

Logoterapia: compreendendo a teoria através de mapa de conceitos

David Moises Barreto dos Santos¹

Logoterapia: compreendendo a teoria através de mapa de conceitos

RESUMO

O interesse pela Logoterapia e Análise Existencial tem crescido desde a sua fundação, tanto por profissionais clínicos quanto por outros de áreas diversas. Compreender um sistema teórico não é uma tarefa fácil, exige muita dedicação, especialmente para um iniciante, sobretudo no que toca às relações entre os conceitos. O diagrama é um recurso de ensino-aprendizagem que pode ser usado para facilitar a explanação. O objetivo deste artigo é apresentar um mapa de conceitos da Logoterapia e Análise Existencial. Utilizamos uma técnica denominada análise contrastiva que permite a organização de conceitos a partir de uma estrutura textual. O resultado é um mapa conceitual das principais relações entre os conceitos do sistema teórico investigado.

Palavras-chave: Logoterapia; Sentido da vida; Conceitos; Mapa de conceito.

Logotherapy: understanding theory through a concepts map

ABSTRACT

The interest in Logotherapy and Existential Analysis has increased since its inception, both by clinicians and by other professionals. However, to understand a theoretical system is not an easy task, especially for a beginner; it requires a lot of dedication, particularly to assimilate the interrelationships among its concepts. Thus, diagrams can be used to explicit them. In this sense, the goal of this paper is to present a concept map of Logotherapy and Existential Analysis. Therefore, we use contrastive analysis to organize the concepts extracted from specialized texts. The result was just a conceptual map containing interrelationships among the main concepts of the theoretical system investigated.

Keywords: Logotherapy; Meaning of life; Concepts; Concept map.

Logoterapia: compreendendo la teoría mediante un mapa conceptual

RESUMEN

El interés por la Logoterapia y Análisis Existencial ha crecido desde su creación, tanto por los clínicos y otros profesionales en diversos campos. Sin embargo, la comprensión de un sistema teórico no es una tarea fácil, especialmente para un principiante, requiere mucha dedicación, principalmente con respecto a las relaciones entre los conceptos. Por lo tanto, se pueden utilizar diagramas para explicar estas relaciones. En este sentido, el propósito de este artículo es presentar un mapa conceptual de Logoterapia y Análisis Existencial. Con esta finalidad, utilizamos el análisis contrastivo para organizar conceptos extraídos de textos especializados. El resultado se expresa como un mapa conceptual de las relaciones entre los principales conceptos del sistema teórico investigado.

Palabras clave: Logoterapia; Sentido del vida; Conceptos; Mapa de conceptos.

Introdução

Desde que Viktor Frankl (2008) lançou seu livro intitulado **Em busca de sentido**, no qual narra sua vivência em campos de concentração a partir das ideias da Logoterapia e Análise Existencial, ela se tornou conhecida mundialmente. Tida como a **Terceira Escola Vienense de Psicoterapia**, atualmente conta com mais de 110 instituições que se dedicam a essa abordagem (Viktor Frankl Institute [VFI], 2013). Além disso, tem agregado interessados não apenas da psicologia e psiquiatria, mas das mais diversas áreas de conhecimento, como educação (Damásio, Silva, & Aquino, 2010), filosofia (Rocha & Gomes, 2012), teologia (Einsfeld, 2010), enfermagem (Lima & Santa Rosa, 2008), literatura (Feitosa & Gaudêncio, 2012), entre outras. No Brasil, em particular, o número de publicações vem crescendo nesse início de milênio (Véras & Rocha, 2014).

Uma das dificuldades naturais de um leigo ao se aventurar por um novo assunto e/ou sistema teórico não é necessariamente compreender os conceitos centrais, mas sim as relações entre eles. Embora exista uma quantidade significativa de textos introdutórios em Logoterapia — escritos ou por seu próprio fundador (Frankl, 2005, 2008) ou por outros autores como Lukas (1989), Marinez (2003) e Xausa (2012), entre tantos outros —, a própria estrutura textual com frequência pode não contribuir para uma visão mais ampla da área. Nesses casos, o uso de recursos gráficos é indicado, podendo ajudar significativamente no aprendizado. O próprio Frankl (1990, 2005, 2011, 2012) não raro recorria a diagramas para apoiar algumas explicações em seus textos.

Posta essa necessidade, o objetivo deste trabalho consiste em criar e apresentar um mapa conceitual da área de Logoterapia e Análise Existencial. Mapas conceituais são diagramas bidimensionais para organizar e representar conhecimento, que ilustram relacionamentos entre conceitos de uma determinada área (Novak & Cañas, 2006). No diagrama, os conceitos são conectados através de linhas, as quais são rotuladas para indicar o tipo de relacionamento entre aqueles.

É essencial enfatizar que o mapa conceitual ou qualquer outro diagrama não substitui a necessidade do texto. Sendo assim, o mapa elaborado será devidamente comentado ao longo do artigo. Trata-se, sobretudo de um recurso didático para aprendizagem, especialmente dirigido para os iniciantes na área. Ademais, no escopo deste artigo não entrarão conceitos referentes diretamente à prática clínica, até mesmo por limitação de espaço.

Para uma melhor compreensão do texto, sua organização está disposta como exposto a seguir. Primeiramente, discutimos a metodologia, além de explicar um pouco mais sobre mapas conceituais. Em seguida, começamos a tratar propriamente dos conceitos da Logoterapia e Análise Existencial. Para tanto, descrevemos a visão de ser humano de tal abordagem. Depois, debatemos o seu núcleo teórico, que está fundado em uma primeira tríade conceitual que forma “uma cadeia de elos que se conectam reciprocamente” (Frankl, 2011, p. 7): **Liberdade da vontade, Vontade de sentido e Sentido de vida**.

O ser humano tem sempre a liberdade de escolher a postura que adota perante os condicionamentos e circunstâncias que a vida lhe apresenta. É o sentido de vida que justamente motiva o ser humano, que o ajuda a superar seus condicionantes — liberdade da vontade. Logo, podemos lembrar a frase de Nietzsche tão reforçada por Frankl (2008): “quem tem **por que** viver aguenta quase todo **como**” (p. 101). Para ilustrar, basta lembrar o seu relato do campo de concentração onde aqueles que tinham um sentido para sua existência conseguiam suportar o sofrimento agudo, os horrores presentes, em vez de desistir da vida. Por outro lado, “há um sentido para a vida — isto é, um sentido pelo qual o homem sempre esteve a buscar [vontade de sentido] — e que o homem tem a liberdade de engajar-se, ou não, na realização desse sentido” (Frankl, 2011, p. 89). Existe um sentido de vida potencial em todas as circunstâncias da vida, ela nunca deixa de oferecer sentido (Frankl, 2008).

Podemos dizer que é a partir dessa tríade que se desenvolvem os outros conceitos, ou que, pelo menos, é em torno deles que giram os demais conceitos. Devido a esse fator, as demais seções estão nomeadas segundo os conceitos da tríade mencionada. Mas isso não significa que eles serão tratados de forma isolada, sempre que apropriado, exporemos suas intercessões, ou melhor, relações. Apresentaremos ainda mapas conceituais parciais do que está sendo discutido ao passo que, ao final, teremos um mapa mais abrangente, englobando todos os conceitos descritos.

Metodologia

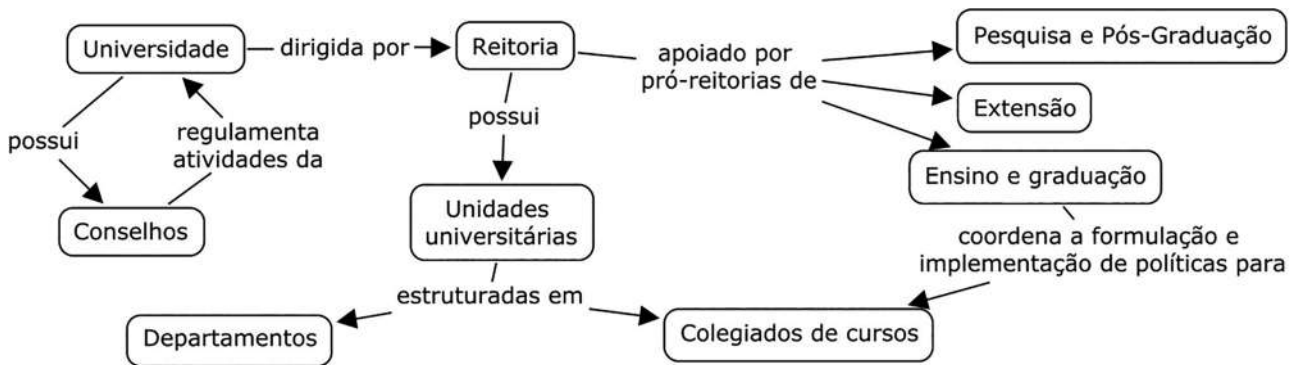
A metodologia para construção dos mapas conceituais contou com princípios da análise contrastiva (Froes-Burnham, 2002), a partir da qual onde organizamos os principais conceitos segundo algumas obras — principalmente, livros e artigos publicados em periódicos. São três as etapas primordiais: **Reconstituição**, selecionando citações-chaves dos textos selecionados; **Escrutínio**, analisando-se as citações extraídas dos textos e a partir delas formulando categorias na quais pode haver conceitos superordenados e subordinados, como exemplo, respectivamente, neurose noogênica e neurose dominical; **Sistematização**, organizando as categorias e conceitos encontrados em um sistema de análise através do qual foi construído o mapa conceitual. Enquanto o processo de análise contrastiva teve como auxílio uma planilha eletrônica (Excel), a construção dos mapas conceituais ocorreu por meio de um software específico para tal tarefa, denominado *Cmap Tools* (<http://cmap.ihmc.us/>).

Mapas conceituais

No diagrama, os conceitos são conectados através de linhas, as quais são nomeadas para indicar o tipo de relacionamento entre eles. Geralmente, um conceito é representado por meio de apenas uma palavra, mas também pode ser representado por algumas palavras.

Para ilustrar, um mapa de conceitos sobre uma hipotética e simplificada estrutura universitária está ilustrado na Figura 1. As palavras dentro de cada caixa representam conceitos sobre o domínio apontado, enquanto que as setas indicam os relacionamentos presentes entre tais conceitos. A partir daí podem ser feitas as leituras e/ou interpretações como a “reitoria se divide em pró-reitorias” ou a “a pró-reitoria de ensino e graduação coordena políticas para cursos de graduação”, entre outras.

Figura 1. Exemplo de mapa conceitual

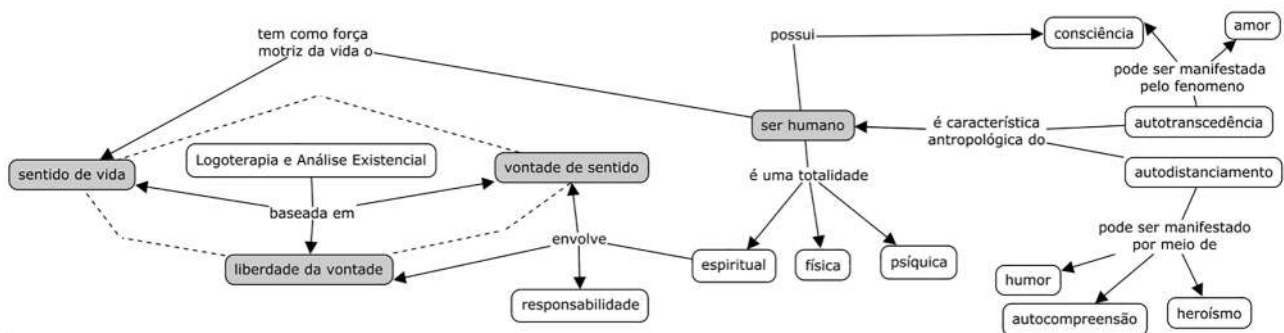


Pelo exemplo é notável uma das vantagens de mapas de conceitos: a forma explícita com que expõem os relacionamentos entre as ideias de um determinado domínio de aplicação. Além disso, tais relacionamentos são nomeados para facilitar a compreensão. Por essas características, mapas conceituais são relativamente fáceis de entender.

Concepção de ser humano

A visão de ser humano da Logoterapia e Análise Existencial, como estruturada no mapa de conceito da Figura 2, não se restringe a uma compreensão biopsicossocial. Muito menos tal visão restringe o ser humano a algumas destas partes, compreendendo-o apenas sob uma ótica, como a biológica, por exemplo, o que viria a se tornar um biologismo. É preciso entender o ser humano em sua totalidade, em uma unidade apesar da pluralidade (Frankl, 2012).

Figura 2. Tríade conceitual fundante e concepção de ser humano



Outrossim, soma-se a isso a existência de outra dimensão, chamada de **noética** ou espiritual, pois noética vem do grego **nous**, espírito. “O homem é efetivamente uma unidade e uma totalidade corpóreo-psíquico-espiritual” (Frankl, 2012, p. 62). “É nessa dimensão espiritual que se localiza a tomada de posição, em face das condições corporais e de existência psíquica, além das decisões pessoais de vontade, intencionalidade, interesse prático e artístico, criatividade, senso ético e a compreensão do valor” (Guedes & Gaudêncio, 2012). Também é aí que está a liberdade, a responsabilidade e a preocupação pela busca do sentido último da vida. Enfim, essa dimensão é própria dos fenômenos intrinsecamente humanos.

Vale destacar ainda que a visão frankliana de ser humano defende duas características antropológicas: a **autotranscendência** e o **autodistanciamento**. A primeira se refere ao “fato de que o ser humano sempre aponta e se dirige para algo ou alguém diferente de si mesmo — seja um sentido a realizar ou outro ser humano a encontrar” (Frankl, 2008, p.

135). Ou seja, implica dizer que o ser é impelido a se voltar para algo ou alguém que não si mesmo. A essência de sua existência não está em si mesmo, muito menos se fecha perante seus condicionamentos biopsicossociais; pelo contrário, transcende, está fora dele, se abre ao mundo. Quanto mais a pessoa esquece de si mesma, dedicando-se a uma causa ou a alguém, mais humana se torna. Ela não se fecha em condicionamentos, mas os transcende (Frankl, 2008, 2011; Silveira & Mahfoud, 2008).

Segundo Frankl (2011), duas manifestações da capacidade de autotranscendência do ser humano são a consciência e o amor. Enquanto este “constitui a capacidade de apreender outro ser humano em sua genuína singularidade [...] [aquele] encerra a capacidade de apreender o sentido de uma situação em sua total unicidade” (Frankl, 2011, p. 29). Abordaremos essa unicidade e outras características do sentido oportunamente neste texto. Em outro escrito, Frankl (2005) chega a se referir o amor como a própria capacidade de autotranscendência: “o amor é na verdade um aspecto do fenômeno humano mais amplo que eu comecei a denominar autotranscendência” (p. 73).

Amor, segundo a percepção frankliana, pouco tem a ver com sentimentalismo barato, tampouco com mera satisfação sexual — antes, o sexo é um meio de expressão do amor. Amar significa ver o outro como ele é, com clareza e profundidade tal a ponto de enxergar nele não apenas suas características, mas suas potencialidades e fazer com que estas sejam desenvolvidas (Frankl, 1990).

Amor é a única maneira de captar outro ser humano no íntimo da sua personalidade. Ninguém consegue ter consciência plena da essência última de outro ser humano sem amá-lo. Por seu amor a pessoa se torna capaz de ver os traços característicos e as feições essenciais do seu amado; mais ainda, ela vê o que está potencialmente contido nele, aquilo que ainda não está, mas deveria ser realizado. Além disso, através do seu amor a pessoa que ama capacita a pessoa amada a realizar estas potencialidades. Conscientizando-a do que ela pode ser e do que deveria vir a ser, aquele que ama faz com que estas potencialidades venham a se realizar (Frankl, 2008, p. 136).

Já o autodistanciamento é entendido como a capacidade puramente humana de distanciar-se de si mesmo. É possível fazer uma escolha em relação a si mesmo, ainda que haja condicionamentos presentes. Assim, existe dentro de si a potencialidade de resistir corajosamente às piores situações, como aconteceu com Frankl e tantos outros no campo de concentração. Aqui o autodistanciamento está relacionado ao **heroísmo**, mas também pode se manifestar por meio do **humor** ou, mais especificamente, da capacidade de rir apesar do sofrimento (Frankl, 2011).

Quando “o sujeito ri de seus problemas provoca uma distância entre o núcleo do seu ‘eu’ e a situação problemática. O humor possibilita ao homem tornar-se ‘senhor de si’ [...]. O homem coloca-se ‘acima de uma situação’ para dominá-la” (Silveira & Mahfoud, 2008, p. 572). Ou seja, esse distanciar-se da situação, especialmente, quando esta lhe for difícil, faz com que a pessoa esteja espiritualmente mais afastada, permitindo então compreender que ela própria não é a situação, não é o que lhe acontece, não é a sua limitação.

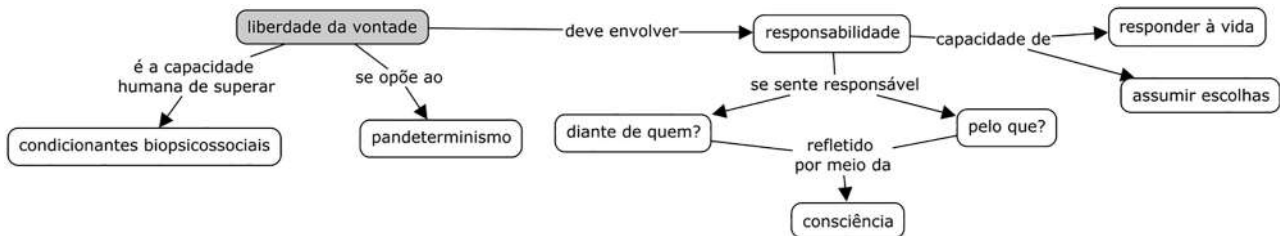
Assim, o autodistanciamento também pode se dar pela **autocompreensão** na medida em que quanto mais a pessoa compreende a si própria, mais será capaz de se distanciar dela mesma. Assim, mesmo perante impulsos de agressividade, em sua dimensão psicofísica, a pessoa pode pensar, escolher e depois agir através de sua dimensão noética (Silveira & Mahfoud, 2008).

Liberdade da vontade

A liberdade é uma característica intrinsecamente humana, e se opõe ao que Frankl (2008, p. 153) chama de **pandeterminismo**: “visão do ser humano que descarta a sua capacidade de

tomar uma posição frente a condicionantes quaisquer que sejam". Embora o ser humano não seja **livre de** condicionantes biopsicossociais, ainda assim, não quer dizer que está **condicionado** inteiramente por eles, pois é **livre para** se posicionar diante deles (Frankl, 2005). Livre para decidir como reagir perante o destino, isto é, "tudo aquilo que não se pode mudar, e que do ser não depende, como, por exemplo: uma enfermidade, a genética, ter ansiedade, ter tido uma infância infeliz, etc" (Dourado et al., 2010, p. 32). Isto é a liberdade da vontade (Figura 3) ou liberdade de escolha (Xausa, 2012).

Figura 3. Liberdade da vontade



É importante ressaltar que, para Frankl (2012), a liberdade deve vir sempre acompanhada da responsabilidade. São dois elementos constitutivos da espiritualidade, dimensão noética, do ser humano que devem estar sempre conjugados. A liberdade é

um conceito negativo, que demanda um complemento positivo. Este é a responsabilidade, que possui dois referentes intencionais. Pode significar um sentido cuja realização somos responsáveis e, também, pode dizer respeito a um ser por quem somos responsáveis. [...] A liberdade pode corromper-se em mera arbitrariedade, a menos que seja vivida nos termos de uma responsabilidade. Eu costumo dizer que a Estátua da Liberdade, na Costa Leste dos Estados Unidos, deveria ter, como complemento, uma Estátua da Responsabilidade na Costa Oeste¹ (Frankl, 2011, p. 66).

A própria finitude e caráter único da vida de cada um convoca a responsabilidade do ser perante a sua existência. E é fundamentado em sua liberdade que ele responde, que pode escolher livremente, mesmo diante de condicionamentos. A responsabilidade é justamente a capacidade humana de dar respostas à vida e assumir aquilo que decidimos e fazemos (Frankl, 2008).

É importante destacar que é preciso se conscientizar da responsabilidade. Por isso, consciência e responsabilidade andam juntas: "o ser-eu significa ser-consciente e ser-responsável" (Frankl, 2012, p. 10). Isso implica que o ser humano responda a duas questões: **Diante de quem** ele se sente responsável (por exemplo, diante da sua própria consciência, da sociedade ou mesmo de Deus); e **Pelo que ele se sente responsável**, que quer dizer "para que valores concretos ele se volta buscando servir a eles, em que direção ele encontra o sentido de sua vida e que tarefas preenchem esse sentido" (Frankl, 2012, p. 16). Sendo assim, podemos concluir que liberdade, responsabilidade e consciência são uma tríade da existência humana, do núcleo noético do ser humano. Discutiremos mais a frente sobre valores e sentido.

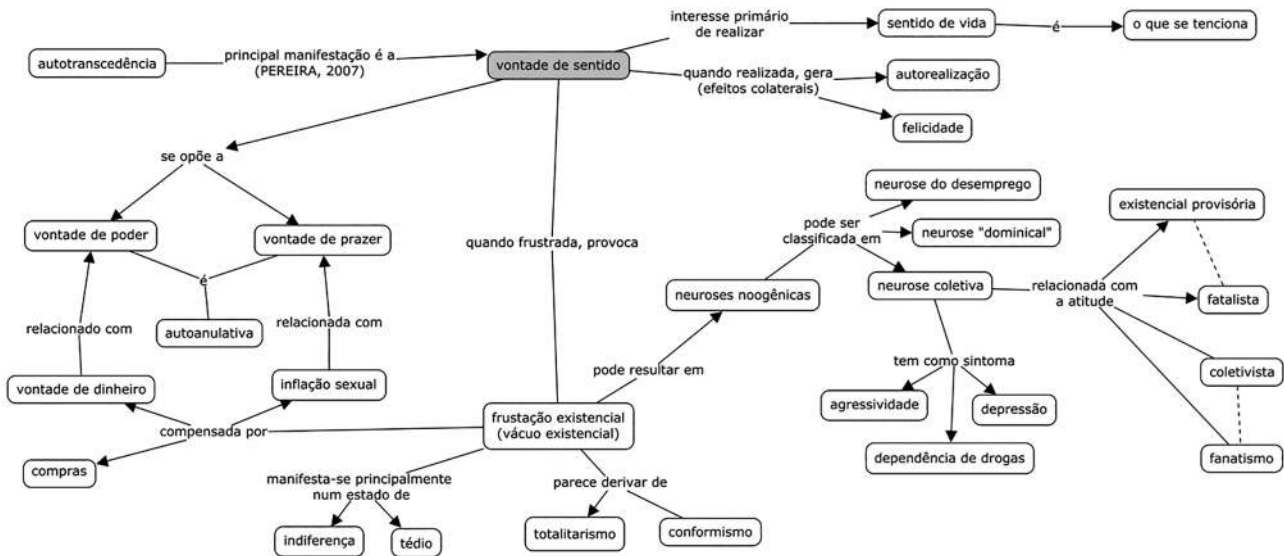
Vontade de sentido (e vácuo existencial)

O segundo pilar da Logoterapia, representado na Figura 4, trata da **vontade de sentido**, que se refere à busca contínua do ser humano por um sentido em sua vida. É um "interesse

¹ Desde a década de 90, está em andamento um projeto que, inspirado nesta ideia de Viktor Frankl, almeja a construção de uma estátua da Responsabilidade na Costa Oeste dos Estados Unidos. Mais informações podem ser conferidas em <http://www.statueofresponsibility.com/>

primário do ser humano” (Frankl, 2005, p. 23), “o esforço mais básico do homem na direção de encontrar e realizar sentidos e propósitos” (Frankl, 2011, p. 50). É a principal manifestação da autotranscendência (Pereira, 2007). É a força motriz da vida humana.

Figura 4. Vontade de sentido



Esse conceito se opõe à **vontade de poder**, advogada por Adler, e à **vontade de prazer**, defendida por Freud (Frankl, 2011). Esses princípios partem da noção da homeostase, ou seja, do ser humano como um sistema fechado no qual é preciso reduzir as tensões para garantir a manutenção de um equilíbrio interno. Segundo Frankl, o ser humano precisa de tensões que o movam do **ser** ao **deve-ser**, ao que ele denomina de **noodinâmica** — obviamente, trata-se de uma tensão moderada e não excessiva.

O homem tem necessidade de uma tensão específica, ou seja, daquele tipo de tensão que se estabelece entre o ser humano, de um lado, e, do outro, o sentido que ele deve realizar. [...] É claro que o homem não procura as tensões pelas tensões, mas, em particular, procura mais realizações que confirmam sentido à sua existência. (Frankl, 2005, p. 87)

Por isso, o sentido de vida é compreendido como aquilo “que se tenciona, seja por uma pessoa que me pergunta algo, seja por uma situação que encerra uma pergunta e clama por resposta” (Frankl, 2011, p. 81). Quando o ser humano é poupado de tensões ele acaba por criá-las artificialmente, expondo-se a situações de stress mesmo por um tempo limitado como pode acontecer, por exemplo, com o esporte (Frankl, 2005).

Além disso, outra crítica que se faz é que ambas as concepções são autoanulativas, isto é, quanto mais o ser humano persegue um alvo — nestes casos, prazer ou poder —, mais se distancia dele. Quanto mais se busca diretamente o prazer, a felicidade em si, mais se erra esse alvo. Quanto mais se demonstra um anseio por empoderamento, como forma de compensação de complexos de inferioridade, maior a chance de ser rejeitado por ser encarado como um “caçador de *status*” (Frankl, 2011, p. 49). Para a Logoterapia, a vontade de prazer e poder são derivação da vontade de sentido,

o prazer, mais do que a finalidade básica dos esforços humanos, é, de fato, o efeito da realização de sentido. O poder, por sua vez, mais do que um fim em si mesmo, constitui, na verdade, um meio para um fim (Frankl, 2011, p. 50).

Em outras palavras, o poder é um meio para se alcançar o fim (o sentido da vida), como uma certa dose de poder financeiro ou político, enquanto que a felicidade, ou autorrealização, seria uma consequência de se alcançar o fim, isto é, de realizar o sentido, ou ainda, se preferirmos, um “efeito colateral” da autotranscendência (Frankl, 2008, p. 10).

Por outro lado, quando a vontade de sentido é frustrada, gera-se uma sensação de futilidade, um sentimento de falta de sentido e de vazio interior ao qual Frankl denomina **vácuo existencial** (Frankl, 2011, 2012). Outros sinônimos também são atribuídos a tal estado, como vazio existencial (Frankl, 2005, 2008) ou frustração existencial (Frankl, 2011).

O vácuo existencial pode permanecer latente, mas também se tornar manifesto (Frankl, 2012). Nesse caso, as principais formas que podem se apresentar, concretamente, são a excessiva preocupação com a autorrealização, o tédio ou a indiferença (Frankl, 2007, 2011),

sendo possível definir o tédio como uma falta de interesse e a indiferença como uma falta de iniciativa: falta ao homem de hoje em muitos aspectos um interesse autêntico pelo mundo, para não falar de ele tomar a iniciativa de, estando no mundo, transformar algo no mundo (Frankl, 2012, p. 275).

O vácuo existencial ainda pode estar mascarado por diversos tipos de compensações, até mesmo por meio de formas mais primitivas da vontade de poder, assumindo a forma de ganância financeira, vontade de dinheiro, ou vontade de prazer (Frankl, 2008). Nesta, as compensações podem assumir as formas de “inflação sexual”, na qual o prazer sexual é buscado desmesuradamente (Frankl, 2003, p. 204). Outras compensações podem ocorrer ainda através do uso de recursos bioquímicos (Pereira, 2007) ou do consumismo (Silva, 2012), entre tantas outras possibilidades.

Segundo Frankl (2011), os instintos não dizem ao ser humano o que ele deveria fazer, como acontece com os animais, e muito menos a tradição ou os valores tradicionais dizem isso, como ao homem de outrora. Ele acaba por fazer o que as pessoas fazem (**conformismo**) ou fazer o que as pessoas querem que ele faça (**totalitarismo**) (Frankl, 2008, 2011). Isso parece acabar provocando ou mesmo acentuando, o vácuo existencial na medida em que o ser humano se omite de fazer escolhas que lhe competem, como acontece na lógica consumista (Silva, 2012). Podemos colocar isso ainda de outra forma: dado que o sentido é algo que se tenciona, “se um sujeito não é desafiado por uma tarefa que exige o seu empenho, surge um certo tipo de neurose — a neurose noogênica” (Frankl, 2005, p. 87).

Quanto a isso, é importante ressaltar que o vácuo existencial não é uma doença em si, muito menos tem uma causa patológica. Não é necessário estar doente para ser acometido por sentimentos de falta de sentido e vazio interior. Daí que uma pessoa pode ser saudável da perspectiva biopsicossocial, inclusive apresentando uma boa situação financeira e profissional e ser frustrado existencialmente (Frankl, 2012). Todavia, não é impossível que provoque um adoecimento neurótico psicofísico denominado de **neurose noogênica**. Mais especificamente, é uma “neurose originada a partir da dimensão noética” (Dourado et al., 2010, p. 29). Resumindo, “embora não seja causado por nada patológico, este sentimento [de vazio existencial] bem pode causar uma reação patológica; em outras palavras, é potencialmente patogênico” (Frankl, 2008, p. 164).

Frankl (2008) aponta que cada época tem a sua própria neurose e a da nossa época é justamente aquela gerada pelo vazio existencial. No “tempo de Freud a problemática sexual ocupava o primeiro plano, ao passo que hoje a insatisfação sexual se configura menos como problema atual. Muito mais o é a falta de realização existencial” (Frankl, 1990, p. 36). A manifestação dessa **neurose coletiva**, ou neurose de massa, parece se manifestar em nossa sociedade. Principalmente, por meio dos seguintes aspectos, estruturados em mais uma tríade: **depressão, dependência química e agressão**, “o que significa praticamente: suicídio no sentido lato do termo, suicídio crônico no sentido da dependência de droga e,

sobretudo, também violência contra os outros” (Frankl, 2012, p. 278). Todavia, é importante afirmar que

nem todo caso de depressão pode ser atribuído a um sentimento de falta de sentido. Tampouco o suicídio — a que a depressão às vezes leva a pessoa — sempre é resultado de um vazio existencial. Contudo, mesmo que todo e qualquer caso de suicídio não tenha sido levado a cabo por causa de um sentimento de falta de sentido, é bem possível que o impulso de tirar a vida tivesse sido superado se a pessoa tivesse estado consciente de algum sentido e propósito pelos quais valesse a pena viver (Frankl, 2008, p. 165).

Portanto, Frankl (2012) diz que muito mais importante do que questionar o **porquê** de alguém dar cabo da própria vida, é se interessar pelo **o que** afasta o indivíduo da tentativa de suicídio. Ou, sendo mais preciso mensurar de alguma forma o “quanto o paciente em questão está em condições de resistir aos impulsos suicidas com vistas a um sentido da vida, a um sentido da sobrevivência” (Frankl, 2012, p. 277).

Além disso, a neurose coletiva ainda está relacionada com os seguintes posicionamentos do ser humano perante a vida (Aquino, 2009; Frankl, 1990): **Atitude fatalista**, na qual o destino é insuperável. O ser humano acaba sendo um produto de combinações externas (sociais) e internas (psicofísicas); **Atitude existencial provisória**, na qual o indivíduo tende a viver de impulsos já que não se sabe se estará vivo no dia de amanhã. Estes dois primeiros se complementam, não veem um sentido a ser realizado no futuro, pois se o fatalista não age dado o destino imutável, o indivíduo do senso provisório alega a inviabilidade do agir por não conhecer o futuro; **Atitude coletivista**, na qual o ser humano deixa de agir por atribuir responsabilidade à massa. O indivíduo seria um “nada” perante a multidão. A culpa é posta no coletivo enquanto que, na verdade, “somente pessoas possuem liberdade e somente pessoas possuem responsabilidade. Disso se conclui que somente pessoas, com base em decisões livres e ações responsáveis, têm culpa ou têm méritos, conforme o caso” (Frankl, 1990, p. 45). Portanto, uma coletividade, que é impessoal, não pode ser considerada culpada; **Atitude fanática**, quando o indivíduo não tolera que se divirja do seu pensamento, não aceita uma pluralidade. Na verdade, ele não possui pensamento próprio por ser tomado pela opinião pública (Frankl, 1990). Estas duas últimas atitudes também possuem uma correlação: enquanto “o homem que pensa em moldes coletivistas olvida a sua própria personalidade, o homem induzido pelo fanatismo não enxerga o ser pessoal do outro, daquele que não sintoniza com o seu pensamento” (Frankl, 1990, p. 46). Em ambas as atitudes, a massa reduz o indivíduo.

Ainda podemos identificar alguns traços em comum nessas quatro atitudes. Um é que são geradoras de indiferença, já comentada anteriormente; “tendo como pano de fundo a ideia de absurdidade da existência, na qual se prolifera o niilismo, a negação do sentido de vida, e a negação do ser responsável” (Aquino, 2009, p. 141). Outro é por propiciarem a omissão — ou mesmo fuga — da responsabilidade e o medo da liberdade (Aquino, 2009).

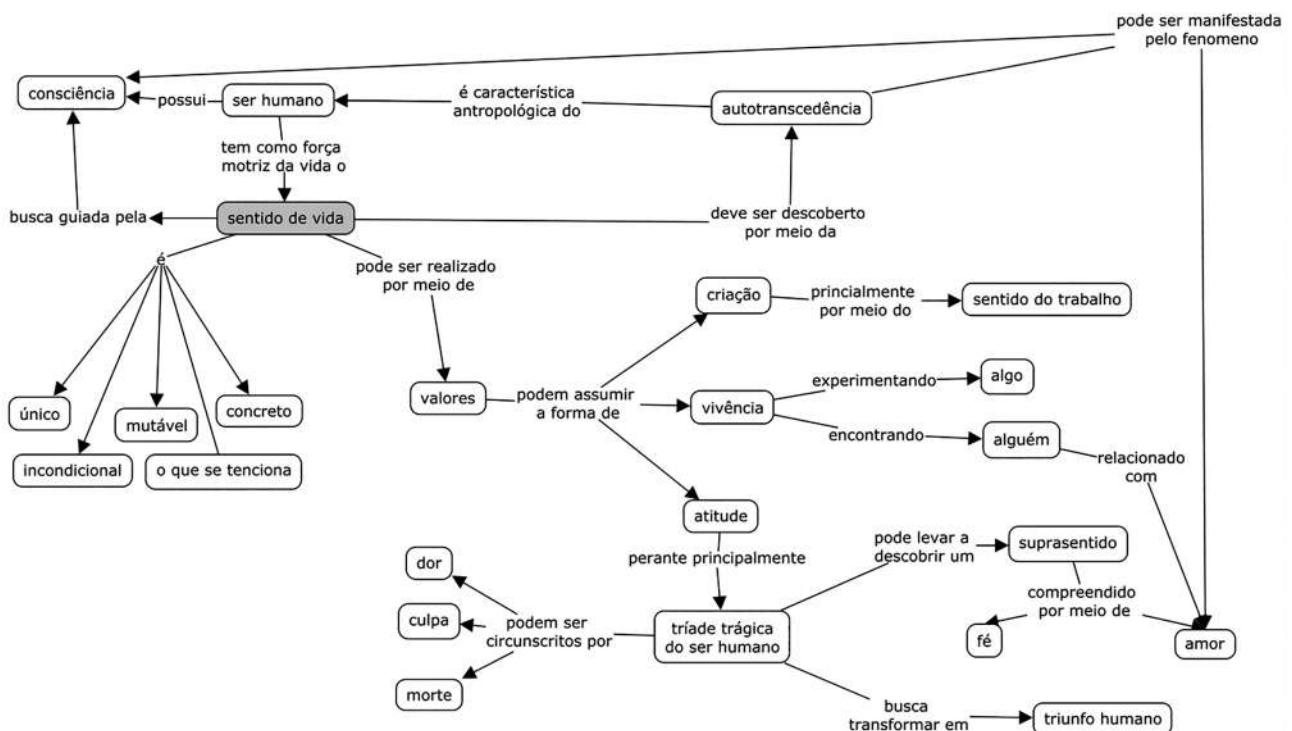
Ademais, também existe a **neurose dominical**, que pode ser indicada como mais um tipo de neurose noogênica. Trata-se de uma “espécie de depressão que acomete pessoas que se dão conta da falta de conteúdo de suas vidas quando passa o corre-corre da semana atarefada e o vazio dentro delas se torna manifesto” (Frankl, 2008, p. 132). O indivíduo restringe a vida ao âmbito profissional, não sabendo que sentido atribuir a sua vida para além de tal contexto, quando tem um dia de descanso, um tempo livre, quando está com outras pessoas ou mesmo a sós, consigo mesmo. Sendo, portanto, forçado a se confrontar com outros aspectos de sua vida negligenciados durante a semana. “E, na ausência de emprego, qual o significado poder-se-ia atribuir à vida? A existência passa a ser enfrentada, portanto, como um vazio, uma neurose não apenas vivenciada em um dia da semana, mas todos os dias” (Guedes & Gaudêncio, 2012, p. 34).

Esse último caso nos remete à **neurose do desemprego** cuja origem está “numa dupla identificação errônea: estar sem emprego era considerado o mesmo que ser inútil, e ser inútil era considerado o mesmo que levar uma vida sem sentido” (Frankl, 2008, p. 164). E vice-versa: em uma experiência com desempregados, Frankl (2010) constatou que para eles “não ter um trabalho significava não ter uma razão de ser, o que equivale a dizer que eles eram inúteis!” (pp. 169-170). Na verdade, pode acontecer de o indivíduo já estar acometido de um vácuo existencial, camuflado na concentração excessiva de sua ocupação laboral remunerada, e se agravar com o desemprego, já que, como dissemos acima, o sabor da vida em plenitude, que vai além do emprego, era deixada de lado. Por isso, pode-se dizer tratar de uma espécie de neurose dominical permanente (Frankl, 2003). Entretanto, mesmo perante tal situação econômico-social delicada, é possível encontrar um sentido. É possível ao indivíduo ainda assim, estruturar sua vida responsavelmente, atribuindo-lhe um sentido. Pode ser, por exemplo, realizando um trabalho voluntário, ajudando outras pessoas, praticando atividade física, participando de momentos culturais, entre outras opções. Ainda será difícil comprar o pão, mas poder-se-á superar a depressão, encontrar um sentido que anima e reorienta a vida (Frankl, 1990, 2008; Guedes & Gaudêncio, 2012). “Não há, portanto, uma fome por pão, mas também, do mesmo modo, uma fome por sentido!” (Frankl, 2012, p. 274).

Sentido da vida

O sentido de vida, mapeado conceitualmente na Figura 5, diz respeito à atribuição de um significado para a vida do ser humano. Esse sentido é único, por diferir de pessoa para pessoa, e **mutável**, por mudar de situação para situação, de dia para dia ou até de hora para hora. Ou seja, cada um tem sua missão, tem um sentido específico, singular e irrepetível (Frankl, 2003), em dada situação da sua vida. Assim, “não pode haver algo como um sentido universal da vida, mas apenas os sentidos únicos das situações individuais” (Frankl, 2011, p. 73). Além disso, o sentido é algo **concreto**, objetivo, que o sujeito pode realizar, “não significa algo abstrato; ao contrário, é um sentido totalmente concreto, o sentido concreto de uma situação com a qual uma pessoa também concreta se vê confrontada” (Frankl, 2007, p. 101).

Figura 5. Sentido de vida



Embora o sentido possua essas características, isso não impede que as situações tenham componentes similares, que existam sentidos em comum, partilhados na sociedade, inclusive, historicamente. Tais sentidos são entendidos por Frankl como valores, os quais são definidos como “aqueles universais de sentido, que se cristalizaram nas situações típicas que a sociedade — ou, até mesmo — a humanidade tem de enfrentar” (Frankl, 2011, p. 74). Assim, Frankl (2003, 2008, 2011) classifica valores através de três categorias, o que vem a constituir a segunda tríade da Logoterapia: **Valores de criação**, criando um trabalho ou praticando um ato; **Valores de experiência (ou vivência)**, experimentando algo ou encontrando alguém; e **Valores de atitude**, pela decisão que tomamos perante o sofrimento inevitável. A depender das circunstâncias, um valor pode ter mais sentido de ser realizado do que outro. Em um momento da vida, o trabalho pode nos exigir mais; em outro, a experiência de amar e/ou ser amado pode ser mais significativa. E quando nada restar, o valor estará na coragem e atitude perante o sofrimento (Frankl, 2011). É fundamental deixar claro que valores são abstratos e universais enquanto o sentido é algo concreto, objetivo, que o sujeito pode realizar em uma situação única.

Retomando a tríade de valores, a primeira categoria diz respeito àquilo que o ser humano dá ao mundo, isto é, tudo o que ele cria e deixa no mundo, que intervém ou transforma o ambiente e/ou as pessoas à sua volta. Pode ser por meio de um ato ou do seu próprio trabalho. Esse último, o **sentido do trabalho**, tem um destaque especial por ocupar o primeiro plano da missão da vida humana — geralmente coincidindo com o trabalho profissional. O trabalho “pode representar o campo em que ‘o caráter de algo único’ se relaciona com a comunidade, recebendo assim, o seu sentido e o seu valor” (Frankl, 2003, p. 160). Não se trata do trabalho pelo trabalho ou apenas de executar tarefas, mas do sentido que a pessoa dá aos seus atos nesse contexto. Muito menos é esta ou aquela profissão a determinar se haverá ou não possibilidade de sentido ao ser humano, mas sim o que ele faz dela; em suma, o essencial está em **como** se cria e não em **o que ou quanto** se cria (Frankl, 2003).

Já valores de experiência se referem ao que o ser humano recebe do mundo. Pode ser “experimentando algo — como a bondade, a verdade e a beleza —, experimentando a natureza e a cultura ou, ainda, experimentando outro ser humano em sua originalidade própria — amando-o” (Frankl, 2008, p. 135). Enfim, é um valor bastante amplo, já que pode ser experimentado de diversas formas, porém, aqui, se destaca o **sentido do amor**, que “deve ser entendido como uma possibilidade privilegiada e intransferível de realização existencial” (Marinez, 2003, p. 38). Como vimos anteriormente, é por meio do amor que o ser humano consegue captar o que há de mais íntimo no ser amado, inclusive aquilo que potencialmente existe, mas não está visível. O amor, portanto, “demanda uma maior compreensão do homem e de si mesmo e, acima de tudo, um desejo de unidade que só pode ser encontrado a partir do sentido” (Marinez, 2003, p. 38).

Duas causas podem atrapalhar a realização do sentido do amor: a decepção e o desânimo. Este é “quase sempre causado pela incapacidade de imaginar um relacionamento amoroso feliz. O medo da rejeição pode causar uma verdadeira frustração existencial que impede compreender corretamente os valores humanos e existenciais ali naquele relacionamento” (Marinez, 2003, p. 38). Decorre disso que a pessoa começa a tender a ver todas as relações humanas a partir do instintivo, que passa não mais a ser meio da realização existencial, como deveria ser, conforme assinalamos anteriormente. Já a decepção geralmente antecede o desânimo e o vácuo existencial. Quando tem o sentido frustrado, tende-se a aumentar a vontade de prazer (Marinez, 2003).

Entretanto, o sentido não está presente apenas na atividade da vida, quando a pessoa realiza valores através da sua criatividade, ou no gozo dela, quando experimenta o amor ou o que é belo, entre outros aspectos. É possível encontrar sentido também no sofrimento, “quando nos vemos numa situação sem esperança, na qualidade de vítimas sem nenhuma ajuda, mesmo quando enfrentamos um destino que não pode ser mudado” (Frankl, 2005, p. 33). O sentido está na forma como se lida com ele, na atitude que se toma perante aquilo que é imutável na vida, na busca de vivenciar tal situação com dignidade, com coragem. Se a vida tem sentido, o sofrer, que é inerente ao ser humano, também tem.

Para ser mais preciso, nessa categoria de valor (de atitude), o sofrimento se desdobra na denominada **tríade trágica** do ser humano, composta pelos seguintes elementos: a dor, a culpa e a morte. Afinal, “não há um único ser humano que possa dizer que jamais sofreu, que jamais falhou e que não morrerá” (Frankl, 2011, p. 94). Sendo assim, aqui interpela a capacidade humana de transformar aspectos negativos da vida em positivos, em algo significativo (Frankl, 2003, 2008, 2011), representado pelo famoso ditado popular “se a vida lhe der limões, faça uma limonada”. O que importa não é negar o sofrimento, mas reafirmá-lo além de transformá-lo em conquista, “dar testemunho do potencial, unicamente humano, que, em sua forma mais alta, deve transformar uma tragédia em um triunfo pessoal, deve mudar a situação difícil em que o indivíduo está em um sucesso humano” (Frankl, 2005, p. 33). Os valores atitudinais oferecem ao ser humano o sentido mais elevado possível, dado que sucesso ou fracasso já não lhe dizem nada, mas somente dois polos que variam entre realização existencial ou desespero. Assim, ele pode se sentir preenchido mesmo diante do insucesso. De forma alguma isso significa que a pessoa deve sofrer desnecessariamente para encontrar sentido, o que configuraria um autoflagelo ou masoquismo; apenas ressalta que é possível encontrar sentido mesmo diante de um destino imutável (Frankl, 2005, 2012).

Dada a possibilidade de se descobrir sentido no sofrimento, logo se revela outro atributo seu: “se, de fato, há sentido para a vida, esse sentido é **incondicional**, e nem mesmo a morte ou o sofrimento podem retirar sua validade” (Frankl, 2011, p. 193, grifo nosso). Em outras palavras, Frankl quer dizer que o sentido pode ser descoberto independentemente da circunstância vivida pela pessoa ou de suas características. Está então acessível a qualquer um, “sem referência ao sexo ou à idade, ao QI, ou à educação recebida, ao ambiente ou ao tipo de caráter ou [...] ao fato de ser ou não religioso e, se o sujeito tem religião, a qual confissão esteja filiado” (Frankl, 2005, p. 34). “Este sentido incondicional, no entanto, encontra paralelo no valor incondicional que cada pessoa, sem exceção, possui. E é isto que garante o fato indelével da dignidade humana” (Frankl, 2008, p. 173). Valor este que não está atrelado à utilidade que o ser humano possa ter ou não no presente.

Embora pareça extremamente difícil, ou mesmo impossível, compreender racionalmente o sentido diante de determinadas situações lancinantes, ele não deixa de estar presente. Existe um sentido último, denominado de **suprassentido** que

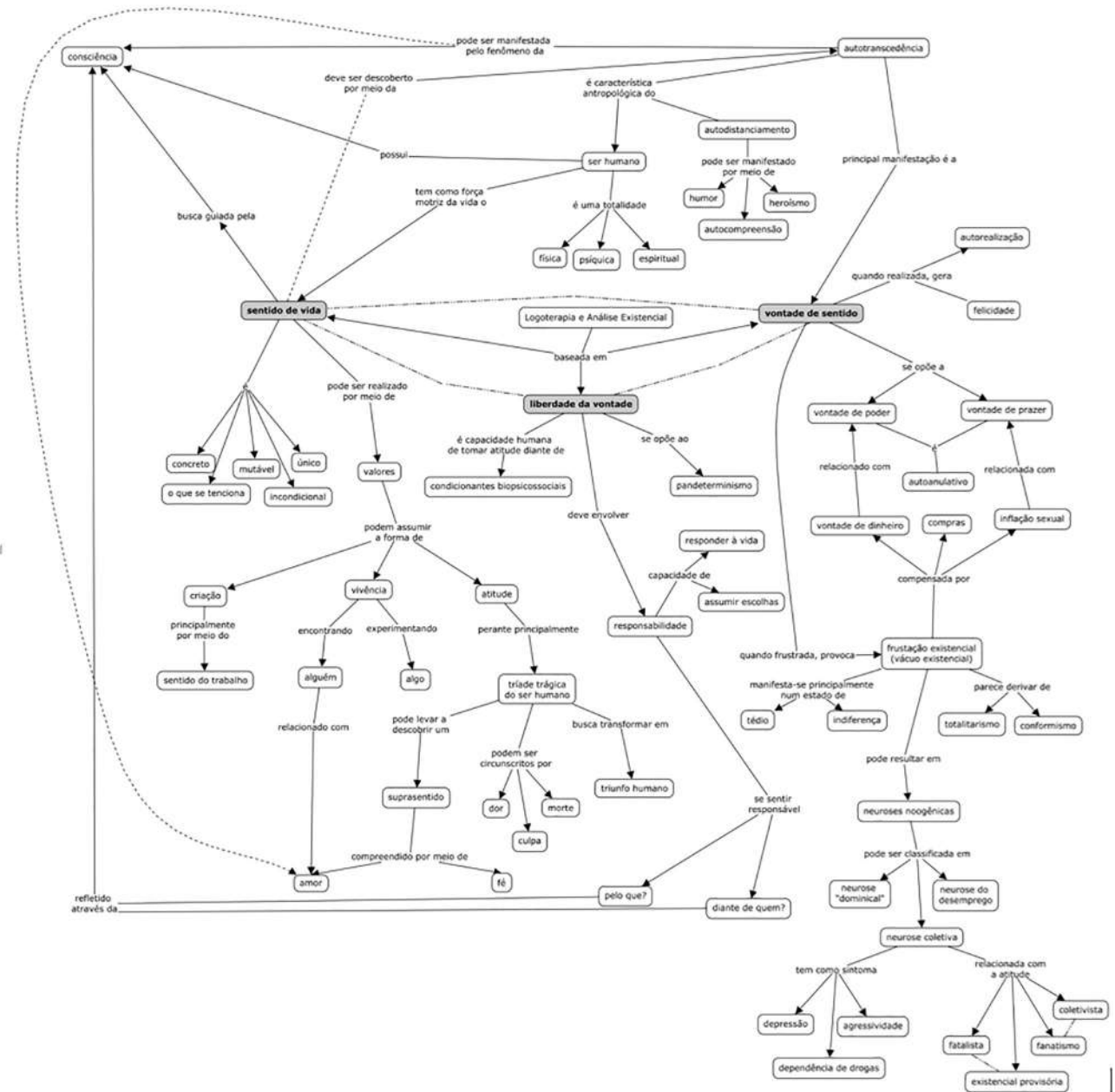
excede e ultrapassa a capacidade intelectual finita do ser humano [...] O que se requer da pessoa não é aquilo que alguns filósofos existenciais ensinam, ou seja, suportar a falta de sentido da vida; **o que se propõe é, antes, suportar a incapacidade de captar em termos racionais o fato de que a vida tem um sentido incondicional. O logos é mais profundo que a lógica** (Frankl, 2008, p. 142, grifo nosso).

Portanto, “não conseguimos relacionar-nos com esse suprassentido em solo puramente racional, mas, apenas, em solo existencial, por meio do todo de nosso ser, isto é, por meio de fé” (Frankl, 2011, p. 181). A fé, “fé incondicional num sentido incondicional” (Frankl, 2011, p. 193), e o amor são os principais meios de compreender esse sentido último (Silveira & Mahfoud, 2008). Se a vida não cessa de ter sentido, como vimos, também haverá de ter sentido nas situações desafiadoras.

Ainda cabe questionar se esse sentido último não poderia constituir também um sentido mais amplo, globalizante, da vida como um todo. Na verdade, esse sentido mais geral pode existir, porém, quanto mais amplo, menos compreensível será. Para essa situação, Frankl (2007) usa a metáfora de um filme, no qual cada cena tem seu significado, mas o sentido dele como um todo só será apreendido ao seu final. O mesmo acontece com a vida, na qual **talvez** só teremos revelado o sentido último ao seu final.

Finalmente, a Figura 6 mostra o mapa conceitual geral de Logoterapia e Análise Existencial. Ele reúne todos os conceitos e relacionamentos apresentados anteriormente nos outros mapas em um único mapa.

Figura 6. Mapa conceitual de Logoterapia e Análise Existencial



Considerações Finais

Mais do que fazer um apanhado rápido de boa parte do referencial teórico da Logoterapia e Análise Existencial, este trabalho buscou explicitar as relações entre os seus principais conceitos. Para tanto, partimos da concepção de ser humano e da tríade fundante desse referencial: liberdade da vontade, vontade de sentido e sentido de vida. O resultado consistiu em um mapa conceitual para cada componente da tríade e outro mapa conceitual que faz uma integração dos anteriores (Figura 6), reunindo todos os conceitos e relacionamentos. Isso se torna significativo na medida em que contribui para uma melhor compreensão do referido sistema teórico, sobretudo, por parte de leigos. Por fim, as referências mencionadas podem servir de base para novas leituras e/ou aprofundamentos em determinado tema.

Tendo em vista que se trata de uma modelagem de conhecimento, é passível de limitações. Em outras palavras, podemos afirmar que toda a complexidade da Logoterapia e Análise Existencial não é passível de ser posta integralmente em um esquema visual. Podemos chegar em aproximações e é justamente o que fizemos. Conceitos como sentido de vida e autotranscendência perpassam grande parte do sistema teórico, mas explicitar todos os relacionamentos pode fazer com que cheguemos a um mapa muito poluído, incluindo muitos cruzamentos de linhas. Sendo assim, o mapa conceitual final deste trabalho pode ser repensado a todo momento. Além disso, outras contribuições podem ficar por conta de ampliar o escopo do trabalho, por exemplo, incluindo a prática clínica.

Referências

- Aquino, T. A. A. (2009). Atitudes e intenções de cometer o suicídio: seus correlatos existenciais e normativos. Tese de doutorado não-publicada, Programa Integrado de Doutorado em Psicologia Social, Universidade Federal da Paraíba/Universidade Federal do Rio Grande do Norte, 280pp.
- Damásio, J. P., Silva, J. P., & Aquino, T. A. A. (Orgs.). (2010). *Logoterapia e educação: fundamentos e prática*. São Paulo: Paulus.
- Dourado, E. T. S., Figueirêdo, A. T. B., Farias, E. C. S., Cavalcante, T. G., Aquino, T. A. A., & Silva, J. P. (2010). Fundamentos antropológicos da Logoterapia e Análise Existencial. In J. P. Damásio, J. P. Silva, & T. A. A. Aquino (Orgs.), *Logoterapia e educação: fundamentos e prática* (pp. 13-52). São Paulo: Paulus.
- Einsfeld, P. S. (2010). O Jó bíblico e Viktor E. Frankl: caminhos e atalhos na busca do sentido da vida. *Estudos teológicos*, 40(3), 16-32.
- Feitosa, I. H., & Gaudêncio, E. O. (2012). O reino dos contos de fadas e o reino dos valores: uma visão logoterápica. *Anais do VI Congresso Brasileiro de Logoterapia e Análise Existencial*. Campina Grande, Paraíba, Brasil, p. 70.
- Frankl, V. E. (1990). *Psicoterapia para todos: uma psicoterapia coletiva para contrapor-se à neurose coletiva*. Petrópolis: Vozes.
- Frankl, V. E. (2003). *Psicoterapia e sentido da vida*. São Paulo: Quadrante.
- Frankl, V. E. (2005). *Um sentido para a vida: psicoterapia e humanismo*. Aparecida: Idéias e Letras.
- Frankl, V. E. (2007). *Presença ignorada de Deus*. São Leopoldo: Sinoidal; Petrópolis: Vozes.
- Frankl, V. E. (2008). *Em busca de sentido: um psicólogo no campo de concentração*. Petrópolis: Vozes.
- Frankl, V. E. (2010). *O que não está escrito nos meus livros: memórias*. É Realizações Editora: São Paulo.
- Frankl, V. E. (2011). *A vontade de sentido: fundamentos e aplicações da Logoterapia*. São Paulo: Paulus.
- Frankl, V. E. (2012). *Logoterapia e análise existencial: textos de seis décadas*. Rio de Janeiro: Forense Universitária.
- Froes-Burnham, T. (2002) Análise contrastiva: memória da construção de uma metodologia para investigar a tradução de conhecimento científico em conhecimento público. *DataGra-maZero*, 3(3), 16pp.

- Guedes, K. C., & Gaudêncio, E. O. (2012). Trabalho e Logoterapia: análise existencial da situação de desemprego. *Revista Logos & Existência*, 1(1), 26-37.
- Lima, A. B., & Santa Rosa, D. O. (2008). O sentido de vida do familiar do paciente crítico. *Revista da Escola de Enfermagem da USP*, 42(3), 547-553.
- Lukas, E. (1989). *A força desafiadora do espírito: métodos de Logoterapia*. São Paulo: Edições Loyola.
- Marinez, A. (2003). *El sentido de la vida em la obra de Viktor Frankl*. Madrid: Entrelíneas Editores.
- Novak, J. D., & Cañas, A. J. (2006). *The theory underlying concept maps and how to construct and use them* [Relatório Técnico]. Pensacola: IHMC CmapTools.
- Pereira, I. S. (2007). A vontade de sentido na obra de Viktor Frankl. *Psicologia USP*, 18(1), 125-136 .
- Rocha, E. F., & Gomes, E. S. (2012). Autodistanciamento em Viktor E. Frankl a partir da compreensão de logos de Xavier Zubiri. *Revista Logos & Existência*, 1(1), 15-25.
- Silva, L. B. (2012). Sobre o consumo e o consumismo: a consumação do Vazio. *Revista Logos & Existência*, 1(1), 79-87.
- Silveira, D. R., & Mahfoud, M. (2008). Contribuições de Viktor Emil Frankl ao conceito de resiliência. *Estudos de psicologia (Campinas)*, 25(4), 568-576.
- Véras, A. S., & Rocha, N. M. D. (2014). Produção de artigos sobre Logoterapia no Brasil de 1983 a 2012. *Estudos e Pesquisas em Psicologia*, 14(1), 355-374.
- Viktor Frankl Institute [VFI]. (2013). Institutes and Societies Worldwide. Disponível em http://logotherapy.univie.ac.at/e/institute_wwE.html. Acesso em 15 de julho de 2013.
- Xausa, I. A. M. (2012). *A psicologia do sentido da vida*. Campinas: Vide Editorial.

Submetido em: 20/02/2015

Revisto em: 27/05/2016

Aceito em: 29/05/2016

Endereços para correspondência:

David Moises Barreto dos Santos
davidmbs@uefs.br

I. Docente. Universidade Estadual de Feira de Santana (UEFS). Feira de Santana. Estado da Bahia. Brasil.