

**FACULDADE PATOS DE MINAS
DEPARTAMENTO GRADUAÇÃO EM PSICOLOGIA
CURSO BACHARELADO EM PSICOLOGIA**

LINDAMAR BERTA VAZ

**UM OLHAR SOBRE O VAZIO EXISTENCIAL E O SENTIDO DA VIDA NA
PERSPECTIVA DO PSIQUIATRA VIKTOR FRANKL**

**PATOS DE MINAS
2019**

**FACULDADE PATOS DE MINAS
DEPARTAMENTO GRADUAÇÃO EM PSICOLOGIA
CURSO BACHARELADO EM PSICOLOGIA**

LINDAMAR BERTA VAZ

**UM OLHAR SOBRE O VAZIO EXISTENCIAL E O SENTIDO DA VIDA NA
PERSPECTIVA DO PSIQUIATRA VIKTOR FRANKL**

Resenha apresentada à Faculdade Patos de Minas como requisito para conclusão do Curso de Graduação em Psicologia para finalidade de obtenção do título de Bacharel, podendo gozar dos direitos de Psicólogo.

Orientadora: Prof.^a Ma. Cátia de Castro Dias

**PATOS DE MINAS
2019**

FACULDADE PATOS DE MINAS
DEPARTAMENTO DE GRADUAÇÃO EM PSICOLOGIA
CURSO BACHARELADO EM PSICOLOGIA

LINDAMAR BERTA VAZ

**UM OLHAR SOBRE O VAZIO EXISTENCIAL E O SENTIDO DA VIDA NA
PERSPECTIVA DO PSIQUIATRA VIKTOR FRANKL**

Banca Examinadora do Curso de Bacharelado em Psicologia, composta em 20 de novembro de 2019.

Orientadora: Profa. Ma. Cátia de Castro Dias

Faculdade Patos de Minas

Examinador 1: Profa. Me. Guilherme Bessa Ferreira Pereira

Faculdade Patos de Minas

Examinador 2: Me. Leonardo Carrijo Ferreira

Faculdade Patos de Minas

DEDICO este trabalho aos profissionais da psicologia, aos sociólogos e filósofos. Que este trabalho auxilie na busca do sentido da vida.

AGRADECIMENTOS

Agradeço a meus filhos Marcelo Henrique e Marcos Vinicius pelo apoio e colaboração pelo o amor do dia a dia para concluir o meu curso. A minha mãe (in memoriam) que sempre incentivou. Ao meu pai que mesmo distante sempre senti sua energia.

Agradeço minha orientadora pela dedicação e paciência e pelo incentivo de todos os dias.

Minha amiga Fernanda Aceval que desde o início esteve do meu lado dando forças e me incentivando, meu muito obrigado. Shirley Aceval pela disposição e colaboração na conclusão desse tcc.

Agradeço também aos meus colegas e professores que me auxiliaram imensamente no decorrer do curso, porém, devo agradecer especialmente aos professores Aline Fernandes e Guilherme Bessa que dedicaram horas além da sala de aula para esclarecer muitas dúvidas.

Não poderia também de deixar de agradecer aos meus companheiros de trabalho do Amparo Maternal, que cada um, a sua maneira, fez parte desta conquista.

Enfim, agradeço todos que fizeram parte desse curso junto comigo de alguma maneira.

Agradeço a Deus que me deu forças para superar todos os obstáculos que surgiram durante meu curso, forças para chegar até o fim, valeu a pena todo esforço. Deus que foi minha maior força nos momentos de angústia e desespero. Sem ele, nada disso seria possível. Obrigada, senhor, por colocar esperança, amor e fé no meu coração. Peço a Ele que ilumine meus caminhos para que eu possa auxiliar as pessoas que precisarem do meu apoio.

Cada vez mais, as pessoas têm os meios para viver, mas não têm uma razão pela qual viver.

Viktor Frankl

UM OLHAR SOBRE O VAZIO EXISTENCIAL E O SENTIDO DA VIDA NA PERSPECTIVA DO PSICUITRA VIKTOR FRANKL

Frankl, V. E. (1985). *Em busca do sentido da vida*. Rio de Janeiro: Sinodal.

1 CREDENCIAIS DE AUTORIA

Viktor Frankl estudou medicina e se especializou em neurologia e psiquiatria. No período compreendido entre 1933 a 1937 trabalhou como psicoterapeuta na Clínica Psiquiátrica da Universidade de Viena. Em 1939, foi nomeado chefe do Departamento de Neurologia do Hospital Rothschild em Viena. Foi professor de neurologia e professor de logoterapia na Universidade Internacional da Califórnia.

É fundador da logoterapia, esta muitas vezes chamada de “terceira escola vienense de psicoterapia”. Lecionou nas universidades de Harvard, Stanford, Dallas e Pittsburgh. Membro honorário da Academia Austríaca de Ciências e Cidadão Honorário de Viena, Frankl proferiu palestras em mais de 200 faculdades nas principais cidades do mundo, e foi considerado pelo *American Journal of Psychiatry*, o mais importante pensador desde Sigmund Freud e Alfred Adler. A Logoterapia, ou Análise Existencial – método psicológico criado por ele – é conhecida como “A Terceira Escola Vienense de Psicoterapia” (a primeira é a psicanálise Freudiana e a segunda é a psicologia individual de Adler).

Em 1985 recebeu o Oscar Pfister Prize, prêmio máximo da “American Society of Psychiatry”, e teve seu nome proposto para o Nobel da paz pela Milton H. Erickson Foundation, entre outras entidades.

Dentre suas obras pode-se citar: *Logoterapia e análise existencial* (2012); *A vontade de sentido* (2011); *O que não está escrito em meus livros* (2010); *Psicoterapia e sentido da vida* (2010); *Em busca de sentido* (2010).

2 APRESENTAÇÃO DA OBRA

O autor retrata, a batalha das pessoas, que A cada amanhecer travavam Era violenta a preservação sem dó nem piedade pelos seus interesses, sejam indivíduo”. O livro “Em busca de sentido” trata-se de um psicólogo no campo de concentração, em que relata experiências pessoais de milhares de pessoas que lugares onde aconteceram Frankl foi um dos sobreviventes, que viveu como prisioneiro e sofreu grandes violências por parte dos capos, palavra de origem italiana que significava capataz e que eram prisioneiros escolhidos pelos guardas da SS para serem feitores dos próprios colegas, em troca de alguns benefícios. Os capos eram os piores algozes dos prisioneiros, chegando, às vezes, a serem mais violentos que os próprios guardas da SS.

Os prisioneiros procuravam ou aos que eram serem conduzidos às câmaras de gás que era o final comum de muitos deles. Viktor Frankl era o prisioneiro 119.104, do qual ele descreve o que vivenciou como psicólogo no campo de concentração, apesar de que na maior parte do tempo, exercia serviços braçais e por esses trabalhos ele ganhava alguns trocados que permutava por cigarros, o que se tornava uma moeda de troca, usada para conseguir algo do gênero alimentício ou até mesmo por algum favor especial.

Durante esse período de cárcere ele notava que várias pessoas iam desistindo de suas vidas e essa observação juntamente com muitas outras fez com que Viktor estabelecesse uma ligação entre ter um objetivo para manter-se vivo ou desistir da vida mentalmente, conduzindo-se previamente à morte. O autor pôde observar que se passaram várias fases dentro do campo de concentração - a recepção, a vivência e a libertação.

A primeira etapa era um direcionamento dos prisioneiros ora para direita e ora para a esquerda, deixando-os angustiados por não saberem seus destinos.

Já na segunda fase os prisioneiros ficavam apáticos, iam morrendo interiormente, por viverem sensações extremamente torturantes. Depois de algumas semanas as vítimas deixavam de lutar, mas a dor maior não era física, e sim a dor moral, psicológica, a revolta pela injustiça, o desrespeito e a crueldade.

A abstinência sexual e a subnutrição faziam com que os instintos sexuais fossem extintos. No entanto o que eles gostavam mesmo era de discutir sobre política

e religião, pois era uma área de interesse muito grande para todos, sempre havia algo novo para discutir. Eles realizavam cultos, oravam e, inclusive, havia encontros de sessões espíritas.

A fuga para dentro de si ocorria com aqueles que tinham uma sensibilidade maior, que levavam uma vida intelectual e culturalmente ativa e esses subterfúgios tinham um efeito menos destrutivo. Olhando o lado espiritual elevado desses prisioneiros era possível perceber que quem tinha uma riqueza ou paz interior, conseguia suportar melhor esses tormentos do que os prisioneiros de natureza mais forte, robusta.

Prisioneiros que não saíam para trabalho externo improvisavam um momento de lazer com artes cênicas alusivas à própria situação, tudo isso era para ajudar a esquecer o sofrimento e era tão efetivo que alguns prisioneiros perdiam até a distribuição da sopa. Pode-se dizer que naquele ambiente jamais haveria lugar para a arte do humor, mas apesar de todo esse horror coisas insignificantes tornavam-se grandes alegrias.

A perda da sensação de ainda ser um sujeito humano é agravada pelo fato da pessoa experimentar-se a si mesmo, não só como mero objeto de joguete dos guardas da SS, mas também como do destino.

Havia um grande dilema de ordem moral entre fugir ou não. Uma vez um companheiro planejou uma fuga e resolveu levá-lo, porém por obra do destino não conseguiram executar o plano e percebeu que abandonar seus pacientes, no seu íntimo, não era uma escolha sua.

Houve mais duas tentativas de fuga frustradas, porém, mais tarde veio a certificar-se que havia sido melhor não ter fugido, pois o destino os havia poupado de um final trágico.

No decorrer do tempo vivido em meio a tanto sofrimento surgem vários questionamentos e o maior deles era sobre a liberdade interior, e a conclusão que se chega é de que, se uma pessoa consegue viver “fora do esquema”, as probabilidades de êxito são muito maiores. Uma atitude contrária ao que todo o ambiente os conduzia, como dividir a última lasca de pão, percorrer as linhas de formação dando aos companheiros uma palavra de conforto, trazia a comprovação de que a liberdade interior era uma coisa que ninguém poderia tomar.

Outro questionamento constante era sobre o sentido da morte e da sobrevivência àqueles tormentos, no entanto o autor ia mais além do viver ou morrer

e sim de como conviver com toda aquelas mortes com as quais eles conviveram, e o que aprender com tudo aquilo.

Alguns prisioneiros se refaziam interiormente pensando no futuro, pois nos momentos difíceis se refugiavam em uns truques, porque se fossem preocupar com os infortúnios do dia a dia era muito sofrimento e angústia, logo, para não cair nesse tormento, na crueldade e no desespero, Viktor tinha o próprio truque, que era se projetar para o futuro, imaginando coisas positivas.

Por meio desses pensamentos positivos ele conseguia ficar acima do tempo presente e do sofrimento e contemplar como se estivesse no passado. Os reclusos que se deixavam decair tanto física como psicologicamente, permaneciam indiferentes. “Viver não significa outra coisa que arcar com a responsabilidade de responder adequadamente às perguntas da vida...” Com essas palavras o autor questiona o sentido da vida, presenciando tantos destinos diversos se cruzando nas mesmas condições embora cada um reagisse de diferentes formas. A aceitação e a reflexão ajudavam a não caírem no desespero.

As várias reflexões surgidas acabavam virando tentativas introdutórias de uma psicoterapia que surtiam efeito de um tratamento de emergência principalmente para coibir os suicídios. Dentro desses estudos procurava-se destacar um ponto que seria um alvo de conquista, como por exemplo, um filho a ser educado, um livro a ser terminado. Aquele que conseguia avistar a unicidade do ser não conseguia dar fim à sua própria vida, jogá-la fora. E o valor da palavra era também muito importante, embora a ação sumamente dos superiores impedisse as sessões terapêuticas de ocorrerem com muita frequência, quando essas aconteciam tinham sempre efeitos positivos, sobretudo se viessem aliadas a alguma ação que reiterava as palavras.

Outro aspecto abordado no livro é o questionamento do quanto uma pessoa é capaz de ser tão desumana a ponto de humilhar, maltratar e ser até mesmo sádico para com os seus semelhantes.

Após a libertação, na terceira fase, os enclausurados mal conseguiam se sustentarem de pé. Tornava-se muito difícil voltar à vida normal. Todo esse processo, no ponto de vista do psicólogo, caracterizava-se como despersonalização, tudo parecia surreal, improvável, no entanto era uma nova vida que se iniciava e eles se tornavam uma nova pessoa.

Na segunda parte do livro, o autor discorre sobre a dificuldade que teve ao condensar toda a sua pesquisa, registrada em 20 volumes, em um livro de alguns

conceitos fundamentais da logoterapia, teoria criada por ele para se descobrir o real sentido da vida.

Viktor Frankl explica que a abordagem psicoterapeuta – logoterapia- foca-se, mais no futuro, nos sentidos a serem realizados pelo paciente com vistas ao futuro. Concentra-se mais no sentido da existência do ser humano, a busca da pessoa por um sentido. A vontade de sentido confronta com o princípio do prazer no qual repousa a psicanálise freudiana e também com a vontade de poder destaca-se na psicologia Adleriana através da utilização do termo a busca de superioridade.

Nem todos os conflitos são necessariamente neuróticos; certa dose de conflito é normal e sadia. O sofrimento não é sempre acontecimento patológico, em vez de sintoma de neurose o sofrimento pode ser compreendido como uma realização humana, e nesse caso, se o sofrimento surgir, dependendo da forma de for vivenciado, pode causar ou não frustrações existenciais.

A busca do sentido certamente pode causar tensão, no entanto justamente essa tensão é um pré-requisito indispensável para a saúde mental. Somente assim pode-se deparar com o estado latente da vontade de sentido para a vida. Assim, dentro dos campos de concentração era necessário ter essa consciência de um sentido pelo qual valesse a pena viver, sem a qual o anseio pela morte era o único caminho para se obter o alívio desejado. Eles sentiam-se perseguidos pela vivência de seu vazio interior.

Logo, estão presos na situação que ele chama de vazio existencial que se manifesta principalmente num estado de angústia e de tédio. Existem máscaras diversas pelas quais transparece o vazio existencial. E às vezes a vontade se vê frustrada e é diariamente compensada por uma necessidade de poder, incluindo a forma mais primitiva, que é a ânsia de se obter prazer. Para o autor, o grande questionamento, que é o título do livro, sobre o sentido da vida, é muito relativo, pois esse sentido varia de pessoa a pessoa e de cada momento que cada um está vivendo e cabe somente a cada um dar o sentido à própria vida, isso é uma missão intransferível.

“Viva como se já estivesse vivendo pela segunda vez, e como se na primeira vez você tivesse agido tão errado, como está prestes a agir agora.” Com essa frase aumenta-se o senso de responsabilidade sugerindo que o presente seja passado e que o passado possa ser alterado e corrigido. Essa ideia faz com que se desconsidere a finitude da vida e aumente o compromisso com tudo o que faz de sua vida.

A grande dúvida de Frankl ia além do questionamento da maioria, que era saber que sentido teria passar por todo aquele sofrimento e não sobreviver. Para o autor, a dúvida estava em se encontrar sentido mesmo quando se sobrevive àquele lugar.

O já mencionado sentido que Frankl propõe é suportar a incapacidade de conseguir compreender, captar de forma racional, o fato de que a vida tem um sentido incondicional. A razão é mais profunda, é a competência intelectual finita do ser humano.

A transitoriedade da vida está nas coisas que parecem tirar o sentido da existência humana e não somente o sofrimento, porém também a morte. As potencialidades transitórias estão guardadas e entregues ao passado, isso porque no passado nada pode ser desfeito, nada pode ser eliminado, ou seja, ter sido é a mais segura forma de ser. Porque no passado nada está perdido, mas está tudo guardado.

Frankl coloca que, um medo realista, como o medo da morte não pode ser atenuado, nem extinto por sua compreensão psicodinâmica; sob outra perspectiva, um medo neurótico como a agorafobia jamais pode ser curado pelo entendimento filosófico. A Logoterapia criou um método especial para superar estes casos, o temor produz aquilo que temos medo e a intenção excessiva impossibilita o que desejamos.

Com objetivo de entender o que ocorre ao empregar este método, toma-se como perspectiva uma condição continuamente encontrada em pessoas neuróticas, qual seja a ansiedade antecipatória. Característica deste medo é que ele produz exatamente aquilo que o paciente teme.

Na aplicação da técnica da intenção é incompatível pedir aos pacientes que parem com a tendência de tentar evitar ou monitorar os seus sintomas. Além disso, eles são convidados a fazê-los aparecer deliberadamente exagerando-os. Não é a preocupação do neurótico consigo mesmo, seja ela de comiseração ou de desprezo, que vai cortar o círculo vicioso; a chave para a cura é a auto transcendência. Cada fase tem sua própria neurose e necessita uma psicoterapia adequada para superá-la. O vazio existencial, que é um distúrbio muito comum atualmente, pode ser considerado como uma forma de niilismo, que discorda das tradições e convenções não vendo nenhum sentido ou utilidade na existência; caso contrário, ela mesma representará um sintoma da neurose em massa, ao invés de sua possível cura.

Antes de qualquer coisa, há um perigo iminente na doutrina do "nada mais que" citada pelo autor, pode-se dizer que o ser humano, embora sendo levado por fatores

condicionantes, o que Frankl define como pandeterminismo pode ter sua liberdade restrita e cada um deve apoderar-se de sua liberdade para tomar decisões independentemente dos fatores condicionantes, tais como biológicos, psicológicos e sociológicos a ele impostos.

Por esta razão podemos prever o futuro apenas dentro de um quadro muito amplo de um levantamento estatístico relativo a um grupo inteiro; a personalidade individual, no entanto, continua essencialmente imprevisível. Os dados para qualquer previsão estariam constituídos pelas condições biológicas, psicológicas ou sociológicas. No entanto, uma das características mais importantes da existência humana está na capacidade. O indivíduo tem a capacidade de mudar o mundo e a si mesmo, para melhor, se necessário.

Portanto, a liberdade, deve ser usada com responsabilidade para que não se caia no precipício dos condicionamentos impostos pela sociedade. Caso contrário o ser humano torna-se prisioneiro das convicções e acaba caindo no grande vazio existencial pois vê sua liberdade cada vez mais tolhida.

A psiquiatria estudou por uns 50 anos a mente humana como um sistema meramente mecânico tratando, dessa forma, esse distúrbio como uma técnica, porém, houve uma grande mudança no tratamento desde que se pôde concluir que cada ser humano tem a sua individualidade e não pode ser tratado como uma máquina. Dessa forma o tratamento passou a ser uma psiquiatria humanizada. Agora está em evidência a pessoa por trás da doença.

O ser humano não pode ser coisificado visto que tem o poder de determinar-se a si mesmo. O que ele se torna dentro dos limites, dos seus dons e do meio ambiente e o que faz de si mesmo. A geração atual é mais racional, pois chegamos a conhecer o ser humano como ele de fato é. Reconhecendo nossas conquistas bem como nossas falhas, podemos comprovar isso pelo fato de as câmaras de gás de Auschwitz terem sido inventadas pelo ser humano bem como terem sido aqueles que entraram naquelas mesmas câmaras de cabeça erguida rezando o Pai Nosso ou o ShemáYsrael.

O sofrimento pode ser transmutado para uma conquista pessoal, assim como a culpa pode ser utilizada para um auto melhoramento e a ciência da morte incentiva às pessoas a agirem com mais responsabilidade.

Outro detalhe que merece ser mencionado é sobre a nova geração que não encontra sentido na vida e acaba ressaltando o vazio existencial o que culmina, muitas vezes, em suicídio.

Em suma a logoterapia foi retratada neste livro como resultado de vários casos de pacientes e exercitada nos campos de concentração, afirmando que a transmutação dos acontecimentos ruins em positivos ajuda a encontrar um sentido para a vida, livrando-nos assim de qualquer transtorno psicológico como depressão, suicídio ou um vazio existencial.

3 APRECIÇÃO DA OBRA

A obra de Viktor Frankl é altamente lógica, sequencial e clara, portanto atinge exatamente o seu objetivo que é despertar uma nova maneira de se encarar os desafios ressignificando antigos conceitos para a devida superação dos mesmos. A exaltação da fé, seja ela no que for, traz, para o autor, uma segurança e consolo que aquele que não a possui não conseguirá.

Embora a proposta seja louvável e motivadora nem todos conseguem atingir um estado de positivismo suficiente para cegar ao objetivo proposto.

4 INDICAÇÃO DA OBRA

Este trabalho tem como objetivo instigar os profissionais da área da saúde bem como filósofos, psicólogos, psiquiatras assistentes sociais, professores, enfim todos os profissionais formadores de opinião, visto que para melhorarmos o mundo temos que começar por nós mesmos.

ENDEREÇO DE CORRESPONDÊNCIA

Autor Orientando:

Lindamar Berta Vaz

Rua Juca Vieira, nº 96 Jardim Recanto Patos de Minas MG

Celular (34) 9980-9987

Email- patosvaz@hotmail.com

Autor Orientador:

Cátia de Castro Dias

Rua Major Gote, 1408 Centro Patos de Minas MG

Celular: (34) 9923-0073

Email catia.dias@faculdadepatosdeminas.edu.br

DECLARAÇÃO DE AUTORIZAÇÃO

Autorizo a reprodução e divulgação total ou parcial deste trabalho, por qualquer meio convencional ou eletrônico, para fins de estudo e pesquisa, desde que citada à fonte.

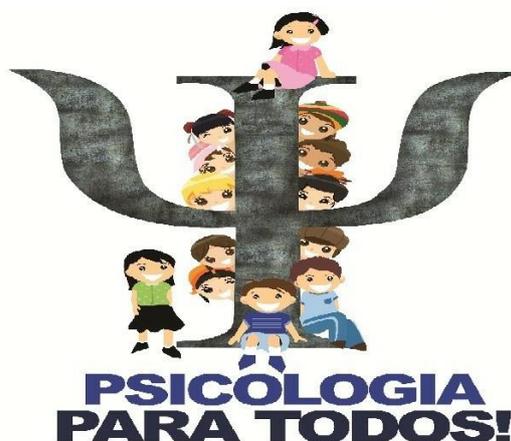
Patos de Minas, 20 de novembro de 2019

Lindamar Berta Vaz

Cátia de Castro Dias



FACULDADE PATOS DE MINAS



FACULDADE PATOS DE MINAS

Mantenedora – Associação Educacional de Patos de Minas

Portaria de Recredenciamento MEC – DOU Nº. 1469 de 10 de Outubro de 2011.

Departamento de Graduação em Psicologia

Curso de Bacharelado em Psicologia

(Formação de Psicólogo)

Curso Reconhecido pela Portaria DIREG/MEC Nº. 371 de 30/08/2011, renovado Reconhecimento de Curso pela Portaria DIREG/ME Nº. 267 de 03/04/2017, publicado DOU em 04/04/2017, nº. 65, sessão 1, pág. 70-81

“Como Psicólogo, eu me comprometo a colocar minha profissão a serviço da sociedade brasileira, pautando meu trabalho nos princípios da qualidade técnica e do rigor ético. Por meio do meu exercício profissional, contribuirei para o desenvolvimento da Psicologia como ciência e profissão na direção das demandas da sociedade, promovendo saúde e qualidade de vida de cada sujeito e de todos os cidadãos e instituições.”

(Juramento do Psicólogo – Conselho Federal de Psicologia)