as respostas do paciente, indicando meios, capacitando o próprio indivíduo a curar-se, pois só ele pode responder e conduzir sua existência, e segundo as quatro premissas da logoterapia o homem é espiritual pessoal, é capaz de se autodeterminar, orienta-se para significados e valores e é autotranscendente.

4. CONCLUSÕES

O vazio existencial vivido nos dias atuais aumenta à medida que acompanha as novas tecnologias e a globalização. A sociedade de consumo cria novas necessidades, mas a vontade de sentido permanece insatisfeita e a busca incessante pela felicidade leva o homem a percorrer diversos caminhos e alienar-se por coisas ou sistemas e assim perder o sentido da vida. A felicidade é um subproduto da realização de um sentido, quando se encontra o sentido seu efeito é a felicidade, assim a vontade de sentido é essencial ao homem.

A logoterapia no mundo atual, como ciência, se propõe a ajudar o homem em sua busca de sentido, valorizando sua unidade, dentro da diversidade bio-psico-noética. Encontrando o



homem a si mesmo, encontrará o sentido da vida, assim poderá perceber que todas as circunstâncias da vida, sejam quais forem, possuem um sentido, sendo este o caminho para a liberdade, a responsabilidade e a transcendência.

A psicoterapia dentro da logoterapia transforma o encontro de paciente e logoterapeuta em uma transcendência da existência humana, sem reduzir o sujeito, mas potencializando suas capacidades. Apesar de utilizar algumas técnicas, para a logoterapia o sujeito é único.

O artigo procurou demonstrar que o uso da logoterapia, principalmente na crise existencial, dos dias atuais é essencial e pode ajudar o homem em sua busca de sentido, contribuindo em grande parcela para o bem estar social de toda a população afetada pelo sofrimento psíquico. Este trabalho descreveu a vontade de sentido e sua importância para a vida, abrindo caminho para novas pesquisas acerca do tema.

REFERÊNCIAS

- BAUMAN, Z. O Mal-estar na Pós-modernidade. Rio de Janeiro: Jorge Zahar, 1998.
- BAUMAN, Z. Vida líquida; tradução Carlos Alberto Medeiros. Rio de Janeiro: Jorge Zahar Ed., 2007
- CARNEIRO, C.; ABRITTA, S. Formas de Existir: a Busca de Sentido para a Vida. Revista da Abordagem Gestáltica-XIV(2), P. 190-194, 2008.
- FRANKL, V. E. (1978). Fundamentos antropológicos da psicoterapia. Rio de Janeiro: Zahar, 1978.
- FRANKL, V. E. Psicoterapia para todos – Uma psicoterapia coletiva para contrapor-se à neurose coletiva. Tradução de Antônio Estevão Allgayer. 2º ed. São Leopoldo, RS: Sinodal/Petrópolis, RJ: Vozes, 1991.
- FRANKL, V. E. Um sentido para a vida: psicoterapia e humanismo (11a ed.). Editora Santuário, Aparecida -SP, 2005
- NETO, V. B. L. A espiritualidade em logoterapia e análise existencial: o espírito em uma perspectiva fenomenológica e existencial. Rev. abordagem Gestalt, Goiânia, vol.19, n.2, P. 220-229, 2013.
- PEREIRA, I. S. A vontade de sentido na obra de Viktor Frankl. Psicologia USP, 18(1), p. 125-136, 2007.
- TEIXEIRA, J. A. C. Problemas psicopatológicos contemporâneos Uma perspectiva existencial. Aná. Psicológica, Lisboa v.24 n.3 , 2006.
- VIEIRA, C. Solidão desamparada. Boletim Informativo da Sociedade de Psicanálise de Brasília, 9 (5),p. 2-3, 2003.



II CONBRACIS
II Congresso Brasileiro de Ciências da Saúde

