

Recebido em:

Publicado em:

DOI:

A BUSCA DE SENTIDO EM VIKTOR FRANKL COMO RESPOSTA À ANGÚSTIA EXISTENCIAL NA MODERNIDADE LÍQUIDA

FAVARO, Ingrid Júlia¹

GIOVANETTI, Oriel Rodrigues²

SANTOS, Vinicius Paes dos³

FRANÇOZO, Isabela⁴

RESUMO. O presente artigo tem por objetivo demonstrar a utilização da busca de sentido, pilar central da logoterapia, desenvolvida e apresentada por Viktor Frankl, como resposta à angústia existencial, que deriva do vazio existencial, experienciada pelos sujeitos inseridos na sociedade contemporânea que é, no contexto apresentado, representada pela modernidade líquida, caracterizada pela fragilidade das relações. A pesquisa analisa como a ausência de referenciais como a tradição e a perda dos instintos aliados ao imediatismo observado nas relações humanas, proporcionam ao ser humano moderno desorientação e falta de propósito. Este trabalho se utiliza do referencial bibliográfico baseado nas teorias franklianas e nos conceitos de Zygmunt Bauman e apresenta as consequências psicológicas e sociais geradas pelo formato das relações atuais. Ademais, a logoterapia foi apresentada como uma ferramenta eficaz para o enfrentamento das dificuldades relacionadas à falta de sentido e aos problemas gerados pela fragilidade dos relacionamentos atuais.

Palavras-chave: Sentido. Sociedade. Relações.

¹Acadêmica do Curso de Psicologia da Universidade Paranaense – UNIPAR, Campus Cianorte-PR. E-mail: ingrid.favaro@edu.unipar.br

²Acadêmico do Curso de Psicologia da Universidade Paranaense – UNIPAR, Campus Cianorte-PR. E-mail: oriel.rodrigues@edu.unipar.br

³Acadêmico do Curso de Psicologia da Universidade Paranaense – UNIPAR, Campus Cianorte-PR. E-mail: vinicius.san@edu.unipar.br

⁴Isabela Francozo. Orientadora da pesquisa e docente do curso de Psicologia da Universidade Paranaense – UNIPAR. E-mail: isabela.francoso@prof.unipar.br

VIKTOR FRANKL'S SEARCH FOR MEANING AS A RESPONSE TO EXISTENTIAL ANGUISH IN LIQUID MODERNITY

ABSTRACT. This article aims to demonstrate the potential use of the search for meaning, the central pillar of logotherapy developed and presented by Viktor Frankl, as a response to the existential anxiety derived from the existential vacuum experienced by individuals in contemporary society. In the context presented, this society is represented by liquid modernity, characterized by the fragility of human relations. The research analyzes how the absence of frameworks such as tradition and the loss of instincts, combined with the immediacy observed in human interactions, provide modern human beings with disorientation and a lack of purpose. This work utilizes a bibliographic framework based on Franklian theories and the concepts of Zygmunt Bauman, presenting the psychological and social consequences generated by the format of current relationships. Furthermore, logotherapy is presented as an effective tool for addressing the difficulties related to a lack of meaning and the problems generated by the fragility of contemporary relationships.

Keywords: Meaning. Society. Relationships.

INTRODUÇÃO

O autor e médico psiquiatra Viktor E. Frankl defende que o homem, em sua dimensão existencial, deve reconhecer sua Vontade de Sentido⁵ em relação à vida, às suas relações e ao modo como a realidade se apresenta. Frankl observa que o enfraquecimento dessa compreensão pode levar o ser humano a experimentar o vazio existencial e tal condição afeta amplamente a existência humana em todas as suas formas.

Assim, este estudo propõe-se a analisar o panorama de Viktor Frankl acerca da Vontade de Sentido como uma resposta necessária à Modernidade Líquida de Zygmunt Bauman. Pretende-se, ainda, verificar se tal perspectiva oferece caminhos para uma forma de fortalecer os vínculos interpessoais fragilizados na sociedade contemporânea.

⁵Termo empregado por Viktor Frankl ao expressar que “a busca do indivíduo por um sentido é a motivação primária em sua vida, e não uma “racionalização secundária” de impulsos instintivos” (FRANKL, 2024, p. 157).

Busca-se, também, compreender as implicações que as relações fragilizadas exercem sobre a saúde mental dos indivíduos que são atravessados por elas.

Metodologicamente, configura-se como uma pesquisa bibliográfica de abordagem qualitativa. A escolha dessa abordagem permite uma análise aprofundada das obras, favorecendo uma melhor compreensão dos significados atribuídos pelos autores. Buscou-se também fazer o uso de artigos recentes e que expressassem, com clareza, os conceitos e temas abordados, priorizando publicações com reconhecimento acadêmico. Como ferramentas de apoio, foram empregadas *Gemini* e *Claude* para auxílio na tradução do resumo e para revisão textual de alguns trechos. Ainda, foram utilizadas as obras dos autores Viktor Emil Frankl e Zygmunt Bauman, pela relevância de suas contribuições teóricas presentes na atualidade, que abordam temáticas como vazio existencial, busca de sentido e modernidade líquida. O foco da pesquisa está direcionado aos indivíduos e aos impactos dessas questões na sociedade.

Por fim, esperamos que o presente artigo expresse, mesmo que de forma breve, a importância do fortalecimento das relações e a forma como elas podem ajudar os sujeitos a encontrarem sentido, mesmo inseridos na atual sociedade.

DESENVOLVIMENTO

Viktor Frankl (1905-1997), médico psiquiatra nascido em Viena, foi o fundador da terceira escola vienense de psicoterapia, a Logoterapia. Esta, conforme define o autor, pode ser compreendida como uma terapia centrada no sentido. Para Frankl, o sentido da vida, diferente de outros pensadores da época, não se baseia na busca por prazer ou poder a todo custo, mas sim na valorização do aspecto espiritual da existência humana. Segundo Frankl, a modernidade sofre dessa carência de sentido e a denomina de vazio existencial, destacando que a busca excessiva de prazer e poder gera angústia, ansiedade, depressão e dificuldades nas relações interpessoais e em sociedade (FRANKL, 2024).

No período dos escritos de Frankl, a modernidade passava por um processo de rupturas de valores culturais e essa condição permanece até os dias atuais: o

individualismo se sobressai a tudo e as relações sociais são fragilizadas. Com isso, o homem não compreende mais o sentido da sua vida e o seu lugar no mundo.

Para Frankl, o sentido se mostra essencial ao ser humano, uma vez que não se trata apenas de um animal, movido por instintos, que está sempre em busca de prazeres e satisfação total⁶, mas é profundamente afetado quando se depara com o enfraquecimento no sentido das tradições da família, do amor e do trabalho. Neste sentido, “nenhum instinto lhe diz o que ele deve fazer e nenhuma tradição lhe diz o que ele deveria fazer” (Frankl, 2024) e tal condição reforça o impacto da falta de sentido para o homem enquanto ser, bem como a forma de se relacionar com o todo à sua volta.

SOBRE O SENTIDO DA VIDA

O ser humano se diferencia dos animais na medida em que estes vivem em um ambiente fechado e programado, guiados exclusivamente por seus instintos, cujas reações estão voltadas à sobrevivência da espécie. O ser humano, ao contrário, tem como traço existencial ir além dos limites instintivos, ou seja, busca por algo transcendente. É nessa busca que o ser humano tende a alcançar o mundo, um mundo habitado por outros, carregado de sentidos à espera de serem descobertos e preenchidos (FRANKL, 2013). Nesse contexto, entende-se que:

Ao contrário dos animais, homens e mulheres se preocupam com o sentido de suas vidas, pois possuem a consciência da finitude da existência. Assim, a teoria motivacional de Frankl apregoa a vontade de sentido como a motivação primária, ou seja, o ser humano possui uma vontade de encontrar sentido no mundo objetivo, interpretando sua existência em um contexto de sentido (AQUINO, 2013)

O ser humano possui Vontade de Sentido, entendida como a motivação primária de sua existência. Essa busca se realiza nas relações com o mundo e com os outros, no entanto quando o sujeito não consegue reconhecer ou realizar esse sentido, pode causar frustração e angústia. Essa capacidade de superar os limites do próprio eu, voltando-se para algo ou alguém além de si mesmo, denominada autotranscendência, é essencial na

⁶Segundo Frankl, alguns autores sustentam que os sentidos e valores nada mais são que “mecanismos de defesa, formações reativas e sublimações” e destaca, em contraponto, que “o ser humano é capaz de viver e até morrer por seus ideais e valores” (FRANKL, 2024, p. 157).

compreensão de Frankl sobre a existência humana. Para o autor, o homem não existe voltado para si mesmo, mas sempre em direção a algo maior, como o próprio autor afirma:

A autotranscendência assinala o fato antropológico fundamental de que a existência do homem sempre se refere a alguma coisa que não ela mesma – a algo ou a alguém, isto é, a um objetivo a ser alcançado ou à existência de outra pessoa que ele encontre. Na verdade, o homem só se torna homem e só é completamente ele mesmo quando fica absorvido pela dedicação a uma tarefa, quando se esquece de si mesmo no serviço a uma causa, ou no amor a uma outra pessoa. É como o olho, que só pode cumprir sua função de ver o mundo enquanto não vê a si próprio. (Frankl, 1991, p. 18)

Portanto, a autotranscendência significa o sentido para fora do sujeito e não centrado nos prazeres ou nos poderes humanos, mas sim consequências de sua realização, como afirma (FRANKL, 2022b): ‘A felicidade não pode e nem deve nunca ser objetivo, mas apenas o resultado’ e esses podem ser encontrados independente da situação. Frankl afirma que o sentido é descoberto não revelado por seu terapeuta, pois é algo subjetivo e individual, ele atua como auxiliar nessa descoberta. (FRANKL, 2013)

Nós damos sentido à vida ao atuar, bem como ao amar - e, por fim: ao sofrer. Pois na maneira como uma pessoa se posiciona em relação à limitação de suas possibilidades de vida, quando afeta seu agir e seu amar, na maneira em como ela se comporta em relação a essa limitação - na maneira como toma sobre si o seu sofrimento nessa situação -, em tudo isso ela ainda é capaz de realizar valores (FRANKL, 2022b).

Para Frankl (2024), o sentido da vida não pode ser respondido de forma genérica ou abstrata, pois ele varia de pessoa para pessoa e de momento para momento. Cada situação da vida apresenta à pessoa um desafio concreto a ser respondido, de modo que não é ela quem pergunta pelo sentido, mas é a própria vida que a questiona. Portanto, cabe a cada indivíduo responder a essa questão com responsabilidade, o terapeuta, neste caso, esforça-se para levar ao homem essa responsabilidade, a sua consciência de ser-responsável, perante a um sentido.

Portanto, entende-se que o sentido, segundo Viktor Frankl, é individual, único e sua realização está diretamente relacionada com a capacidade do indivíduo de se direcionar para além de si mesmo, especialmente nas relações com os outros e com o

mundo. No entanto, é pertinente questionar se atualmente o mundo e suas relações corroboram ou dificultam a realização do sentido, considerando que o sentido se constrói na experiência concreta da existência.

MODERNIDADE LÍQUIDA E SUA INFLUÊNCIA NAS RELAÇÕES

Partindo da compreensão de Frankl, em que o indivíduo tem a necessidade existencial de encontrar sentido, pode-se lançar um olhar a seguinte questão: *A atual sociedade promove o encontro deste sentido existencial, que move o indivíduo?* A resposta parece ser negativa. Embora a organização social contemporânea promova a globalização em diversos aspectos da vida humana, inclusive das relações, seria precipitado pensar que isso aproximou mais as pessoas. Pois o que se percebe, é mesmo que atualmente as relações contem com diversas ferramentas, que atenuem a distância geográfica por exemplo, como é o caso das ferramentas via internet, o que se detecta é que ao mesmo tempo essa globalização das relações, de algum modo promove o individualismo, e torna as relações sem profundidade. Esse processo, paradoxalmente, tende a aprofundar o isolamento do indivíduo. Observamos uma tentativa constante, mesmo que não em um discurso claro, de demonstrar que não existe a necessidade em se buscar profundidade nas relações, nos diálogos, nas vivências e nas experiências interpessoais. Como bem notou Zygmunt Bauman, ao descrever a sociedade contemporânea como estabelecida em uma Modernidade Líquida, caracterizada por ele da seguinte forma:

A modernidade líquida é caracterizada como sendo um tempo de **ruptura do homem moderno com as instituições e estruturas sociais herdadas do passado**. Assim sendo, a vida antiga que visava o cidadão e sua realização através do processo de trabalho, **se transforma em uma modernidade onde os vínculos estabelecidos são cada vez mais instáveis e substituídos pela busca desenfreada do consumo e do individualismo**. Percebe-se, então, o transpor de algo sólido para líquido (FONSECA *et al.*, 2024, grifo nosso).

Essa atual condição da organização social, se choca com a perspectiva de sentido de Frankl, resgatando aqui o conceito de autotranscendência anteriormente discutido. Ou seja, é fora de si, na relação com o externo, e nesse caso com outro que a

vida encontra sentido. Aspecto este, essencialmente humano, que passa a ser profundamente afetado no contexto contemporâneo. A extensão do impacto nas relações, atinge diversos aspectos da vida humana. E sob essa fluidez estão os contornos da existência social. Vejamos:

[Bauman] dedicou-se a analisar, com recurso ao conceito de modernidade líquida temas sobre os quais as narrativas da condição humana se desenvolveram e que, indubitavelmente, são inquietantes na contemporaneidade: **emancipação, individualidade, tempo/espço, trabalho, política, identidade, liberdade, consumo, descartabilidade, amor e comunidade.** (FERREIRA; WERNECK, 2022, grifo nosso).

Nessas condições, as pessoas não conseguem ter uma dinâmica de existência que lhes permita, ter para si o devido cuidado. São impelidas a adaptar-se, em um mundo onde tudo se transforma com muita velocidade. São atualizadas “instantaneamente” e de modo que não há tempo para se refletir sobre referências, convicções e vontades mais profundas, ou seja, qualquer raiz que possa lhe dar alguma motivação perene. Nesse sentido:

No mundo líquido-moderno que, de acordo com Bauman (2007), **não conhece nem admite limites à aceleração**, o pensamento metafísico também não encontra lugar. A possibilidade de comprimir cada vez mais vidas no tempo de duração da existência mortal faz com que a valorização da identidade e de suas possibilidades de reciclagem **ocupe mais o engenho da mente do que a reflexão sobre a eternidade** (BATISTA *et al.*, 2013, grifo nosso)

Isso sugere que essa falta de solidez, afeta o sentido que as pessoas hoje encontram em suas vidas. Tal atitude reflexiva poderia desencadear uma sensação de inutilidade existencial: nada mais pode ser entendido como seguro, pois, em breve tudo pode – e vai – se modificar. Se tomarmos tal perspectiva como verdade, entendendo que assim é a vida, então pode parecer inútil estabelecer referenciais ou formas de entendê-la, bem como escolher o rumo para onde caminhar.

O vazio existencial se torna uma consequência em curso na vida do indivíduo nesse contexto. Tal vazio se torna gerador de angústia, no sentido proposto por Frankl. Deve-se compreender que a realização de sentido existencial, está intimamente relacionado com o vazio existencial. Em uma sociedade de relações fragilizadas, torna-

se muito mais desafiante a realização do sentido, resgatando aqui a questão da transcendência. Ou seja, no aspecto onde a realização fora de si, isto é, em direção ao outro, se vê profundamente prejudicada pela condição das relações no mundo contemporâneo, e consequentemente o vazio existencial tome a vida do indivíduo, irá lhe impor também angústia lhe trazendo sofrimento.

Se nos perguntarmos o que é que produz o vazio existencial e o que pode tê-lo causado, temos a seguinte explicação: ao contrário dos animais, não são os instintos as pulsões que dizem ao ser humano o que ele tem de fazer. E, ao contrário do que acontecia no passado, também as tradições não lhe dizem mais o que deve fazer. Sem saber o que é imperioso fazer e sem saber o que deve fazer, também já não sabe mais o que quer. **E qual a consequência? Ou ele quer apenas aquilo que os outros fazem, e isso é o conformismo, ou o oposto: ele só faz aquilo que os outros querem - querem dele. E isso é o totalitarismo. Além disso, há ainda outra manifestação que é consequência do vazio existencial: trata-se de uma neurotização específica, a "neurose noogênica: trata-se de uma neurotização específica, a "neurose noogênica: que etiológicamente tem sua razão de ser no sentimento de falta de sentido, na dúvida em relação ao sentido da vida ou à perda da esperança na existência de um tal sentido. (FRANKL, 2016, grifo nosso)**

Aqui parece pertinente citar um exemplo de estudo de caso oferecido por Frankl, sobre um paciente e a angústia gerada por sua falta de sentido encontrada na relação com o trabalho:

Quero citar um exemplo. Um diplomata americano de alto escalão dirigiu-se a meu consultório em Viena a fim de continuar o tratamento psicanalítico iniciado cinco anos antes com um analista em Nova Iorque. Logo de início perguntei-lhe por que ele pensava que deveria ser analisado, por que, em si, começara com a análise. Revelou-se que o paciente estava descontente com a sua carreira e tinha extrema dificuldade em concordar com a política exterior dos Estados Unidos. Seu analista, no entanto, lhe havia dito repetidamente que ele devia tentar reconciliar-se com seu pai, porque o governo dos Estados Unidos bem como os seus superiores eram "nada mais" que imagens paternas, e, consequentemente, a insatisfação com o seu emprego se devia ao ódio inconsciente contra o pai. Uma análise que já vinha durando cinco anos induzira o paciente a aceitar cada vez mais as interpretações de seu analista, até que, de tantas **árvores de símbolos e imagens, ele não mais conseguiu ver a floresta da realidade. Após algumas poucas entrevistas, ficou claro que a sua vontade de sentido estava sendo frustrada por sua profissão e que ele na realidade ansiava engajar-se em outra espécie de trabalho.** Como não havia motivo para ele não largar a sua profissão e abraçar outra, assim o fez, com os mais gratificantes resultados. **Em sua nova ocupação ele está satisfeito já faz mais de cinco anos, conforme relatou há pouco tempo.** Duvido que neste caso eu estivesse lidando com um estado neurótico, e esta é a razão por que pensei que ele não precisava de qualquer

psicoterapia, nem mesmo de logoterapia, pela simples razão de, na realidade, nem ser um paciente. (FRANKL, 2016, grifo nosso)

Portanto, a angústia gerada pela falta de sentido pode tomar tamanhas proporções na vida do indivíduo a ponto de levá-lo a profundo sofrimento. Por outro lado, a perspectiva de Viktor Frankl a respeito da vontade de sentido, como destacado inicialmente, sugere algo totalmente diferente:

A busca do indivíduo por um sentido é a **motivação primária em sua vida**, e não uma “racionalização secundária” de impulsos instintivos. Esse sentido é **exclusivo e específico**, uma vez que precisa e pode ser cumprido somente por aquela determinada pessoa. Somente então esse sentido assume uma importância que satisfará sua própria vontade de sentido (FRANKL, 2013, p. 124, grifo nosso).

Desta forma, podemos concluir que o logos⁷ mencionado se traduz como algo de cunho pessoal e definido pelo sujeito ao longo de sua jornada. Existe intencionalidade nessa construção, nessa busca e isso não pode ser definido por outras pessoas. Por fim, cabe destacar que Viktor Frankl sempre enfatizou que o propósito pode ser alcançado de formas diversas e isso faz com que pessoas com diferentes aptidões possam alcançar o sentido em suas vidas.

RESPOSTA A ANGÚSTIA QUE SURGE DA FALTA DE SENTIDO

Portanto, entende-se que pode haver uma combinação entre a perspectiva Frankliana acerca da Vontade de Sentido e a Modernidade Líquida de Zygmunt Bauman, uma vez que uma sociedade regida sob tais contornos exerce influência direta sobre os sujeitos, gerando implicações no contexto cultural e afetando sua saúde mental. A busca de sentido como forma de enfrentamento da fragilidade das relações nesta sociedade, como pudemos observar, pode ser um caminho que também promove o cuidado da saúde mental.

Bauman (2008, p. 161) destaca que, na modernidade líquida, o sucesso das pessoas está diretamente ligado à sua capacidade de abandonar hábitos antigos com

⁷ Frankl ao tratar sobre a nomenclatura da Logoterapia esclarece que ‘o termo “logos” é uma palavra grega e significa “sentido”, esclarecendo que “a busca de sentido na vida da pessoa é a principal força motivadora no ser humano”. (FRANKL, 2024, p. 156)

rapidez maior do que para adotar novos costumes. Vivemos em uma cultura marcada pelo excesso e pela descartabilidade, na qual tudo é intenso, passageiro e urgente. A velocidade das mudanças é tão acelerada que provoca turbulências constantes, tornando a vida cotidiana cada vez mais fugaz. Como consequência, questões como violência e miséria são banalizadas, quase invisíveis, diante da facilidade de adquirir e descartar objetos, vontades e sentimentos.

Neste contexto, as identificações coletivas já não se baseiam em classes sociais ou ideologias, mas em grupos menores, como ONGs ou “tribos”. Bauman alerta que um dos grandes problemas da sociedade contemporânea é que ela deixou de se questionar e passou a não formular certas perguntas. Este movimento pode ser extremamente perigoso, pois ele impede a reflexão crítica e a busca por mudanças significativas (BAUMAN, 1999 *apud* FERREIRA; WERNECK, 2022). Neste sentido:

O sujeito de hoje guarda uma nostalgia quase melancólica das marcas de um absoluto que não há mais e de garantias de verdade que se perderam. Vivemos em um mundo desencantado e experimentamos atualmente o mal-estar nascido dos vazios provocados pela ausência de Deus, fé e de lei (DA POIN *apud* FERREIRA; WERNECK, 2022, p. 12).

Nesta esteira, é possível verificar que, mesmo em um mundo acessível e com tantas possibilidades de bem-estar social, a vida humana mostra-se em constante estado de sofrimento, hoje “as pessoas têm o suficiente com que viver, mas não têm nada por que viver; têm os meios, mas não têm o sentido” (FRANKL, 2018, p. 164). Esse sofrimento decorre do vazio existencial trazido por Frankl, que vê o “ritmo acelerado da vida hoje como uma vã tentativa de automedicação de frustração existencial” (FRANKL, 2015, p. 71) e explica que “quanto menos conhece o homem a finalidade de sua vida, mais ele acelera o ritmo com o qual a segue” (FRANKL, 2015, p. 71).

Atualmente, lidar com o vazio existencial tornou-se um grande desafio dentro da sociedade de consumo. O ser humano vive em busca de uma felicidade sem fim, como se fosse algo permanente e plenamente alcançável. No entanto, essa ideia é ilusória, já que a própria existência humana é limitada e sujeita a mudanças. O conceito de felicidade está sendo transformado em um bem de consumo, algo que se pode adquirir ou comprar facilmente. Isso reforça a cultura do imediatismo e da descartabilidade, na

qual a satisfação é passageira e sempre substituída por novas necessidades (BAUMAN, 2014) e por esta razão se pode fazer tal relação e destacar a necessária busca pelo sentido. Este último pode ser pensado da seguinte forma:

O sentido é pensado como o sentido da vida, em dar um sentido à sua vida, a partir do desejo de sentido, ou seja, preencher a sua vida com sentido. [...] o sentido é pensado como sentido concreto de uma pessoa concreta, que se encontra em uma situação concreta, que é confrontada com ela. [...] As possibilidades de sentido são passageiras, as situações são passageiras. Por esse motivo, o sentido, a concreta possibilidade de sentido, é alguma coisa única. [...] Ou seja: o sentido se modifica de hora em hora e de pessoa para pessoa (FRANKL; LAPIDE, 2014, p. 138).

Podemos compreender que o ser humano está sempre em transformação, buscando se adaptar e evoluir ao longo da vida. No entanto, para que sua existência tenha sentido, é essencial encontrar um propósito, algo que o motive a seguir em frente. Para Frankl (2018), é por meio de ações concretas que a pessoa pode fortalecer sua capacidade de enfrentar desafios e responder às dificuldades do presente, tornando sua jornada mais significativa. Nessa perspectiva, o autor propõe três tipos de valores essenciais para o sentido, ele afirma:

O primeiro grupo se refere ao que o homem dá ao mundo, sob a forma de suas 'obras', de suas criações. O segundo se relaciona ao que o homem recebe do mundo, em termos de encontros e experiências. Por fim, o terceiro diz respeito à atitude que se toma, à postura que se adota diante da vida, quando se é defrontado com um destino que não se pode mudar. (FRANKL, 2022a, p. 90)

Esses valores apresentados por Frankl são as vias de sentido, eles são um caminho para o ser humano encontrar o sentido por meio de suas obras, experiências/vivências e atitudes perante suas responsabilidades, porém é o que a modernidade líquida obstrui ao impor a lógica do imediatismo e da descartabilidade, causando relações fragilizadas, atitudes voláteis e sem firmeza.

O valor de criação se caracteriza pelas obras realizadas, um exemplo é o próprio trabalho, que para o ser humano pode ser um meio de encontrar o sentido, criando algo fora de si mesmo que o realize. Na modernidade as pessoas não conseguem encontrar

um ‘para quê’, pela lógica do imediatismo que retira essa questão, logo sem permanência, não há sentido em investir profundamente em nada.

O valor de experiência está presente nas relações, por exemplo no amor, para o autor o amor é a única maneira de captar o outro ser humano no íntimo de sua personalidade (FRANKL, 2024), porém com as relações líquidas, passageiras e sem firmeza, esse valor não se realiza. Na sequência dos valores, o autor afirma sobre os valores de atitude frente ao sofrimento que:

A logoterapia ensina que devemos evitar a dor, quando isso for possível. Mas logo que um doloroso destino se apresente como imutável, esse sofrimento não só deve ser afirmado como deve ser transformado em algo significativo, numa conquista. (FRANKL, 2011, p. 93-94)

O valor de atitude está diretamente ligado ao sofrimento, qual a atitude que cada pessoa tem frente às dificuldades, como ele o enfrenta? A volatilidade da modernidade dificulta esse posicionamento, visto que retira a capacidade de se firmar para exercer a responsabilidade de suas decisões e escolhas.

Dessa forma, ao evidenciar que o sentido pode ser realizado por meio dos valores de criação, vivências e atitude, Frankl indica que a ausência ou fragilidade dessas vivências pode contribuir para a angústia da existência humana. Portanto, os valores desempenham um papel fundamental na superação do vazio existencial, oferecendo significado e propósito à vida humana. Apesar disso, observa-se que, na contemporaneidade, muitas pessoas vivenciam um estado de niilismo, sentindo-se vazias e sem direção devido à ausência de valores.

Segundo Frankl (2018), a busca por sentido é constante, renovando-se a cada instante. Porém, apenas aqueles que assumem a responsabilidade por suas próprias escolhas são capazes de encontrar respostas para essa inquietação. Assim, cabe ao próprio indivíduo a tarefa de construir o significado de sua existência e dar sentido à sua vida.

A PRÁTICA LOGOTERAPÊUTICA COMO FERRAMENTA

Neste ponto, destacamos como a logoterapia, prática terapêutica criada por Viktor E. Frankl e conhecida como a 3ª (terceira) Escola Vienense de Psicoterapia, pode contribuir positivamente na modernidade. Também, buscamos esclarecer que tal abordagem demonstra uma dinâmica bastante interessante quando se depara com sujeitos que experimentam a angústia existencial.

Nessa perspectiva, entende-se que a angústia existencial decorrente da falta de sentido experienciada junto às relações fragilizadas - observadas na contemporaneidade em virtude da modernidade líquida - gera, em conjunto, um sofrimento psíquico que se torna um ponto crucial a ser observado e trabalhado no âmbito da psicologia enquanto ciência e profissão. Assim, acreditamos que a prática da logoterapia, enquanto instrumento psicoterapêutico, pode ajudar aqueles que experimentam tal condição. Neste sentido, expressa Viktor Frankl ao tratar da logoterapia:

A logoterapia considera sua tarefa **ajudar o paciente a encontrar sentido em sua vida**. Na medida em que a logoterapia o conscientiza do logos oculto de sua existência, trata-se de um processo analítico. (Frankl, 2024, p. 162, grifo nosso)

Ainda, cumpre esclarecer que a logoterapia, enquanto abordagem e técnica psicoterapêutica, ajudará o paciente a encontrar este logos, que é único, pessoal e intransferível. Não é papel da logoterapia determinar qual é o sentido da vida de cada um, mas sim, auxiliar nessa busca. Desta forma, entendemos que tal “ferramenta” é aplicada para ajudar os pacientes a encontrarem este lugar de autoconhecimento e entendimento sobre a responsabilidade que possuem sobre si mesmos e sobre suas decisões. Esta é uma parte fundamental no processo terapêutico e é essencial para a compreensão do sentido que conduz a vida e o destino do ser humano. Vejamos:

A logoterapia procura criar no paciente uma consciência plena de sua própria responsabilidade; por isso precisa deixar que ele opte pelo que, perante que ou perante quem ele se julga responsável. Eis por que um logoterapeuta é, dentre todos os psicoterapeutas, o que menos se vê tentando impor julgamentos de valor a seus pacientes, porque jamais lhes permitirá transferir ao médico a responsabilidade de julgar. (Frankl, 2024, p. 170)

A responsabilidade própria faz com que haja consciência acerca da realidade e do entendimento relacionado às condições às quais o sujeito está inserido.

Consequentemente, no que se refere ao contexto que envolve a modernidade líquida, devemos observar que a fragilidade das relações anteriormente descritas interferem diretamente naquilo que o sujeito experiencia ao longo de sua jornada.

A logoterapia, nesta esteira, aponta diretamente para o propósito que o sujeito encontra para a sua vida. Suas relações, como mencionado, podem mudar e moldar este sentido, que é individual e definido a partir das experiências e aspirações do ser humano. É de se imaginar, entretanto, que, em outras épocas e contextos, o sujeito poderia também encontrar outros sentidos e significados para sua vida.

Ademais, sabendo que o contexto e a época se ligam diretamente ao que o sujeito experimenta, podemos destacar que a logoterapia se coloca em condições de acolher os fenômenos especificamente humanos. Ou seja, nos instrumentos logoterapêuticos encontram-se técnicas e ferramentas que podem trazer à luz os sentidos capazes de fazerem com que o ser humano encontre forças para “suportar” até mesmo os sofrimentos que se colocam em seu caminho no percurso de sua vida.

Por fim, entendendo que “a logoterapia considera sua tarefa ajudar o paciente a encontrar sentido em sua vida” (FRANKL, 2024, p. 162), entendemos que ela se apresenta como uma ferramenta de grande eficácia para auxiliar o humano a enfrentar as dificuldades encontradas na modernidade líquida, que apresenta sistemas complexos e repletos de relações fragilizadas.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Diante do exposto, podemos concluir que a busca de sentido, conforme defendia Viktor Frankl, apresenta-se como uma resposta relevante à angústia existencial vivenciada na contemporaneidade. Em uma sociedade marcada pelas transformações descritas por Zygmunt Bauman, na qual as relações se mostram cada vez mais frágeis e instáveis, o indivíduo tende a experimentar o vazio existencial e a perda de referências que orientam a sua existência.

Nesse contexto, evidenciamos que o sentido da vida não é algo dado, mas descoberto a partir das relações do sujeito com o mundo, com os outros e consigo mesmo, especialmente por meio da autotranscendência. Assim, mesmo diante de

condições difíceis, o ser humano tem a capacidade de encontrar sentido, de maneira responsável por suas escolhas.

Dessa forma, concluímos que a logoterapia possui um papel essencial para auxiliar o indivíduo na superação da angústia existencial, ao contribuir para o reconhecimento de sua responsabilidade e de sua liberdade na construção de sentido. Por fim, ressalta-se a necessidade de resgatar relações mais significativas e reflexivas, como forma de enfrentamento às fragilidades apresentadas na modernidade líquida.

Espera-se ter evidenciado, ainda que em linhas gerais, o impacto que a Modernidade Líquida exerce sobre a subjetividade contemporânea e a pertinência da logoterapia frankliana como instrumento de reflexão e intervenção diante desse cenário.

REFERÊNCIAS:

AQUINO, T. A. A. de. **Logoterapia e Análise Existencial: uma introdução ao pensamento de Viktor Frankl**. 1. ed. São Paulo: Paulus, 2013.

BATISTA, M. K. *et al.* Slow Movement: Trabalho e Experimentação Do Tempo Na Vida Líquido-Moderna. **Psicologia & Sociedade**. 2013. Disponível em: <<https://www.scielo.br/j/psoc/a/q5nqRFvdPmx5MfrRQhqCqwC/?lang=pt>>. Acesso em: 23 de novembro de 2025.

BAUMAN, Z. **A Sociedade Individualizada: Vidas contadas e histórias vividas**. Tradução de Jorge Gradel. Rio de Janeiro: Jorge Zahar Ed., 2008.

_____. **Sobre a Educação e a Juventude: Conversas com Riccardo Mazzeo**. Tradução de Carlos Alberto Medeiros. Rio de Janeiro: Jorge Zahar Ed., 2014.

FERREIRA, V. da S.; WERNECK, V. R.. Educar para humanizar de Max Scheler e a pós-modernidade de Zygmunt Bauman. **Revista Brasileira de Educação**. 2022. Disponível em <<https://www.scielo.br/j/rbedu/a/8VB75W3sryBFDcSQ3FyYtHf/?lang=pt>>. Acesso em 23 de novembro de 2025.

FONSECA, E. V. De M. *et al.*. As Faces do Vazio Existencial Na Modernidade Líquida: Uma Aproximação Conceitual. **Revista FT**. 2024. Disponível em: <<https://revistaft.com.br/as-faces-do-vazio-existencial-na-modernidade-liquida-uma-aproximacao-conceitual/>>. Acesso em: 23 de novembro de 2025.

FRANKL, Viktor E.; LAPIDE, Pinchas. **A Busca de Deus e Questionamentos sobre o Sentido: um diálogo**. 2. ed. Petrópolis: Vozes, 2014.

FRANKL, Viktor E. **A vontade de sentido: fundamentos e aplicações da logoterapia** / Viktor E. Frankl [tradução Ivo Studart Pereira]. – Ed. ampl., incluindo o posfácio “A desguruficação da logoterapia”. - São Paulo: Paulus, 2011. – Coleção Logoterapia

_____. **A vontade de sentido: fundamentos e aplicações da logoterapia.**
Tradução de Ivo Studart Pereira. São Paulo: Paulus, 2022a.

_____. **Em Busca de Sentido: um psicólogo no campo de concentração.**
Tradução de Walter O. Schlupp e Carlos C. Aveline. 33. ed. Petrópolis: Vozes; São Leopoldo: Sinodal, 2013.

_____. **Em Busca de Sentido: um psicólogo no campo de concentração.**
Tradução de Walter O. Schlupp e Carlos C. Aveline. Petrópolis: Vozes, 2018.

_____. **Em busca de sentido: um psicólogo no campo de concentração.**
Tradução de Walter O. Schlupp e Carlos C. Aveline 63^a ed. Petrópolis: Sinodal, 2024.

_____. **O Sofrimento de uma Vida sem Sentido: Caminhos para encontrar a razão de viver.** Tradução de Karlheinz Richter. São Paulo: É Realizações, 2015.

_____. **Psicoterapia e sentido da vida.** São Paulo: Quadrante, 1991.

_____. **Sobre o sentido da vida.** Editora: Vozes Nobilis, 2022b.

_____. **Teoria e terapia das neuroses: introdução à logoterapia e à análise existencial.** Tradução de Claudia Abeling. São Paulo: É Realizações, 2016.