

III SEMINÁRIO DE PRÁTICA DE PESQUISA EM PSICOLOGIA

ISSN: 2317-0018

Universidade Estadual de Maringá

23 de Novembro de 2013

UMA BREVE INTRODUÇÃO À LOGOTERAPIA DE VIKTOR FRANKL

Henrique Bozzo de Oliveira Pinto (Departamento de Psicologia, Universidade Estadual de Maringá);
Eliane Domingues (Departamento de Psicologia, Universidade Estadual de Maringá).

contato: henrique.bzz@live.com

Palavras-chave: Introdução à logoterapia. Terapia do sentido. Análise Existencial.

Apresentação

Este trabalho descreve uma apresentação do autor existencialista Viktor Frankl e algumas das características de sua teoria, a logoterapia. A partir da revisão bibliográfica de duas de suas principais obras, “Em busca de sentido” e “Logoterapia e Análise Existencial”, buscou-se apresentar uma breve introdução à logoterapia e aos seus principais conceitos, dentre eles a vontade de sentido, a frustração existencial, as neuroses noogênicas, a noodinâmica, o sentido da vida e a transitoriedade da vida, com o intuito de trazer às discussões existenciais um pouco do que o autor tem a dizer sobre o sentido da vida e as questões existenciais enfrentadas pelo homem ao longo de sua vida. A ordem de apresentação dos conceitos no decorrer do texto não indica necessariamente relações diretas ou de importância entre eles. Assim, exposição é definida de acordo com a ordem apresentada no livro “Em busca de sentido”.

Vale ressaltar que a proposta deste trabalho não é apresentar uma discussão crítica acerca do que Frankl apresenta sobre a logoterapia e seus conceitos. O objetivo é resgatá-los e apresentá-los brevemente, para que em um momento futuro sejam feitas as devidas análises e discussões envolvendo e contrapondo pontos de vista de outros autores.

Viktor Frankl e a logoterapia

Viktor Emil Frankl nasceu em Viena no ano de 1905 e morreu em 1997. Foi professor de neurologia e psiquiatria na Universidade de Viena e posteriormente de logoterapia na Universidade da Califórnia, também lecionando nas universidades de Harvard, Dallas e Pittsburg. Sua obra é composta por 32 livros publicados em 27 línguas e destes destaca-se o livro intitulado “Em busca de sentido”, abordado neste trabalho, que descreve as experiências vividas pelo autor em sua passagem por vários campos de concentração, incluindo Auschwitz. Frankl e sua família foram capturados e distribuídos em diferentes campos de concentração,

III SEMINÁRIO DE PRÁTICA DE PESQUISA EM PSICOLOGIA

ISSN: 2317-0018

Universidade Estadual de Maringá

23 de Novembro de 2013

em setembro de 1942, pois seguiam a religião judaica. Ao término da guerra, em 1945, Frankl é libertado e descobre que sua esposa, seus pais e seu irmão não sobreviveram ao período em que foram prisioneiros do governo nazista (FRANKL, 2012).

Associado ao pensamento fenomenológico-existencial, Frankl se destacou mundialmente pela formulação da logoterapia, conhecida como “Psicoterapia do Sentido da Vida”, ou também como pertencente à Terceira Escola Vienense em Psicoterapia (PEREIRA, 2008). Frankl, no período de três anos (1942-1945) em que permaneceu prisioneiro do governo nazista, experienciou situações e sentimentos extremos da vivência do ser humano que mais tarde contribuíram para a fundamentação de sua teoria (ROEHE, 2005).

Em relação à Psicologia, Frankl é influenciado por teóricos psicanalistas, no período anterior à Segunda Guerra Mundial, e por teóricos existencialistas no período do pós-guerra. Alguns dos autores destacados no livro “Logoterapia e Análise Existencial” com quem manteve contato por algum período são Alfred Adler, Sigmund Freud, e posteriormente Martin Heidegger (FRANKL, 2012).

Em 1924, aos 19 anos de idade, Frankl publicou uma contribuição sobre o surgimento da afirmação e negação mimética na Revista de Psicanálise, como resultado do contato estabelecido com Freud. Algum tempo depois passou a integrar a Sociedade dos Psicólogos Individuais, até o momento em que rompeu as relações com Adler, um dos representantes desta instituição e o principal representante da psicologia individual, devido a suas divergências teóricas (FRANKL, 2012).

Frankl entendia que aquilo que a psicanálise de Freud e a psicologia individual de Adler propunham como a adequação do homem à realidade efetiva e a configuração da realidade, respectivamente, deixavam uma lacuna na experiência humana. Era necessário voltar-se à responsabilidade do ser. Neste momento, por volta de 1930, Frankl direciona seus trabalhos para a problemática do sentido. É interessante salientar que o autor empreende a espiritualidade à existência humana como um fator fundamental ou elementar para a vida (FRANKL, 2012).

O termo grego “logos”, empregado por Frankl em sua teoria, significa “sentido”, que por sua vez, caracteriza o ponto central de seu trabalho. Segundo Frankl, é errado procurar um sentido abstrato na vida. Cada pessoa, em cada momento da vida, precisa executar uma tarefa concreta que é exigida pela situação. É a vida quem questiona o indivíduo, e é somente este indivíduo em especial capaz responder propriamente à vida. Em outras palavras, diante cada

III SEMINÁRIO DE PRÁTICA DE PESQUISA EM PSICOLOGIA

ISSN: 2317-0018

Universidade Estadual de Maringá

23 de Novembro de 2013

situação apresentada pela vida, o indivíduo é indagado por um sentido a ser realizado, e sendo assim, o sentido muda de acordo com o momento e a pessoa em questão, sendo singular e jamais se repetindo (FRANKL, 2008).

A logoterapia é uma teoria voltada ao sentido da existência humana e à forma com que a pessoa busca este sentido. A busca pelo sentido é considerada pelo autor a principal força motivadora no ser humano. Frankl adota a expressão vontade de sentido, fazendo um contraste ao princípio prazer, chamado por ele de vontade de prazer, em que a psicanálise freudiana se baseia (FRANKL, 2008).

Frankl destaca o caráter motivacional primário do homem na busca pela realização de um sentido. O sentido é exclusivo e específico para uma pessoa, pois diz respeito somente a ela e a contingência em que se encontra. Desta forma, ele só poderá ser cumprido por esta determinada pessoa. A busca por sua realização movimenta a pessoa independente de qual situação está envolvida. Em outras palavras, não importa se a pessoa se encontra em uma situação que a agrada, ou onde os limites de sua sobrevivência são testados, como na vivência de um campo de concentração, por exemplo, a busca pelo sentido fundamentará suas ações, permitindo com que ela suporte a situação e possa viver para alcançar seu objetivo. A este movimento motivacional que o a busca pelo sentido emprega, e o desejo pela sua realização, Frankl denomina a vontade de sentido (FRANKL, 2008).

Para Frankl, perguntar-se sobre qual o sentido da vida é nada mais que formular uma pergunta sem resposta. Seria a mesma atitude que perguntar a um campeão de xadrez profissional qual é a jogada perfeita. São inúmeras, assim como os sentidos, que variam a cada momento, cada situação e a cada pessoa. Não se deve buscar um sentido abstrato da vida. Assim, o sentido da vida proposto por Frankl é o sentido da vida agora, neste momento. O sentido que motiva as ações do indivíduo. Não obstante, a tarefa de cada pessoa é tão singular quanto à oportunidade específica de fazê-la cumprir (FRANKL, 2008).

O movimento que envolve a busca pelo sentido, quaisquer que seja, pode causar tensão interior ao invés de um equilíbrio interior. Frankl afirma que esta tensão é um pré-requisito fundamental para a saúde mental, sendo inerente ao ser humano. Tensão esta que se define entre aquilo que já foi conquistado e aquilo que se anseia conquistar. A esta tensão Frankl nomeia noodinâmica (FRANKL, 2008).

A frustração existencial surge nas seguintes situações: na existência em si mesma, onde a pessoa encontra-se em situação diferente daquela que planejou e buscou em sua vida, e

III SEMINÁRIO DE PRÁTICA DE PESQUISA EM PSICOLOGIA

ISSN: 2317-0018

Universidade Estadual de Maringá

23 de Novembro de 2013

não a aceita; no sentido da existência, se referindo à pessoa que não encontra mais sentido em sua vida; e na vontade de sentido, sendo a busca pelo sentido ausente. Esta frustração pode resultar em neuroses, chamadas de neuroses noogênicas (FRANKL, 2008).

As neuroses noogênicas são sintomas que surgem dos conflitos existenciais, como os descritos anteriormente, sendo depressões, por exemplo. Para Frankl (2008-2012), a terapia apropriada neste caso é aquela que envolve as questões existências (FRANKL, 2008).

O caráter transitório da vida, ou seja, o fato de que a vida tem um início e um fim, e que vivemos no caminho em direção a este fim, também é discutido por Frankl (2008-2012). Segundo o autor, a transitoriedade da vida constitui a responsabilidade, pois é preciso que o indivíduo se conscientize das possibilidades essencialmente transitórias. Em todo instante o sujeito precisa decidir qual será o monumento de sua existência. Os aspectos transitórios para ele seriam as potencialidades. Quando são alcançadas se tornam realidade, e ao mesmo tempo são resgatadas e entregues ao passado, onde ficam resguardadas da transitoriedade. Desta forma a transitoriedade não retira o sentido da vida de forma alguma (FRANKL, 2008).

Logoterapia no Brasil

Os psicólogos ou outros interessados pela teoria da logoterapia têm à disposição no Brasil instituições que surgiram de 1984 a 2009 com o intuito de possibilitar o desenvolvimento e o reconhecimento dessa teoria. Dentre elas estão a Associação de Logoterapia de Viktor Frankl (ALVEF), em Curitiba, a Associação Pernambucana de Logoterapia (APELO), em Recife, o Centro Viktor Frankl de Logoterapia tal como o Curso de Pós-Graduação em Análise Existencial, ambos em Porto Alegre, e a Sociedade Brasileira de Logoterapia (SOBRAL), em São Paulo. Para mais informações é sugerida a consulta ao endereço eletrônico da SOBRAL, www.logoterapia.com.br, ou ainda às páginas 183 e 184 de “Em busca de sentido” 32ª edição (FRANKL, 2012).

Considerações finais

A breve introdução à logoterapia aqui apresentada propicia o contato com a teoria existencialista de Viktor Frankl. O ponto de vista essencialmente existencial presente ao longo de sua escrita e principalmente a reflexão que envolve o sentido da vida e a formulação da logoterapia, podem contribuir para a formação em Psicologia e para a ampliação das discussões teóricas no campo do Existencialismo, tendo em vista que a problemática do

III SEMINÁRIO DE PRÁTICA DE PESQUISA EM PSICOLOGIA

ISSN: 2317-0018

Universidade Estadual de Maringá

23 de Novembro de 2013

sentido das ações está diretamente relacionada com ideias de vida e de morte que os existencialistas assumem como temas centrais de suas respectivas teorias. Suas reflexões acerca do sentido e da análise do sentido podem subsidiar discussões que confrontem ou relacionem outros autores que visam o âmbito da existência humana. Para tanto, espera-se que essa leitura incite o desejo pelo aprofundamento nesta teoria por aqueles que não a conhecem.

Referências

FRANKL, V. E. **Em busca de sentido**: um psicólogo no campo de concentração. 25. ed. São Leopoldo. Sinodal; Petrópolis: Vozes, 2008.

FRANKL, V. E. **Logoterapia e análise existencial**: textos de seis décadas. 1. ed. Rio de Janeiro: Forense Universitária, 2012.

PEREIRA, I. S. Mundo e sentido na obra de Viktor Frankl. **Psico**. Porto Alegre. PUCRS. v. 39, n. 2, p. 159-165. 2008.

ROEHE, M. V. Revendo idéias de Viktor Frankl no centenário de seu nascimento. **Psico**. Porto Alegre. v. 36, n. 3, p. 311-314, 2005.