



MARINEZ PIAZZA CARLI

LOGOTERAPIA:
UMA VISÃO PSICOLÓGICA NA RESSIGNIFICAÇÃO DA VIDA

SÃO JOSÉ
2021

MARINEZ PIAZZA CARLI

LOGOTERAPIA:

UMA VISÃO PSICOLÓGICA NA RESSIGNIFICAÇÃO DA VIDA

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado à Faculdade Anhanguera, como requisito parcial para a obtenção do título de graduado em Psicologia.

Orientador: Jonas Ângelo Martins Ferreira

SÃO JOSE
2021

MARINEZ PIAZZA CARLI

LOGOTERAPIA:

UMA VISÃO PSICOLÓGICA NA RESSIGNIFICAÇÃO DA VIDA

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado à Faculdade Anhanguera, como requisito parcial para a obtenção do título de graduado em Psicologia.

BANCA EXAMINADORA

Prof(a). Titulação Nome do Professor(a)

Prof(a). Titulação Nome do Professor(a)

Prof(a). Titulação Nome do Professor(a)

São José, dia 27 de novembro de 2021

AGRADECIMENTOS

Meu agradecimento é tão extenso e importante como este artigo, agradeço a Deus e aos professores que sempre contribuíram para meu aprendizado, desde os professores primários aos meus queridos professores universitários, mas alguns professores são muito maiores que qualquer título pudesse defini-los, um agradecimento a coordenadora do curso Sra. Elaine Cristina Coelho de Campos, Supervisora do estágio professora Alana Dallacosta Fantin, os orientadores do TCC professora Marcia Gil e o tutor Jonas Ângelo Martins Ferreira, e, um agradecimento especial aos professores Gabriel Fernandes, Jeferson Gervásio Pires, e Juliana G. Fiorott.

Agradeço também ao meu grupo de colegas e amigas da Faculdade Anhanguera de São Bernardo do Campo – Sp., Lucimar Mateus Ferreira, Marcia P. de Lima Peres, Rosemeire de Lima e Vivian Ribeiro Gusman que estiveram sempre ao meu lado e juntas crescemos e nós desenvolvemos, e mais que especial agradeço a Daniela Grigio Rizzo (in memoriam), que nunca me deixou desistir.

Dedico este trabalho ao meu amado esposo Rivair, companheiro de todas as horas com quem compartilho do mesmo entendimento sobre a resignificação da vida. Agradeço as minhas filhas Cristiane e Vanessa, assim como, aos meus genros André e Bruno, em especial a minha neta Júlia, que faz com que a vida seja sempre cheia de sentidos.

CARLI, Marinez, Piazza. **Logoterapia**: Uma visão psicológica na ressignificação da vida. 2021. Número total de 26 folhas. Trabalho de Conclusão de Curso de Psicologia – Faculdade Anhanguera, São José, 2021.

RESUMO

A principal proposta deste trabalho de revisão bibliográfica, foi em poder contribuir acerca de um tema tão importante que aborta a questão humana que é sua existência, e em paralelo essa constante busca no sentido da vida. Desde milhares de anos o homem precisava conviver com a sua finitude, essa plena consciência de que a morte chega a todos que estão vivos, gera muitas vezes angústia. Pode ser ver diversos rituais e consagrações acerca desta condição, e são extremamente variáveis de acordo com a sociedade e o ambiente ao qual estão inseridos. Porém Frankl um psiquiatra, identificou que a ausência deste sentido de estar vivo e de compreender este motivo, faz com que o homem acabe adoecendo, ficando angustiado e com pouca percepção acerca de si e de todos ao seu redor. O autor que desenvolveu a Logoterapia, entende que o homem é um ser espiritual que não pode ser reduzido ou descrito num contexto padrão, e está condição de não refletir e entender a razão do viver, tira do homem o brilho da existência, fazendo o mais parecer com uma máquina que executa atividades sem nenhum tipo de reflexão. É apresentado também além do conceito algumas técnicas utilizadas da reestruturação, onde cabe o psicólogo contribuir para que o paciente consiga refletir acerca de sobre o que o deixou triste, magoado e descontente e permitir que ele reflita sobre seu próprio passado de alegrias, felicidades e conquistas. Não buscando gerar um novo ser, mas sim ressignificando sua existência e vivências e trazendo-o a refletir e compreender novamente o significado da vida.

Palavras-chave: Sentido da Vida, Frankl, Psicoterapia e Existencialismo.

CARLI, Marinez, Piazza. **Logotherapy**: A psychological view on the redefinition of life. 2021. Total number of 26 sheets. Psychology Course Conclusion Paper – Faculdade Anhanguera, São José, 2021.

ABSTRACT

The main purpose of this bibliographical review work was to be able to contribute to such an important topic about the human question that is its existence, and in parallel with this constant search for the meaning of life. For thousands of years, man needed to live with his finitude, this full awareness that death comes to everyone who is alive, often generates anguish. It can be seen several rituals and consecrations about this condition, and they are extremely variable according to the society and the environment to which they are inserted. However, Frankl, a psychiatrist, identified that the absence of this sense of being alive and of understanding this reason, makes the man end up getting sick, becoming distressed and with little insight into himself and everyone around him. The author who developed Logotherapy, understands that man is a spiritual being that cannot be reduced or described in a standard context, and this condition of not reflecting and understanding the reason for living, takes away from man the shine of existence, doing the most look like a machine that performs activities without any kind of reflection. In addition to the concept, some techniques used for restructuring are also presented, where the psychologist is responsible for helping the patient to reflect on what made him or her sad, hurt and discontented and allowing him to reflect on his own past of joy, happiness and achievements. . Not seeking to generate a new being, but resignifying their existence and experiences and bringing them to reflect and understand again the meaning of life.

Keywords: Sense of Life, Frankl, Psychotherapy and Existentialism.

SUMÁRIO

1. INTRODUÇÃO.....	07
2. SOBRE A VIDA, SEU RESSIGNIFICAR E SUA PRÓPRIA EXISTÊNCIA.....	08
3. LOGOTERAPIA E ANÁLISE EXISTENCIAL	14
4. LOGOTERAPIA E SUAS TÉCNICAS NA COMPREENSÃO DO VIVER	18
CONSIDERAÇÃO FINALIS	23
REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	25

1. INTRODUÇÃO

A principal proposta no desenvolvimento deste trabalho de revisão literária foi em apresentar um tema que pode ser identificado desde os primórdios da existência humana, que anseia em compreender e viver o sentido da vida, que apesar da tonalidade simples do tema, trata-se de um tema cercado de tantos questionamentos, indagações que perduram na existência humana e que algumas vezes a condição de não compreender todos os aspectos que estão ligados a este sentido, podem culminar no adoecimento do ser humano.

A compreensão desta compreensão sobre a vida pode por um momento transparecer com uma tonalidade religiosa, mas não necessariamente, e é neste âmbito de informações que a psicodinâmica da Logoterapia se dispõe a dialogar e contribuir no processo terapêutico dos pacientes que em muitas vezes enfrentam dificuldades ou até mesmo se questionam o sentido do viver.

A logoterapia se propõe a contribuir, refletir e compreender os valores associados a existência, que diversas vezes podem apresentar-se ocultos ou subestimados pela sociedade e pela sua respectiva cultura, propondo promover no paciente a autodescoberta, desta forma concebendo o processo de ressignificação interna e não uma nova identidade.

Buscou-se responder à questão sobre quais são as principais características da logoterapia e suas aplicações na ressignificação da vida? Questão respondida através do objetivo geral que foi delimitado em compreender quais são as principais características da abordagem psicológica denominada logoterapia e sua aplicação no processo de compreender o sentido do viver.

O projeto de pesquisa foi pautado na revisão qualitativa, com a finalidade de contribuir com o esclarecimento a todos interessados, sejam da área da saúde como toda a sociedade. Parte da pesquisa ocorreu através das obras originais e outras através de artigos científicos, pesquisados em sites como o Google Acadêmico, Pepsic e Scielo. As palavras chaves utilizadas foram: Sentido da Vida, Flankl, Psicoterapia e Existencialismo. Considerando obras com publicação no máximo com 29 anos de sua última publicação ou atualização.

O primeiro capítulo de uma forma ampla busca apresentar diversas perspectivas acerca do sentido da vida, considerando diversos momentos históricos e sociais. No segundo capítulo é apresentado a Logoterapia, considerando a Análise Existencial desde seus primórdios suas diferenças e seus principais conceitos. E no último capítulo foi oferecido uma explanação sobre oportunidades terapêuticas para auxiliar no processo de ressignificação da vida do paciente baseado nos conceitos da Logoterapia.

2. SOBRE A VIDA, SEU RESSIGNIFICAR E SUA PRÓPRIA EXISTÊNCIA

Pensar sobre a vida, a princípio parece algo mensurável e de simples reflexão, mas o homem desde que começou a se questionar dos porquês de diversas situações e fatos, perceptivelmente que começou a se questionar e a buscar compreender e a refletir acerca de sua existência e das justificativas para ela, e esta busca pode ser identificada em diversas obras, artes, estudos e tantos outros meios.

No livro “A mais bela história do Homem” de Jean Clottes, há a reflexão sobre as buscas humanas pelo significado da vida. O homem, mesmo em seu passado distante, buscava na natureza e na própria psique um contexto que justificasse tudo. Com o tempo, o homem descobriu e significou o sentido de beleza, arte e sagrado (LANGANEY, et al. 2002).

A arte, no que lhe concerne, surgiu desde que o homem transformou e produziu coisas conforme a realidade através de sua percepção mental sobre tudo. Além disso, Clottes diz que quanto mais nos questionamos sobre o surgimento do senso artístico, descobrimos sua antiguidade. Segundo o autor, especialista em arte rupestre, os vestígios de ações corriqueiras e correlacionadas com esse tema constroem e sustentam um passado de até 300.000 anos.

Ainda mais abrangente, a arte consegue ser entregue de várias formas. Com o decorrer da história humana, vemos vários formatos de intervenção artística. Lembrando que toda e qualquer arte é uma forma de expressão humana, contendo, muitas vezes, sentimentos, questionamentos ou respostas.

Em Guerra e Paz, de Tolstoi (1867), há um relato sobre o período turbulento que aconteceu na Rússia de 1812. O autor não era nascido quando este momento histórico realmente aconteceu, mas sua capacidade de transcrever emoções e explorá-las em forma de arte foi mais surpreendente do que a de qualquer historiador. Afirma-se que ninguém superou suas descrições de batalha. Com isso, o escritor provoca e passa para o leitor os mesmos sentimentos que vivenciou intensamente (SEYMOUR-SMITH, 2002).

Outros exemplos são pinturas de cenas da guerra em forma de poesias, ou fragmentos de um bombardeio militar representados numa tela. O significado e representação de fortes experiências vividas pula de artista para artista, como no caso de Tolstoi e à arte de Picasso. Como uma personalidade artística predominante no século XX, Pablo Picasso (1881-1973) é considerado um dos maiores gênios do mundo. Por amar a pintura, sua personalidade inquieta o fez produzir e vivenciar grandes experiências, com muitos extremos, como amor e ódio, riqueza e pobreza, bajulação e desprezo, sempre presentes em suas obras que perpetuam até os dias de hoje (CUMMING, 1998).

O desejo antigo de dar um significado à vida fez com que o homem das cavernas eternizasse a morte e seus mistérios. Movido por um desejo desconhecido, gravavam nas pedras sobre animais, coisas e situações que viviam. O costume de enterrar seus mortos aparece na história há mais de 100.000 anos. Na Palestina, por exemplo, eram feitos ritos funerários, com túmulos repletos de pólen de flores e oferendas de chifres de veado. Todos os dados são achados arqueológicos da tentativa de entender e explicar a experiência emocional da perda e da separação (LANGANEY et al., 2002)

Para Wolfgang Lind (2004), professor de psicologia da Universidade de Lisboa, os rituais nos entregam um tempo e espaço de reflexão sobre transformações, com pontos familiares e outros ultrapassados. “Os rituais ligam-nos ao passado, definem a nossa vida presente e apontam caminhos para o futuro, quando passamos de cerimônia em cerimônia, quando evocamos tradições de nossos antepassados e quando herdamos objetos e símbolos de nossos ascendentes” (p. 3).

Mesmo com um histórico humano denso e extenso, a pauta de significado da vida e morte sempre existiram. Tanto quanto a de livre arbítrio e consciência sobre a vida, as pessoas a volta, à natureza e o sentido das coisas. No livro “O sentido para a vida”, de Frankl (1989), uma coisa que chama a atenção é o desejo pela busca de sentido ser um “valor de sobrevivência”. O psicólogo conta que aprendeu esta lição quando esteve no campo de concentração de Auschwitz e Dachau, pois se constatou que em lugares estressantes, como em Auschewitz, desaparecem as doenças psicossomáticas.

As coisas mais idôneas para a sobrevivência nos campos de concentração eram as idealizadas para o futuro. Por exemplo, para uma tarefa ou para uma pessoa que, durante a espera, eram projetadas no futuro e para um sentido da vida que no futuro iriam realizar (FRANKL, 1989, p. 28).

Quando não encontramos soluções para mudar uma situação, como no caso extremo de Ivan Litch diante da morte, retratado no livro “A Morte de Ivan Litch”, de Liev Tolstói (1886), ainda encontramos sentidos e estímulos para mudar. Ao se deparar com a morte, o encerramento de seu ciclo e da sua sobrevivência, o autor ressignifica sua existência, pensando em crescer além de si próprio, mas para um renascer maior do que antes, mesmo encarando a morte. Frankl ainda diz que “quando não podemos mais mudar uma situação, somos desafiados a mudar a nós mesmos”.

Em seu livro “Um Sentido para a Vida”, o psiquiatra Viktor Frankl (1989) e fundador da Logoterapia, afirma que a sobrevivência do ser é dependente da capacidade de orientar a própria vida em alguma direção. Com isso, acontecem muitas ações “para algo” ou “para alguém”, ou seja, a capacidade do ser de transcender-se.

Baseando-se em fatos antropológicos primordiais, Frankl diz que o homem deve estar sempre envolvido a algo diferente dele próprio, procurando um sentido a realizar, para encontrar outro indivíduo, para se entregar a alguma causa ou para amar alguém (1989, p. 28).

O homem do século XXI, no que lhe concerne, busca de forma virtuosa uma pessoa que consiga suprir sua necessidade de uma relação afetiva consistente. Neste processo, o indivíduo se engana sobre seu estado de solidão e sentimento de vazio existencial com os diversos meios oferecidos pela tecnologia, como o celular, a internet, relações virtuais e um universo não palpável.

No entanto, em um mundo atual tão acessível, o homem contemporâneo prefere prazeres imediatos, que se mostram descartáveis e não promissores. Com a banalização do prazer, o indivíduo se sente vazio e veta qualquer oportunidade de experimentar, na sua essência, afeto por outras pessoas. Seu mundo interno se transforma num grande buraco, cheio de sentimento de irrealidade, de estranheza, de vazio existencial e de uma conseqüente solidão desamparada (VIEIRA, 2003).

Mesmo que o afeto e vínculo humano sempre estivesse presente na vida humana, pois para nascer exigem-se outros corpos para gerar a vida, a essência humana já classifica a sociedade e a estrutura social como importantes e significantes. No entanto, o indivíduo se forma e começa a questionar sobre tudo à sua volta. O ponto é que o significado e o sentido da vida não estão relacionados apenas com o ser individual, mas sim com vidas além daquela, da quebra de insignificância da existência ao se deparar e tocar em outras vidas.

A perda desta visão ampla no sentido da vida gera uma visão reducionista que remete ao vazio existencial, onde muitas vezes executa ações sem se quer compreender as razões e desta forma se sente limitado, sem direito a liberdade, reflexão e o poder de decisão. A contínua extensão deste estado de falta de sentido por resultar em um profundo sentimento de tristeza, que pode resultar em um estado de neurose, onde o ser acaba desvalorizando sua vida e a razão ao qual sua existência faz-se relevante (RODRIGUES, 1991).

Para todos os seres, geralmente, o sentido da vida se mostra no simples ato de viver. Estando vivos, sempre aparecem os questionamentos sobre o sentido de tudo, mesmo que não exista uma resposta clara e objetiva. Na obra de Paul Auster (2004), "A Invenção da Solidão", existe uma reflexão poética sobre as eternas buscas pelo sentido e significados de tudo à nossa volta.

Se a voz de uma mulher que conta histórias tem o poder de trazer crianças ao mundo, é também verdade que uma criança tem o poder de dar vida a histórias. Dizem que um homem ficaria louco se não pudesse sonhar à noite. Do mesmo modo, se não é permitido a uma criança entrar no imaginário, ela nunca se verá frente a frente com o real. A necessidade de histórias que a criança sente é tão fundamental quanto sua necessidade de comida, e se manifesta da mesma forma que a fome. Conte-me uma história, diz a criança. Conte-me uma história. Conte-me uma história, papai, por favor. O pai então se senta e conta uma história para o filho. Ou então se deita no escuro ao lado dele, e começa a falar, como se não houvesse mais nada no mundo senão sua voz, contando uma história no escuro para seu filho. Muitas vezes é um conto de fadas, ou uma história de aventuras. Porém, muitas vezes não passa de um simples salto para o imaginário" (LESB, 2006, p. 172).

Por fim, quando encontramos um sentido na vida, o que acontece em seguida se torna insignificante diante do sentido. "Não é que sua vida não tenha sentido. É que o sentido da sua vida é não ter sentido". (LESB, 2006).

O próximo capítulo apresenta uma importante compreensão acerca da Logoterapia e da análise existencial, oferecendo elementos significativos na construção do processo do sentido do viver pela perspectiva da psicologia conceitual e, em simultâneo, contemporânea.

3. LOGOTERAPIA E ANÁLISE EXISTENCIAL

A psicologia busca auxiliar o ser humano na busca da qualidade de vida, equilíbrio e crescimento psíquico, para isso utiliza-se de diversas linhas de abordagem todas com importantes resultados e comprovações, mas uma abordagem que tem se destacado muito é a Logoterapia, justamente pelo seu caráter multifacetado, baseado pela perspectiva fenomenológico existencial humanista. É também muito conhecida pela designação da psicoterapia do sentido da vida (GOMES. 1988).

De acordo com Gomes (1988), a Logoterapia foi criada e desenvolvida por Viktor Emil Frankl (1905-1997), que em seu pressuposto básico instala-se a visão humana sobre as concepções psicológicas na sua vivência, baseando-se na existência e na identificação da dimensão noética e espiritual, que se debruça na dinâmica do despertar da vivência da religiosidade.

Sua origem se pauta em compreender as nuances e anseios humanos que sempre estão inclinados a liberdade de escolher a postura que assumira em relação aos condicionamentos e circunstâncias que pode oferecer. O ser humano que compreende esta condição estaria em plenas condições de suportar a dor, o sofrimento e as angústias que emergem durante sua existência. Justamente desta forma todas as circunstâncias da vida, tem sentido potencial, nada deixa de existir ou acontecer sem um sentido (FRANKL, 2008).

A Logoterapia busca explorar a experiência do agora baseada na motivação humana que anseia pela liberdade e por encontrar um sentido para a vida, Frankl provavelmente atingiu notoriedade com seu conceito por apresentar uma psicoterapia orientada ao espírito (PEREIRA, 2007). Entender a abordagem e funcionamento da Logoterapia e como ela aborda o conceito de espírito torna-se essencial para todos aqueles que desejam explorar as possibilidades da terapia do sentido e compreender a visão de homem da Análise Existencial frankliana.

Ao construir a abordagem em psicologia e psicoterapia, Frankl (1972/2011) criou uma antropologia, uma filosofia e uma ontologia que misturasse e direcionasse a prática e suas pesquisas psicológicas, considerando que, para o autor, toda

psicoterapia, direta ou indiretamente, tenderia a promover uma visão de homem e de mundo (Frankl, 1972/2011). De acordo com Frankl:

"Todo conhecimento, enquanto é um conhecimento humano, está ligado a uma posição" (Frankl, 1987/2012, p. 81).

Considerando esta perspectiva, é importante colocar os aspectos filosóficos e metodológicos que consistem na visão de mundo pressuposta por toda prática psicoterapêutica atribuída. Por meio de sua ótica antropológica, o criador da Logoterapia compreendia o ser humano como um ser espiritual, que escapa a qualquer redução ôntica, "coisificada" ou objetiva, ocupando uma posição privilegiada dentre os demais entes do mundo (HEIDEGGER, 2009; FRANKL, 2012).

De acordo com Fonseca (2006), o homem é o ser capaz de vivenciar e desvelar sentidos, um ser, que além de uma dimensão ôntica, apresenta uma dimensão ontológica. Através de uma perspectiva de homem enquanto ser ontológico e espiritual, o conceito de espírito ocupa um espaço para o entendimento da Logoterapia e da Análise Existencial, dado que é no voltar-se ao caráter espiritual do ser-homem que Viktor Frankl promove seu método do encontro de sentidos.

Um fator determinante e que difere de outras teorias é que a Logoterapia sublinha que o sentido não se dá, ou se revela através de uma análise instrumental, portanto inviável seria buscar compreender a perspectiva interna de um ser através de sistemas teóricos ou baseados em cálculos, o sentido, na verdade, só é relevante quando encontrado e não ofertado ao paciente, porém é função do terapeuta compreender e interpretar as respostas oferecidas pelo paciente, para que se possa contemplar os resultados alcançados durante o processo terapêutico (FRANKL, 1973).

Um dos principais conceitos da Logoterapia está apoiado na tríade que fundamenta seu núcleo teórico, que compreende perspectiva humana em três condições, a liberdade da vontade, a vontade de sentido e o sentido da vida, este último de grande relevância ao desenvolvimento da revisão bibliográfica proposta (GOMES, 1988).

Para Frankl (2008) a grande neurose humana contemporânea está pautada no nihilismo singular de cada pessoa, justamente caracterizado pela ausência do sentido

da vida, decorrente das perdas de referências e da singularidade na existência humana. O homem passou a ser compreendido pela sua funcionalidade, se parecendo muitas vezes a uma máquina, disposta a captar e responder a um sistema determinado que conduz todas as coisas que tem como prioridade muitas vezes o ter em vez do ser. Desta condição é que emergem diversas patologias de origem existencial. Tão envolvido pelas informações e imagens aos quais tem acesso que chega a não conseguir mais saber quais são seus anseios, desejos, razões e desta forma acabando perdendo o sentido da existência.

De acordo com Frankl (1946/1989) disse que os estudiosos comportamentais e psicanalistas estavam reduzindo o ser humano a um único aspecto de sua totalidade unificada na pluralidade, que parte da premissa de que o homem se apresenta em três dimensões principais: somatológica, psicológica e noológica. Sua dimensão somatológica ou somática inclui todo o aspecto fisiológico do homem, totalizando a visão biológica e orgânica do ser humano. A dimensão psicológica ou psíquica abrange as pulsões, bem como o funcionamento psicodinâmico do psiquismo, os comportamentos operantes e processos psicológicos.

Para Frankl, às duas primeiras dimensionalidades do indivíduo caracterizariam o aspecto factual, determinado e passível de ser explicado objetivamente. Diferente das duas dimensões ou deste referido caráter determinista da condição humana, aparece a dimensão espiritual. É a dimensão onde o homem opera em uma realidade existencial, presentificada no momento criador e recriador de si mesmo em sua relação com o mundo. Esta seria a dimensão que contemplaria devidamente o ser humano, plena de valores e sentidos concretos, o aspecto em que se reconhece a validade da liberdade, da responsabilidade e da consciência. Exatamente aquela dimensão que, segundo Frankl (1978/2005), estava sendo negligenciada pelas psicologias do começo do século XX.

Por isso, a grande crítica de Frankl (1972/2011) foi a respeito da indiferença com o elemento espiritual por parte dos psicólogos de seu tempo. Resgatar o aspecto espiritual, bem como promover um método de atuação para o espírito e a partir dele é o princípio da proposta logoterapêutica. Para entender e aplicar, é necessário o total entendimento de tal conceito em Frankl, calcados em embasamentos filosóficos, antropológicos e psicológicos.

Uma psicologia que se orienta pelo modelo metodológico das ciências naturais, se compromete com uma falsificação, com uma desnaturalização, e com uma desumanização do sujeito humano, enquanto este sujeito, submetido à observação, se transforma, inevitável em objeto (FRANKL, 1981/1990, p. 35).

Compreendido a perspectiva da Logoterapia e seus mais importantes pressupostos, o próximo capítulo busca apresentar as principais técnicas e oportunidades terapêuticas no processo da compreensão e da resignificação do viver através da Logoterapia.

4. LOGOTERAPIA E SUAS TÉCNICAS NA COMPREENSÃO DO VIVER

A Logoterapia funciona como um processo terapêutico, que trabalha os ganhos e perdas do ser, mesmo que esteja profundamente afetado pela neurose, a natureza espiritual não é afetada. Justamente com esta afirmação a Logoterapia busca no paciente lembrar que ainda estão dentro dele os sentimentos de amar, chorar e enfrentar e que sua essência jamais adoeceu e é através dela que a paciente irá se apoiar.

Busca-se no paciente realinhar que as questões vivenciadas mesmo que contemplem tristezas, magoas e derrotas, estas não são as únicas vivências e pode buscar as vivências felizes e positivas em seu passado e que estas são inalteráveis ou que possam ser apagadas. O reforço destas lembranças permitirá que sejam estabelecidas uma força no paciente a qual ele consiga novamente tomar as decisões de forma mais racional, confiantes e possam ressignificar sua trajetória existencial (LAZZARI JUNIOR, 2013).

As abordagens e técnicas utilizadas na Logoterapia são, principalmente, três. A primeira é a de desreflexão, usada quando uma pessoa é envolvida em um problema ou está focada em um objetivo, e há o processo de redirecionamento da atenção ou desviar a atenção do “eu”. A intenção paradoxal, que envolve usar os medos e fobias do indivíduo de forma sutil para remover seus anseios e aliviar sintomas de ansiedade. E, por último, o diálogo socrático, sendo uma técnica onde o logoterapeuta usa as palavras da própria pessoa como um método de autodescoberta, pois, ao ouvir e refletir, o profissional consegue identificar padrões específicos de palavras ou soluções e dar um novo significado neles e, neste processo, o indivíduo percebe que a resposta está dentro de si mesmo.

A função do terapeuta pautado na Logoterapia é desenvolver no ser a autodescoberta, ajudando a indicar meios para encontrar o sentido e não propondo a criação de um novo ser, entendendo, que o paciente deve ser levado a buscar transcender em direção do outro, ou seja e no outro que se encontra o sentido para a sua vida diferente de outras terapias. Para isso o psicólogo precisa interpretar as

respostas do paciente de forma adequada, para evitar ao máximo reduzi-las ou padroniza-las, de modo a resgatar o ser no ser (LAZZARI JUNIOR, 2013).

Para a logoterapia o método fenomenológico é o que deve ser tomado, pois, o fenômeno não é a aparência, e sim, a manifestação ou revelação de que há a coisa mesma ou o ser em si, sendo o abrir-se e o manifestar-se da própria realidade vivida pelo sujeito (PETTENGILL; ANGELO, 2000, p. 92).

O processo terapêutico da Logoterapia contempla encontrar o sentido da vida, afirmando que nenhum ser é isento, nem mesmo nas suas experiências de enfrentar a dor, angústia e sofrimento diante dos desafios impostos durante a vida humana. Essa necessidade de se buscar um sentido está diretamente ligada na tentativa do encontro do indivíduo com a liberdade, da responsabilidade e da transcendência e que na relação com o outro, o ser pode se encontrar e se compreender (RODRIGUES, 1991).

Até o momento, a proposta de Frankl era construir uma terapia voltada para o caráter espiritual do indivíduo. Além disso, o autor recorre à fenomenologia tanto enquanto método como quanto fundamento para sua visão antropológica. De acordo com outros autores, o fundador da Logoterapia construiu uma visão de homem que busca contextualizar a dignidade da condição humana. Por isso, como já mencionado anteriormente, não é errado afirmar que o conceito de espírito pode ser considerado a pedra angular da teoria psicológica proposta por Viktor Frankl, e que a perspectiva de atuação fenomenológica se justifica na gênese do conceito de espiritualidade, considerando que o espírito não pode ser determinado, manipulado, objetivado ou explicado, sendo a única forma de alcançá-lo, por exemplo, acompanhando seus atos de forma participativa (SCHELER, 1928).

Conforme as influências fenomenológicas utilizadas até o momento, as mesmas entram na mesma perspectiva antropológica de Frankl (1978), considerando que as bases teóricas de Frankl são de pensadores que trabalham e estudam na vertente da fenomenologia. O fator de semelhança é compreendido, pois, a única forma de alcançar o espírito seria através da captação do dado da experiência imediata. Visto que o espírito é entendido como uma atualidade, de uma forma que se registre a vivência do momento, é possível caracterizar a dimensão espiritual, que diz

respeito ao método fenomenológico, ou, como também é conhecido na sua apropriação para a psicologia e psicoterapia, o método compreensivo (FIGUEIREDO, 2008).

Em momento algum a Logoterapia diz que o homem é "composto" de corpo, alma e espírito. Na realidade, o ser humano é tudo unitariamente, todavia, o espírito constitui e garante a unidade. Ou seja, o homem possui um corpo e alma, mas também é espírito.

Enquanto o homem é espírito, existe como pessoa; porém, neste sentido, pode-se também dizer que a sua existência é una, total e nova. Una, porque indivisível; total, porque não adicionável; e nova, por a existência ser intransmissível. (FRANKL, 1978, p. 129)

A experiência interna de uma experiência simples e isenta de preconceitos teóricos não esclarece mais que, por exemplo, a alegria ao ver uma pessoa amada ou um lindo pôr do sol. As experiências podem dar algo mais imediato do que a experiência de nós mesmo, como a auto compreensão de nosso ser humano enquanto ser responsável (FRANKL, 1946).

A participação na vida das pessoas só é possível se acompanharmos a realização e co-realizarmos os atos livres. Tal ato só pode ser alcançado por meio do que é entendido pela palavra "sequaz", ou através da "compreensão" que só é possível em meio à postura do amor espiritual, em meio à identificação com o amor, com a vontade de uma pessoa, e, a partir daí, com ela mesma. Essa compreensão é, no que lhe concerne, o oposto mais extremo de toda objetivação (SCHELER, 1928, pág. 46).

A Logoterapia consegue proporcionar e fornecer ao paciente a experiência do ser-responsável, que significa enfatizar uma ação espiritual, considerando que não há outra forma de espírito, se não por meio da ação, vivência coo participativa e compartilhada com o outro. Privilegiar um ato vivencial, logo, um ato de resposta, é necessariamente possibilitar um momento dialógico, que surge por meio de um encontro, um eu-tu, que potencializa o cliente a ressignificar a si mesmo por meio do desdobramento de sentido (BUBER, 1923). Desta forma, a fenomenologia é a base do método logoterapêutico, dito aqui como método compreensivo, para desvincular-

se do método explicativo assumido pelas abordagens psicológicas que concebem uma postura analítica, explicativa e interpretativa.

A compreensão do processo auxilia e favorece para uma postura relacional, que privilegia a experiência vivencial e compõe a consciência do sentido através da expressão existencial. Por isso, a Logoterapia, orientada pela Fenomenologia, aparece como uma psicoterapia compreensiva por ser um método compreensivo de sentidos, dado que é através de um encontro entre duas alteridades, cliente e terapeuta, onde se apreende significados em conjunto, na relação e por meio dela. O sentido é, portanto, entendido como uma correalização dos atos espirituais sempre em vivência e em relação dialógica, um diálogo face a face com um Tu, com uma alteridade que se disponibiliza a relação e confirma o Eu correspondente (FONSECA, s.d.).

A postura fenomenológica do logoterapeuta é apresentar-se como alteridade na proposta de promover a experiência vivencial imediata do cliente como espiritual, que se configura como vivências e descobrimentos de sentidos.

Em última instância, o ser junto-a do espiritualmente é a intencionalidade desse ente que é de maneira espiritual. O ente que é espiritualmente, porém, é intencional, no fundo de sua essência, e, assim, é possível dizer: um ente que é de maneira espiritual é espiritualmente ente, é um ser-consciente, é "junto a si" a medida que "é" junto a um outro ente - à medida que "se conscientiza" de um outro ente. Com isso, o espiritualmente ente se realiza no ser junto-a, assim como esse ser junto-a do ser espiritual é a sua possibilidade mais originariamente própria, sua capacidade propriamente dita (FRANKL, 1987/2012, pág.75).

Portanto, compreender e assimilar os significados e as implicações que a dimensão espiritual promove na constituição da Logoterapia é, em sua totalidade, essencial e indispensável para a captação do pensamento de Viktor Frankl e para uma atuação responsável como Logoterapeuta. Segundo o criador da Logoterapia, seus desenvolvimentos, ensinamentos e abordagens, foram fruto da tematização da humanidade potencialmente presente no homem. A luta que começou com Frankl e se estende até hoje é justamente pela humanização da psicoterapia e das práticas de saúde, além da ressignificação do conceito de humanismo. Este é o sentido e a base

do espírito da Logoterapia, seu verdadeiro legado, seu valor e sua importância no debate sobre o sentido da vida.

CONSIDERAÇÃO FINAIS

A principal proposta foi em apresentar um tema que pode ser identificado desde dos primórdios da existência humana que busca, compreender e viver o sentido da vida, apesar de simples, não é visto tratar-se de um tema cercado por tantos questionamentos e indagações e que muitas vezes a condição de não compreender todos os aspectos que estão ligados ao sentido da vida, pode acabar contribuindo para o adoecimento do ser humano.

Inicialmente abordou-se a questão sobre o que é o viver e a necessidade de ressignificar a existência humana, tendo em vista que o homem em seu mais íntimo sempre buscou entender as razões da existência e ao mesmo tempo o da sua morte, desde sua plena concepção como ser, vive esta busca incessante. Essa continua busca de um sentido que permita a sobrevivência, muitas vezes quando ameaçada muda todos os sentidos e desejos. Exemplo dessa busca é visto em diversas obras como em livros onde por exemplo A Morte de Ivan Litch, o autor faz uma projeção acerca da compreensão em que podemos compreender a morte como um possível renascimento, consagrando a possibilidade de transcender-se.

Neste modelo de reflexão o psiquiatra Frankl consagra a Logoterapia, que é baseada na liberdade humana em encontrar e compreender um sentido para vida que justifique seus anseios. O ser humano na percepção do autor é um ser espiritual que não pode ser reduzido ou descrito num contexto padrão. E a grande neurose humana estaria ligada diretamente ao niilismo de cada pessoa, isto ocorreria justamente pela ausência do sentido de viver, que muitas vezes se descaracteriza de sua singularidade parecendo mais uma máquina.

A Logoterapia possui algumas importantes técnicas que se dispõe a realinhar as questões vivenciadas mesmo que estas contemplem tristezas, magoas e derrotas e que deve se entender que não serão alteradas, mas deve-se buscar as vivências felizes e positivas no passado para a reconstrução do presente. O terapeuta deve gerar no seu paciente a autodescoberta, não em busca de um novo ser, mas a oportunidade de transcender aos seus próprios sentimentos. Entre suas principais técnicas utilizadas pode-se identificar a desreflexão, a intenção paradoxal e o

diálogo socrático cada qual a sua maneira busca refletir no paciente, que todos somos existenciais e iremos enfrentar a dor, angústia e sofrimento diante dos desafios impostos durante a vida, mas que é possível o encontro do indivíduo com a liberdade, a responsabilidade e a transcendência e que na relação com o outro, o ser pode se encontrar e se compreender o sentido da existência e do viver.

REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS

AUSTER, P. **A invenção da solidão**. São Paulo: Cia das Letras, 2004.

BUBER, M. **Eu e Tu**. São Paulo: Centauro. 2010.

CUMMING, R. **Para entender a arte**. São Paulo: Editora Ática S.A. 1996.

CUMMING, R. **Para entender os grandes pintores**. São Paulo: Editora Ática S.A. 1998.

FIGUEIREDO, L. C. M., **Matrizes do Pensamento Psicológico**. Petrópolis: Vozes. 2008.

FRANKL, V. E. (1981). **A Questão do Sentido em Psicoterapia**. Campinas: Papyrus. 1990.

FRANKL, V. E. **Em busca de sentido: um psicólogo no campo de concentração**. Petrópolis: Vozes. 2008.

FRANKL, V. E. (1946). **Psicoterapia e Sentido Da Vida: Fundamentos de Logoterapia e Análise Existencial**. São Paulo: Quadrante. 1989.

FRANKL, V. E. (1978). **Um Sentido para a Vida: Psicoterapia e Humanismo**. São Paulo: Ideias & Letras. 2005.

FRANKL V. E. (1948). **A Presença Ignorada de Deus**. Petrópolis: Vozes. 2007.

FRANKL, V. E. (1972). **A Vontade de Sentido: Fundamentos e Aplicações da Logoterapia**. São Paulo: Paulus. 2011.

FRANKL, V. E. (2012). **Logoterapia e Análise Existencial: Textos de seis décadas**. Rio de Janeiro: Forense Universitária. 2012.

FONSECA, A. H. L. **Interpretação Fenomenológico-Existencial: Sobre o Sentido do Interpretativo na Concepção e Método da Psicologia e Psicoterapia Fenomenológico-Existencial**. Laboratório Experimental de Psicologia e Psicoterapia Fenomenológico Existencial. Disponível em: <https://sites.google.com/site/eksistenciaescola/eksistencia>. Acessado em: 24 de outubro de 2021.

FONSECA, A. H. L. **Para Uma História da Psicologia e da Psicoterapia Fenomenológico Existencial** - Dita Humanista. Maceió: Pedang. 2006.

GOMES, J. C. V. **A prática da psicoterapia existencial: logoterapia**. Petrópolis: Vozes. 1988.

HEIDEGGER, M. (1927). **Ser e Tempo**, Petrópolis: Vozes. 2009.

IESB, (2006). **Palestra proferida no Curso de Psicologia do Centro de Ensino Superior de Brasília** – lesb, 20 de novembro de 2006.

LANGANEY, A., CLOTTES, J., GUILAINE, J. & SIMONNET, S. **A mais bela história do homem: de como a Terra se tornou humana**. Rio de Janeiro: Difel. 2002.

LAZZARI JUNIOR, J. C. **A psicologia e religião de Viktor Frankl: a relação entre ciência e espiritualidade na logoterapia**. Revista Eletrônica Espaço Teológico. Vol. 7, n. 11, jan/jun, 2013, Disponível em: <http://revistas.pucsp.br/index.php/reveleiteo/article/view/15714> Acesso em: 05 de Outubro de 2021.

LIND, W. A importância dos rituais familiares na construção da família. **Revista Cidade Solidária**. São Paulo. 2004.

PEREIRA, I. S. **A vontade de sentido na obra de Viktor Frankl**. Psicologia USP. 2007.

PETTENGILL, M. A. M. & ANGELO, M. **O sentido do cuidar da criança e da família na comunidade: a experiência da aluna de enfermagem**. Revista da Escola de Enfermagem da USP. 2000.

RODRIGUES, Roberto. **Fundamentos da Logoterapia** – na clínica psiquiátrica e psicoterapêutica. Vol 1. Petrópolis: Vozes, 1991.

SCHELER, M. (1928). Visão **Filosófica do Mundo**. São Paulo: Perspectiva. 1986.

SEYMOUR-SMITH, M. **Os 100 livros que mais influenciaram a humanidade: a história do pensamento dos tempos antigos à atualidade**. Rio de Janeiro: Difel. 2002.

TOLSTOI, L. **A morte de Ivan Ilitch**. (Trad. Carlos Lacerda). Rio de Janeiro: Lacerda Editora, 1997.

VIEIRA, C. **Solidão desamparada**. Boletim Informativo da Sociedade de Psicanálise de Brasília. 2003.