

A PRÁTICA CLÍNICA NO CONTEXTO DO SERVIÇO ESCOLA DE PSICOLOGIA: aportes da Logoterapia¹

¹ Kleina Silva Bezerra dos Santos, Universidade Federal do Maranhão, Graduanda em Psicologia, email kleina.santos@discente.ufma.br;

Francisca Pereira da Cruz Zubicueta, Universidade Federal do Maranhão, Doutoranda, professora do Curso de Psicologia da Universidade Federal do Maranhão, e-mail francisca.cruz@ufma.br;

Ducivalda Oliveira Meneses, Universidade Federal do Maranhão, Graduanda em Psicologia, email ducivalda.oliveira@discente.ufma.br;

Rosanne Adrianna Mendes Morais, Universidade Federal do Maranhão, Graduanda em Psicologia, rosanne.morais@discente.ufma.br.

RESUMO

Trata-se do caso de um paciente atendido no Serviço Escola de Psicologia de uma instituição pública de ensino superior. O objetivo é apresentar a análise do caso, a partir do referencial teórico da Logoterapia e Análise Existencial, abordagem que tem como visão de homem a integralidade das dimensões biológica, psicológica e noética. No processo psicoterapêutico, buscou-se afinar a consciência do paciente para a ampliação da percepção da sua área de liberdade, apesar das limitações biopsicossociais, para que de forma livre e responsável pudesse descobrir o sentido, através da concretização de valores. Como afirma Frankl (2011, 2016, 2019), o ser humano não é livre das contingências da vida, mas é livre para se posicionar perante tais contingências. O caso em análise foi escolhido devido ao seu desdobramento na prática clínica. As análises e discussões de cada sessão ocorreram durante as supervisões, momentos em que se identificou conceitos da teoria de Viktor Frankl presentes no processo psicoterapêutico, a saber: autotranscendência, autodistanciamento, liberdade e responsabilidade, valores de criação e vivenciais. Foram realizadas 22 sessões semanais, entre abril e agosto de 2024, por uma estagiária do estágio obrigatório específico do curso de Psicologia, sob supervisão docente semanal – psicóloga e logoterapeuta. Conclui-se que o processo psicoterapêutico permitiu ao paciente afinar a consciência, de modo a dar-se conta de que mesmo não sendo possível mudar os seus destinos biológico, psicológico e social, era possível responder à vida a partir do seu campo de possibilidades por meio da concretização de valores e realização de sentido.

Área Temática: Psicologia - saberes e fazeres da prática profissional

Palavras-chaves: Logoterapia, busca de sentido, psicoterapia

1. INTRODUÇÃO

A Logoterapia e Análise Existencial de Viktor Frankl, também conhecida como abordagem centrada no sentido da vida, tem como visão de ser humano a integralidade das dimensões biológica, psicológica e noética – sendo esta última também chamada de dimensão espiritual. A partir do significado da palavra 'Logoterapia', “logos” vem do grego que significa “sentido”, ou seja, uma terapia centrada no sentido da vida. Para Kroeft (2011), a Logoterapia por centrar-se no sentido a ser realizado por uma pessoa única e irrepetível, o qual está no futuro, tenderia a ser mais prospectiva do que retrospectiva, ou seja, mais focada no futuro, naquilo que está no âmbito do campo de possibilidades que a vida apresenta à pessoa; foca no sentido a ser realizado por uma determinada pessoa em uma situação específica.

Para apresentar a sua visão de ser humano, Frankl (2011, 2016, 2019) se utiliza de uma ontologia dimensional, em que dialeticamente constitui a pessoa humana em uma unidade antropológica. Assim, as três categorias ontológicas que compreendem o ser humano: corpo, psiquismo e espírito, não são como compartimentos, nem soma; são compreensivamente elevadas em termos de complexidade (Pereira, 2015). Desse modo, a ontologia dimensional frankliana é uma forma de entender o ser humano como um ser integrado, onde corpo, mente/psiquismo e espírito estão em constante interação e não podem ser compreendidos de forma isolada; refere-se a uma unidade do ser humano em sua totalidade e integralidade biopsiconoética.

Quanto aos fundamentos da Logoterapia e Análise Existencial, são três os pilares fundamentais: Liberdade da Vontade, Vontade de Sentido e Sentido da Vida (Frankl, 2011). Sobre a liberdade da vontade, Frankl (2016) afirma que o homem tem liberdade, e na medida em que é livre, se torna responsável. Contudo, não se trata de uma liberdade ilimitada; o homem não é livre das condições biológicas, psicológicas ou ambientais; ele é livre para responder à vida, apesar de tais condições.

O homem não é livre “de” condicionantes biológicos ou psicológicos; ele é livre “para” se posicionar, para escolher, para decidir, para responder de forma livre e responsável as exigências da vida. Como enfatizado por Frankl (2011) “o homem não é livre de suas contingências, mas, sim, livre para tomar uma atitude diante de quaisquer que sejam as condições que sejam apresentadas a ele” (p. 26).

O segundo pilar da Logoterapia, a vontade de sentido, é definida por Frankl (2011, p. 50) “como o esforço mais básico do homem na direção de encontrar e realizar sentidos e propósitos”. A vontade de sentido é, portanto, a motivação primária do ser humano. O ser humano possui uma “vontade de encontrar sentido no mundo objetivo, interpretando sua existência em um contexto de sentido” (Aquino, 2013, p. 53). No terceiro pilar da Logoterapia, o sentido da vida, Frankl (2016, 2019) afirma que o sentido é incondicional e que o ser humano pode realizá-lo sob quaisquer condições; parte do princípio de que o ser humano é direcionado para algo além de si mesmo. Para Frankl (2011), o indivíduo não encontra sentido voltando-se exclusivamente para suas próprias necessidades e desejos, mas sim ao transcender a si próprio.

A autotranscendência é uma capacidade exclusivamente humana, de modo que, o homem transcende a si mesmo tanto em direção a outra pessoa, quanto em busca de sentido. “A autotranscendência constitui a essência da existência” (2011, p. 67). Nesse contexto, Frankl (2016) é enfático ao destacar que “o sentido da vida difere de pessoa para pessoa, de um dia para outro, de uma hora para outra. O que importa, por conseguinte, não é o sentido da vida de um modo geral, mas antes o sentido específico da vida de uma pessoa em dado momento” (p. 133). Além disso, o conceito de sentido na Logoterapia refere-se ao sentido *na* vida.

Na busca pelo sentido, segundo Frankl (2011), o ser humano é guiado por sua consciência, que é definida como a capacidade intuitiva do homem para encontrar o sentido de uma situação; é a capacidade intuitiva da consciência que apreende o sentido. A realização de sentido está relacionada à atração pelo que tem valor, isto é, somos movidos pelo sentido, mas atraídos pelos valores. Frankl enfatiza, portanto, a relação fundamental entre valores e sentido, considerando que realizar sentido corresponde à concretização de valores. “O homem não é empurrado pelos instintos, mas é arrastado pelo que tem valor. Ou seja, os valores atraem o ser humano” (Frankl, 1990, p. 112). Nessa direção Aquino (2013, p. 60) afirma que “os aspectos dos valores irradiam na consciência do ser humano, despertando a vontade de sentido”.

Assim, o ser humano somente se torna realmente humano e inteiramente ele mesmo quando é absorvido pela entrega a uma tarefa, quando não vê a si mesmo, esquece de si mesmo no serviço a uma causa ou no amor a uma outra pessoa. É como o olho, que só consegue cumprir com sua função de ver o mundo quando não vê a si mesmo (Frankl, 2019, p.22).

Dito isso, ressalta-se que o objetivo da psicoterapia sob o referencial teórico da Logoterapia é afinar a consciência do paciente para ampliar a sua percepção do seu campo de liberdade e responsabilidade, para a descoberta do sentido e concretização de valores. Utilizou-se a postura dialógica como meio de explorar os valores na existência do paciente, e resguardar o logoterapeuta de qualquer perspectiva diretiva durante as sessões (Aquino, 2013).

Como postula Ortiz (2012), o diálogo socrático não se constitui apenas como uma forma de conversação, mas uma maneira de estar com o outro, estabelecendo um encontro terapêutico autêntico. Segundo Frankl (2019), “ser um ser em busca de sentido significa abrir-se, ir além de si, renunciar ao meu simples ser-assim” (p.19). A busca pelo sentido da vida pode causar uma tensão entre o ser e o dever-ser denominada de noodinâmica, tensão necessária para a descoberta do sentido único e irrepetível daquela determinada pessoa, em uma situação específica. O sentido é realizado através da concretização de valores (criação, vivência e atitudinais). segundo Frankl (2016), nos valores de criação, o homem realiza ao criar, nos de vivência ele experimenta vivências, enquanto nos valores de atitude, ao sofrer, ou seja, “tratar realmente de qualquer coisa de irremediável” (Frankl, 2016, p.199). Para Frankl (2011), o ser humano não é livre das condições biológicas e psicológicas, ele é livre para se posicionar perante tais condições. Perspectiva na qual foi analisado o caso a seguir.

Deste modo, o presente trabalho tem por objetivo apresentar uma análise do processo psicoterapêutico de um caso atendido, a partir do referencial teórico da Logoterapia e Análise Existencial, tendo como eixo central da análise e intervenção o sentido da vida e a concretização de valores, e a mobilização do autodistanciamento e da autotranscendência.

2. A DESCRIÇÃO DO CASO CLÍNICO

O paciente (24 anos e estudante universitário) procurou atendimento psicológico no Serviço Escola de Psicologia da UFMA, em função de crises de ansiedade. Durante a primeira sessão, assinou o termo de consentimento em que consta a autorização para apresentação do processo terapêutico em eventos científicos e que, também, garante o sigilo ético. Relatou durante as sessões ter sofrido abuso sexual na infância;

desde os 12 anos apresenta “temporadas depressivas”, ficando sem interesse pela vida social, acadêmica e familiar; após falecimento de um tio, há quatro anos, surgiram crises de pânico, fez tratamento psicológico e psiquiátrico.

Contudo, situações minimamente arriscadas tornaram-se suficientes para desencadear crises, passando, então, a evitar e fugir dos “gatilhos”, como brigas no ambiente familiar. Afirma ter dificuldade em demonstrar sentimentos, abrir-se, dar e receber carinho, principalmente toque físico. Foi atendida semanalmente por uma estagiária (22 sessões), utilizando o referencial teórico da Logoterapia, sob supervisão docente – psicóloga e logoterapeuta. O referido paciente permanece em processo psicoterapêutico.

3. MÉTODO E INTERVENÇÃO

Trabalhou-se nas sessões os fundamentos teóricos da Logoterapia utilizando-se uma postura dialógica como meio de explorar os valores na existência do paciente, resguardando o terapeuta de qualquer perspectiva diretiva durante as sessões (Aquino, 2013). Além disso, o diálogo socrático, principal técnica da Logoterapia, não se constitui apenas como uma forma de conversação, mas uma maneira de estar com o outro, estabelecendo um encontro terapêutico autêntico (Ortiz, 2012).

Durante as intervenções buscou-se mobilizar o autodistanciamento que se constitui como a capacidade do homem “[...] *de distanciar-se não apenas de uma situação, mas de si mesmo [...]*” (Frankl, 2011, p. 27) e a autotranscendência que conforme afirma Frankl (2011), o “[...] *homem transcende a si mesmo tanto em direção a um outro ser humano, quanto em busca do sentido[...]*” (Frankl, 2011, p. 29); a autotranscendência compreendida como a essência da existência humana.

Evidencia-se assim, que existem meios para a realização de sentido, entretanto, essa realização não ocorre de maneira simples ou imediata; ela envolve o que Frankl chama de uma “tensão existencial”, a noodinâmica, a tensão entre o ser e dever-ser; “essa tensão é a mesma que se funda entre o ‘Eu sou’ e o ‘Eu devo’, entre o real e o ideal, entre o ser e o sentido” (Frankl, 2011, p. 68). Assim, essa tensão é fundamental, pois coloca o indivíduo em uma constante posição de escolha diante das exigências da vida, nas quais, “o homem ele é impulsionado, empurrado pelos instintos, mas refreado pelo sentido, e isso implica que sempre caberá a ele decidir se

o sentido deverá ou não ser realizado” (Frankl, 2011, p. 59). Trata-se de uma tensão que é evocada por um sentido a realizar; uma tensão saudável e indispensável à saúde mental do ser humano.

Nessa perspectiva, o autodistanciamento e a autotranscendência são recursos antropológicos fundamentais que foram utilizados para trabalhar a noodinâmica (Frankl, 2019); aquela tensão saudável e necessária para a captação do sentido da situação, por uma determinada pessoa. Esta tensão é, portanto, essencialmente diferente daquela que buscam os neuróticos no sensacionalismo ou os histéricos na excitação (Frankl, 2016).

4. RESULTADO E DISCUSSÃO

Ao longo do processo observou-se no paciente a expressão da autotranscendência, da liberdade e responsabilidade, da vontade de sentido e atração por valores (criativos e vivenciais). A vontade de sentido (expressão da autotranscendência) e o sentido (realizado através dos valores) ficam evidenciados nas seguintes falas da paciente: “quero contribuir através dos meus estudos realizados na academia, com a sociedade principalmente relacionado às endemias”; “me inscrevi em outro concurso...Quero trabalhar e melhorar a minha vida e da minha família, minha mãe e meu irmão”. A autotranscendência assinala o fato antropológico fundamental de que a existência do homem sempre se refere a alguma coisa que não ela mesma; e “a qualidade essencial autotranscendente da existência confere ao homem a qualidade de um *ser que se move numa busca para além de si mesmo*” (Frankl, 2011, pp. 17-18). O valor de criação é o valor que nos permite enriquecer o mundo com o nosso agir.

Observamos, ainda, a concretização de valores vivenciais pelo paciente em questão, ao relatar: “participei ativamente esse ano do arraial do curso, é a primeira vez que isso acontece... dessa vez senti vontade de participar, ajudar de alguma forma, me envolver de fato, nas comidas, nas brincadeiras... também teve na minha família... senti vontade de ajudar na organização, planejamento, me arrumei com roupa junina, dancei, brinquei...” Os valores vivenciais são aqueles que se realizam ao acolher o mundo, na entrega à beleza da natureza ou da arte, enriquece a nós mesmos através das nossas vivências (Frankl, 2016).

Ao longo do processo o paciente vai se dando conta de sentidos realizados, apesar dos destinos sociológicos e psicológicos: “caramba eu não tinha dimensão disso... eu não fazia ideia do quanto eu já estudei, acumulei conhecimentos adquiridos desde a escola, na universidade e que foram importantes para a realização do concurso público também”. Como destaca Frankl (2011), nós não somos livres das condições biopsicossociais que a vida nos impõe, mas, como noético, somos livres para nos posicionarmos perante tais condições, e realizar sentido através da concretização de valores.

5. CONCLUSÃO

Entende-se que os objetivos terapêuticos foram alcançados, como ilustram as falas que seguem: “[...] eu me senti acolhido e pela primeira vez após anos consegui fazer coisas de antes das crises de pânico, que antes achava não ser possível, parece que agora estou com lupa, ampliando coisas que pareciam óbvias, mas eu não estava conseguindo enxergar”; “Eu estar conseguindo realizar coisas e ter retomado experiências que antes me faziam bem, pertencente ao mundo, pelas trocas com familiares... (me fez perceber) que tudo estava ali, eles sempre estiveram...”; “achava que só eu havia percebido minha mudança... esses dias minha tia me disse estar me achando diferente... mais comunicativo, parecia estar mais leve, me perguntou o que eu estava fazendo. Respondi que estava fazendo terapia... e ela disse, não deixe de ir, estar lhe fazendo bem”. Nota-se no discurso do paciente a compreensão acerca da ampliação de percepção do seu campo de liberdade e responsabilidade, ao identificar sentidos realizados, assim, capacitando-se para novos sentidos. Conclui-se, portanto, que a Logoterapia no contexto da psicoterapia contribui para a superação da aparente ausência de sentido na vida. “Ser-homem significa ser-consciente e ser-responsável” (Frankl, 2016, p.114).

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Aquino, T. A. A. (2013). Logoterapia e análise existencial: uma introdução ao pensamento de Viktor Frankl. São Paulo: Paulus.
- Frankl, V. E. (2011). A vontade de sentido: fundamentos e aplicações da logoterapia. Paulus.
- Frankl, E. V. (2016). Psicoterapia e sentido de vida. 6ª ed. São Paulo: Quadrante.
- Frankl, E. V. (2019). O sofrimento humano: fundamentos antropológicos da psicoterapia. 1ª ed. São Paulo: É Realizações.
- Ortiz, E. M. (2012). El diálogo socrático en la psicoterapia centrada en la sentido. Bogotá: Saps.
- PEREIRA, I. S. (2015.). A Ontologia Dimensional de Viktor Frankl: o humano entre corpo, psiquismo e espírito. Revista da Associação Brasileira de Logoterapia e Análise Existencial, v. 4, n. 1, p. 2-13.