

CONTRIBUIÇÕES DA LOGOTERAPIA PARA IDOSOS NA PÓS-MODERNIDADE

Ana Paula Mendes da Fonseca¹

Débora Cristine Silva²

Adilson Aviz³

RESUMO

A Pós-Modernidade, trouxe consigo um sujeito que busca pertencimento e ao mesmo tempo “garantias” de uma existência repleta de sentidos. Diante das inúmeras transformações sociais globais e das possibilidades de escolhas do ser humano, aquilo que se almejava em tempos não tão remotos, não possui mais os mesmos valores na atualidade. O presente trabalho propõe a compreensão sobre a contribuição da Logoterapia para idosos na contemporaneidade. A proposta metodológica é de cunho bibliográfico, contextualizando e relacionando com o objetivo proposto. A pesquisa tem como base o pensamento de Viktor Frankl, fundador da Logoterapia, que é a terapia centrada no sentido da vida. Este estudo, evidencia que a Logoterapia contribui com idosos, ampliando a visão e aguçando a consciência para o encontro de sentido na vida, pelo resgate de valores, por meio das relações sociais e da espiritualidade, proporcionando-lhes bem-estar e saúde psíquica nos dias atuais.

Palavras-chave: Idosos; Logoterapia; Pós-Modernidade.

ABSTRACT

The post modernity brought with it a subject that seeks belonging and at the same time “guarantees” of an existence full of meanings. Faced with the countless global social transformations and the possibilities of human choices, what was desired in times not so remote, do not have the same values nowadays. The present work proposes the understanding about the contribution of Logotherapy for the elderly in contemporary times. The methodological proposal is of a bibliographic nature, contextualizing and correlating with the proposed aims. The research is based on the thoughts of Viktor Frankl, founder of Logotherapy, which is therapy centered on the meaning of life. Through this study, it is clear that Logotherapy helps the elderly to find meaning in life, for the rescue of values, through social relations and spirituality, providing them with well-being and psychic health, nowadays.

Keywords: Elderly; Logotherapy; Post Modernity.

¹ Acadêmica do 5º de Psicologia da Universidade Sociedade Educacional de Santa Catarina (Unisociesc).

² Acadêmica do 5º de Psicologia da Universidade Sociedade Educacional de Santa Catarina (Unisociesc).

³ Professor e do Curso de Psicologia da Unisociesc.

INTRODUÇÃO

O sentido da vida é um tema emergente e um dos questionamentos cruciais da existência humana, independente da faixa etária. Frente aos avanços da modernização, pessoas visam atingir propósitos, realizar sonhos, tornarem-se “reconhecidos e aceitos” nas relações, buscando garantias de superação e maior qualidade de vida. Mesmo em época de pandemia em virtude do vírus Covid-19, diante deste cenário de instabilidade mundial, o mundo está envelhecendo. No campo dos estudos acadêmicos o envelhecimento pode ocorrer de várias maneiras e ser encarado sob diferentes perspectivas. A população idosa é, portanto, tema que vêm recebendo destaque em níveis globais.

Devido ao aumento estatístico desta população, a estimativa da Organização Mundial de Saúde – OMS (2019) indica que teremos dois bilhões de idosos no mundo em 2050, sendo estes dados, os mais atuais sobre o tema. Avanços ocorridos na medicina e áreas de tratamentos estéticos, academias, grupos de convivência entre outros, enquanto estratégia, contribuem para postergar os efeitos do envelhecimento, prevenir doenças e garantir maior longevidade aos idosos. Deste modo, pensar sobre o que era ser um idoso em contextos e épocas anteriores, não é mais pensá-lo ou configurá-lo na atualidade.

Pela Lei Federal nº 10.741 de 1 de outubro de 2003, a qual consta também no Estatuto do Idoso, é considerada pessoa idosa aquela cuja a idade é igual ou superior a 60 anos. Desta maneira, os idosos podem vivenciar processos que os afetem nos âmbitos biológico, psicológico, social e espiritual, obtendo como resultado, além das alterações físicas, certas limitações ou perdas, as quais terão que lidar (BRASIL, 2004).

Resgatando de forma resumida algumas questões do percurso histórico dos idosos na idade moderna, destaca-se que no início do século XIX, estes, começaram a perder suas posições de “poder e centro da família”, para um lugar de esquecimento e desvalorização (SANTOS, 2007). O idoso no passado vivia dentro de uma outra realidade, em contato mais com a natureza, com uma alimentação proveniente de seus próprios cultivos, porém, expostos a doenças ou acidentes sem condições efetivas de prevenção e tratamento.

A partir dos fatores históricos, com a Revolução Industrial, o idoso perde seu “lugar” no mundo da produtividade, o que caracteriza uma certa desvalorização por não mais prestar suas contribuições, e diante da percepção da perda de um senso de utilidade. Na contrapartida, com o passar do tempo, os idosos foram adquirindo direitos, buscando garantir maior qualidade de vida, autonomia, e até mesmo reinserção no mercado de trabalho, ocasionando uma conscientização maior, no que diz respeito a sua importância para a família e como parte fundamental da sociedade.

Diferente da condição fragmentada da pós-modernidade, na modernidade, o pensamento predominante se constitui de forma cartesiana e linear e com “intenções” de um “propósito” em comum. Já na pós-modernidade, é caracterizada por uma estrutura sociocultural que compreende o período histórico aproximado dos anos 80 até os dias atuais, consistindo num cenário marcado pelos movimentos da globalização e do sistema regido pelo capitalismo. Esta nova sociedade, então, busca representar o rompimento com antigos modelos de pensamentos que anteriormente eram amplamente difundidos e que em suma, baseavam-se na defesa da razão e da ciência, enquanto plano maior de desenvolvimento da sociedade, que após ter enfrentado a segunda guerra mundial, desenvolve o sentimento de profunda crise e que agora deseja abandonar ideais “fracassados” da era moderna.

Com o surgimento do mundo pós-moderno, de um pensamento coletivo para o individualismo e de um modelo cartesiano para um pensamento fragmentado, a busca pelo rompimento de barreiras territoriais e culturais emergiram, como também, a ênfase no viver o aqui e agora. Neste contexto, os imperativos logo se perceberam, traduzidos na forma de consumo, na busca pela perfeição, padrões exacerbados de beleza e outros. As mudanças, diante de uma realidade diversificada aos idosos, os efeitos da pós-modernidade são também percebidos, mediante instabilidades e incertezas por uma geração que não se permite enrijecer e amoldar-se a padrões pré-estabelecidos na mesma proporção em que se viviam em tempos anteriores. Diante deste diversificado contexto atual, cabe a reflexão sobre como o idoso encontraria os meios para se adaptar ao encarar este grande desafio. Pode-se questionar: Quais seriam, neste cenário, as contribuições da Logoterapia, enquanto terapia centrada no sentido da vida?

O sentido da vida proposto por Viktor Frankl, vai contra os determinismos e ideologias, independente da época em que se vive e entende-se que em quaisquer circunstâncias uma análise da sociedade e do comportamento pura e simples e que seja desprovida da análise de um sujeito em sua totalidade bio-psíquico-espiritual-social, não são suficientes. Trata-se de pensar nas relações como se estabelecem num contexto pós-moderno para a busca de sentido. A Logoterapia, entende que é pelos valores de criação, atitude e vivenciais que o ser humano pode encontrar o sentido da vida.

Diante do exposto, este estudo de cunho bibliográfico, visa compreender como a Logoterapia contribui para o bem estar dos idosos na pós-modernidade, ancorando-se na teoria de Viktor Emil Frankl que é centrada no sentido da vida e que possui uma visão de “homem” enquanto sujeito biopsicossocial e espiritual.

METODOLOGIA

O presente estudo tem como objetivo analisar a produção científica de abrangência qualitativa e visa compreender como a Logoterapia contribui com os idosos na pós-modernidade. Para alcançar os objetivos da pesquisa, um criterioso levantamento bibliográfico foi realizado, utilizando-se de três bases científicas de dados: *Scientific Electronic Library Online* (SCIELO), Google Acadêmico e BVS Psi (Biblioteca Virtual em Saúde). Utilizando os mesmos descritores para todas as plataformas que compreenderam, o uso das seguintes palavras-chave: Idosos; Logoterapia; Pós Modernidade, no período de 2010 a 2020.

Os critérios de inclusão da presente pesquisa foram: artigos disponíveis publicados nos últimos 10 anos, escritos em português. Os critérios de exclusão foram os artigos que não atendem os objetivos deste estudo e pessoas que não fazem parte da população idosa.

Quanto ao procedimento utilizado, foram realizados os seguintes passos: seleção dos artigos, totalizando inicialmente 16 artigos. Em seguida foi organizada uma tabela, considerando os seguintes tópicos: ano, tema, autores e o que pesquisaram. A partir disso, foram selecionados 9 artigos mais relevantes para a pesquisa.

A pesquisa bibliográfica, possibilita a compreensão do tema em estudo, proporcionando às pesquisadoras o contato com materiais relacionados ao tema, estudados por outros pesquisadores. “A pesquisa bibliográfica é desenvolvida a partir de material já elaborado, constituído principalmente de livros e artigos científicos” (GIL, 2008, p. 50-51). Contudo, conforme o autor, as pesquisadoras devem atentar ao fato de que podem existir equívocos de informações nas fontes pesquisadas, comprometendo assim, a qualidade da pesquisa em questão. Desta forma, deve-se assegurar de como os dados coletados dessas fontes foram obtidos, analisando as informações de forma mais cuidadosa.

Após a identificação dos artigos, iniciou-se a etapa de resumos desses conteúdos, confirmando quais desses materiais sustentam a discussão bibliográfica. Posteriormente, todas as informações coletadas foram analisadas, categorizadas e posteriormente discutidas.

Para a organização dos dados coletados, foram realizados também alguns fichamentos que segundo Gil (2002), apresentam comentários em forma de síntese das obras consultadas. O fichamento visa o registro de apontamentos sobre o tema, contendo citações e pensamentos dos autores de forma abreviada, bem como observações pontuais dos pesquisadores durante as investigações.

DISCUSSÃO DE RESULTADOS

De acordo com o tema proposto, verificou-se nos artigos pesquisados, os pontos mais relevantes que foram discutidos. A partir deste construto, surgiram as seguintes categorias em análise: 1 - Relações sociais; 2 - Espiritualidade; 3 - Saúde Psíquica. Desta forma, seguem expostos na tabela 1: os títulos dos artigos, seus respectivos autores e as categorias apresentadas, conforme a numeração citada acima. Além disto, considerou-se a importância destas categorias, em análise para os idosos, como forma de contribuição para uma melhor qualidade de vida na Pós-modernidade.

Tabela 1 – Relação dos artigos selecionados, autores e relação com as categorias

Artigos	Autores	Categorias
1- Sentido de vida e envelhecimento: relação entre os pilares da logoterapia e bemestar psicológico	Eylla kamyllle de santana oliveira / Joilson pereira da silva	1 e 2
2- Reflexões sobre o sentido da vida na terceira idade	Jailma tavares de brito	1
3- Saúde e sentido de vida: as vivências do envelhecer	Joelma ana gutiérrez espíndula / Natália nunes ferreira	1
4- Fontes de sentido de vida para idosas longevas	Álef pereira braz / Renata lira dos santos aléssio	1
5- O logos como norteador de projetos de vida: foco determinante de uma consultoria pessoal	Bianca dos santos damasceno	1
6- As relações líquidas contemporâneas em bauman e frankl: uma discussão sobre modernidade e falta de sentido	Fernanda siqueira reis / Gabriela franco de almeida	1 e 3
7- A logoterapia diante da vontade de sentido na contemporaneidade	Glorivania gonçalves amorim flôr / Edmakson silva de lira	1 e 3
8- Espiritualidade e saúde na logoterapia de victor frankl	Paulo sérgio carrara	2 e 3
9- O sentido da vida e suas implicações na saúde psíquica	Cleuza célia leão rovina / Vitor hugo de oliveira	3

Fonte: Resultados originais da pesquisa.

O Impacto da Pós-Modernidade nas Relações Sociais

No que se refere às expectativas dos idosos e baseando-se na fundamentação teórica da presente pesquisa o que se pode observar é que as pessoas de um modo geral demonstram interesses e anseios girando em torno de algo que as preencha e as tornem felizes e satisfeitas. São estas as pessoas que percorrem o caminho almejando o encontro de sentidos para as suas vidas, como também o resgate de valores, até mesmo sem se atentar para o fato. Desta maneira, é diante de uma sociedade positivista que emerge uma “necessidade” ou “desejo” em realizar-se, tornar-se “alguém” e “fazer acontecer”. Neste viés, conforme Bauman (2001), a sociedade se liquefaz e como efeitos, assistimos a uma sociedade líquida que segundo o autor, provém de um estado social. Esta perspectiva de “liquidez”, se desdobra num cenário de fragilidades e barreiras para uma possibilidade de relacionamentos mais profundos e duradouros, ou até mesmo em se auto afirmar, ou identificar-se. Neste contexto de sociedade, algo que poderia trazer um acalento e uma certa “vivacidade” diz respeito às trocas e compensações como possibilidades de serem realizadas, estimulando as pessoas ao desejo de consumir e a prática de ações irrefletidas, como por exemplo, a busca em adquirir bens materiais e produtos irrelevantes e formas de compensar essa tal “fluidez” das relações. Podemos mensurar que aquilo que era almejado em tempos não tão remotos, já não tem mais o mesmo valor numa sociedade pós-moderna, como por exemplo: a família reunida para uma refeição.

Byung-Chul Han (2015) em sua obra “A sociedade do cansaço” traz a discussão sobre a transição de uma decadente sociedade disciplinar, para um modelo de sociedade aos moldes do desempenho, a qual é identificada pelo modelo de pessoas “obedientes”, “pouco questionadoras”, “discretas” e “ordeiras”. Deste padrão de sociedade que se estabelece por hospitais, asilos, fábricas, quartéis e presídios, para uma proposta de transição mais voltada ao fitness e desta maneira, composta por mais academias, prédios, escritórios, bancos, shopping centers, laboratórios, etc. A questão ao qual o autor visa problematizar, diz respeito aos sujeitos da “obediência” que no século XXI, tornaram-se então, sujeitos aos moldes do desempenho e produção. O “poder ilimitado” diante de um novo formato, expressa desta maneira, o caráter de uma sociedade que não se permite enrijecer mais, porém, ao mesmo tempo, ainda age e se expressa por meio de coerção, através de ideais de uma sociedade da positividade do desempenho, com desdobramentos e efeitos devastadores. Sobre a ideia de “poder” mencionada pelo autor Byung-Chul Han (2015), neste contexto, ocorreria a troca de registro de um inconsciente social, partindo então do dever, regras e valores em comum, para um ideal de sociedade com maior “liberdade de expressão”. O que leva o autor a indagar sobre as reais condições deste poder, é se este, realmente, invalida o “dever”. O autor, neste viés, considera que o poder não cancela o dever, pois reflete as condições e cenários de uma sociedade da

positividade, onde o poder é bem mais eficiente que a negatividade deste.

Byung-Chul Han (2015), nesta compreensão, considera que a sociedade disciplinar então, estaria dominada pelo “não”, representada por um certo peso de negatividade e por gerar sujeitos “loucos e delinquentes”. Na contrapartida, vem provocar o leitor discorrendo sobre a sociedade do desempenho, ao qual produz então, sujeitos “depressivos e fracassados”. Considerando, por exemplo, um idoso aposentado, ou então uma pessoa que necessite do sustento e não consegue provê-lo para si ou para a sua família, tais sentimentos de fracasso, e depressão citados pelo autor, poderiam sim ser a “verdade” que o representa, levando-o a um vazio existencial. Cabe a reflexão de que se já é difícil para uma pessoa a garantia dos seus direitos enquanto cidadão, quanto mais para o idoso que está distanciado do mundo do trabalho, corporativo ou comercial, vivendo às custas de sua aposentadoria e tendo que lidar com o envelhecimento e seus efeitos.

Os novos tempos tem inquietado muitas pessoas, Bubber (2001) afirma que nas relações “Eu-isso”, as pessoas são transformadas em coisas, tornando-se altamente descartáveis. As emoções, os sentimentos e os vínculos criados que outrora na modernidade eram alimentados por uma lógica de “fazer tudo igual”, como por exemplo: comprar as mesmas marcas, visitar os mesmos lugares e estabelecimentos, etc., não mais se aplica no presente; diante das muitas opções, o padrão é ser, pensar e agir diferente. Apesar dos avanços que nossa sociedade experimenta e dos benefícios da alta tecnologia e das facilidades e comodidades, a insegurança de nossos tempos se faz refletir, transformando-se em incertezas para o idoso, por não mais “dominar” seu tempo e espaço.

Bauman (2001), afirma que os indivíduos não possuem mais lugares pré-estabelecidos e estão vivendo numa era de “comparabilidade universal”, em que nela devem lutar bravamente e por conta própria para inserção. Sociedade contornada por uma certa “seletividade” em termos sociais e econômicos. Logo, nos tempos modernos, um grande desafio para idoso, é o sentimento de pertença diante de novos padrões universais voltados ao consumo, aos padrões de beleza e aos novos modelos de relações. É nesse contexto de consumo, que muitos idosos se encontram também, na difícil tarefa de prover os bens materiais, mesmo diante da possibilidade de mergulhar em dívidas e empréstimos os quais tornaram-se facilitados aos aposentados e pensionistas.

Na contemporaneidade, identificamos facilmente mudanças no “*modus operandi*” de viver, seja em termos de crenças ou hábitos, ou até mesmo diante da imagem que se constrói e que se revela como elemento importante na atual sociedade. Espera-se de um ser idoso, um

sujeito da “melhor idade”, ser atuante, com mais vigor, visando como meta ter uma imagem ideal, pré-estabelecida, mesmo diante dos efeitos do envelhecimento e pelo acometimento de algumas doenças que possam surgir.

Na pós-modernidade, uma das coisas que se pode perceber é que devido aos muitos compromissos dos membros da família, o idoso poderá sentir a ausência de pessoas por perto, mergulhando num sentimento de solidão, pela falta de troca de afetos, perdendo-se o tempo de qualidade das relações com seus entes, que outrora era tão essencial para ele.

Ressaltamos tantas as exigências advindas do meio externo, por uma sociedade submersa em relações líquidas já citadas, que tem como efeitos, expectativas, comportamentos e ações profundamente reformulados nesse contexto. Bauman (2001), cita sobre a prevalência de uma relação de conexão e não mais de uma relação social em voga. Para melhor compreender, na relação de conexão, os laços são construídos com mais solidez, onde os entes se tocam, estabelecem contato visual ou se abraçam, Portanto, nesta relação o que prevalece é o domínio da tecnologia, da internet e vínculos por conexão que são sustentados pelas redes sociais. Do mesmo modo, o que pode ser uma facilidade conhecer e conectar-se com alguém, por um motivo qualquer, seria muito “fácil” também, o desconectar.

Bittencourt (2011) comenta sobre a manipulação e influências que induzem o sujeito a acreditar numa “produção de bem-estar” ao consumir. O mesmo autor acrescenta que a pessoa é imersa num determinado vício de consumir compulsivamente, na tentativa de compensar existencialmente as inúmeras tentativas falhas em suas vivências ou por uma expectativa de suposta felicidade em sua vida afetiva, no trabalho e nos relacionamentos. É nesta sociedade pós-moderna, que uma propaganda ou uma estratégia de marketing, podem induzir o sujeito a acreditar que ao adquirir um produto terá uma “satisfação garantida”, bem como, relações niveladas ou equiparadas às suas condições financeiras.

Certamente é de grande valia refletir sobre a contemporaneidade que nos trouxe “nova vida”, no sentido de valorar não somente a sobrevivência, o que de certo modo poderia ser um pensamento de grande avanço para a humanidade, se não houvessem os percalços da desconstrução de valores, demarcando a trajetória humana. A apropriação das facilidades da vida pós-moderna, trouxe novas demandas e necessidades, não somente para os idosos, desprovidos de “encaixes” dentro do “novo mundo, mas para toda a sociedade que padece. Para Hall (2001) este processo pode-se chamar de crise de identidade” ao qual abala os quadros de referência de uma “bagagem estável na concepção de mundo”. Neste viés, pessoas seguiriam agindo sem clareza de objetivos, sem refletir e construindo imagens do “sujeito ideal” ou desconstruindo valores, e assim, distanciando-se cada vez mais da possibilidade de sentido para sua existência, como fruto de uma sociedade imediatista e fortemente imersa na busca por prazeres instantâneos. Para Leitão e Costa (2003), o sujeito na contemporaneidade, necessita

construir e aprender novos valores, costumes e tradições em função dessa nova referência social.

Frankl (2011), o fundador da Logoterapia foi uma prova viva de enfrentamentos, diante das dificuldades que passou na época histórica de perseguição aos judeus. Frente ao cruel movimento nazista, escolhe por conta própria, não se afastar de seus pais e familiares, e desta maneira, ao invés de fugir, torna-se prisioneiro, abdicando de suas funções enquanto médico neurologista. Viktor Frankl vivenciou e sofreu os horrores de quatro campos de concentração, dentre eles o temido Auschwitz, e como tantos outros milhares de prisioneiros, sobreviveu apesar das condições desumanas e precárias. Frankl então, deparando-se com sua existência desnuda, observou na prática, que há nas pessoas um sentido único, irrepetível e singular e que vai para além do material e das necessidades de consumo, ao qual valha a pena viver. Diante de tal afirmação, discorre sobre a capacidade do ser humano em abrir-se para o mundo e ser para além de si mesmo, para concretização de ações que permite enfim “realizar-se.”

Neste viés logoterapêutico, não são os acontecimentos propriamente ditos que tornam uma pessoa “feliz” e sim a atitude pessoal diante de um posicionamento. Um idoso por exemplo, mesmo na mais avançada idade e frente aos acontecimentos inesperados, faz uso de sua “liberdade” de ser como é ou de tornar-se em alguém melhor. Em relação às condições, sejam elas biológicas, psicológicas ou sociais, são melhor compreendidas na teoria Frankliana, como disponibilidade para a liberdade pessoal, mesmo sob a hipótese de não sermos livres de “algo”. Neste contexto, Frankl (2011), defende que mesmo assim, ainda se tem a liberdade última para “algo”, como produto final das suas escolhas. Cada pessoa, seja ela jovem, adulta ou idosa, dispõe de uma "liberdade", que não necessariamente está relacionada com o ato de fazer tudo o que se quer. Essa liberdade para Frankl, consiste no fato de responder dignamente as perguntas que a vida lhe apresenta.

Para a Logoterapia as escolhas que o ser humano estabelece na vida, são muito importantes e sobre elas, Frankl faz questão de frisar a necessidade de fazê-las com liberdade e responsabilidade. Desse modo, podemos levantar a hipótese produzida por Frankl sobre a falta de sentido e trazê-la mais uma vez ao contexto do idoso, que desta ausência de sentido o afetaria diretamente em seu bem-estar psicológico, podendo gerar comportamentos inadequados e um enorme medo do futuro e sensação da falta de sentido. Neste contexto de sociedade na atualidade, o homem carece de um encontro de sentido para a vida que não gire somente em torno das necessidades de prazer ou de poder, e sim da consumação de tarefas com significados para o seu existir.

O Valor da Espiritualidade para Questões Existenciais

Mesmo diante das adversidades, a vida nos convoca e nos pede posicionamentos a todo momento ou tempo, em qualquer fase da vida, assim nos apresenta a teoria de Viktor Frankl, fundador da terceira escola Vienense de Psicoterapia, conhecida como Logoterapia, que conforme já mencionado, tem como fundamento principal o sentido da vida. Tal teoria, defende que não pode ser o sucesso, riquezas ou felicidade, os norteadores do ser humano, mas sim os valores que possui, desafiando a todo momento a pessoa a realizar escolhas. Desta maneira, o “logos” ou sentido é a resposta da pessoa em relação a vida e o movimento de ir em busca de algo com mais convicção, partindo de uma dimensão espiritual, que possibilita ao ser humano uma visão mais ampla da vida, por ser uma instância situada além do psicofísico.

Principalmente os idosos, nesta fase de suas vidas, ancoram-se em suas crenças fundantes e como possibilidade também, se tornam amparados na espiritualidade. Vale ressaltar, que o espiritual, neste contexto, não inclui somente as crenças, ou seja, não consiste em religiosidade, e para que não haja qualquer conflito ou confusão de interpretação, Frankl denomina a dimensão espiritual como noética. Para Frankl, o ser humano é considerado numa totalidade, sendo ele, biopsíquico, social e espiritual, atribuindo a esta dimensão noética um caráter muito especial, considerando-a preponderante sobre as demais, como um núcleo integrador do ser humano, e que, portanto, jamais poderia ser confundida com uma religião ou uma crença individual, pois confere ao sujeito a capacidade de valorar, posicionar-se ou decidir. A dimensão noética reconhece no ser humano um ser livre para criar e estabelecer escolhas de forma responsável e consciente, encontrando desta maneira, um sentido para sua vida, como também conceber a possibilidade de lidar com a morte. A partir dessa dimensão, o indivíduo pode se constituir como um ser que transcende os seus condicionamentos e busca a realização de valores que possam se converter em razões para viver, conforme Frankl (2011). De acordo com Lima Neto (2013), na dimensão noética, também chamada de espiritual, pode-se acessar os valores, liberdade e responsabilidade, possibilitando o encontro com o sentido. Os três tipos de valores, de criação, de atitude e vivenciais, abordados pela Logoterapia, possibilitam ao ser humano, o sentido de vida e suporte nas situações mais difíceis que possam surgir. Para melhor compreendermos, o homem é constituído por três dimensões: a dimensão somática que diz respeito ao físico, a dimensão psíquica que abarca o psicológico e a mente e por último a dimensão espiritual que se concentra diretamente no “*nous*” (espírito), daquilo que é antropológicamente humano (FRANKL, 2011).

Conforme Frankl (2013), o homem ao questionar sua existência, evidencia sua dimensão espiritual na busca por sentido, sendo que esta dimensão, pela sua importância, não deveria ser

desconsiderada. Cabe refletir que a dimensão espiritual ou noética, é considerada pela Logoterapia, como aquela que abarca os valores, a ética, a arte, as crenças, como questões importantes na vida do ser humano que irão refletir na vida do idoso, as quais fazem parte do cotidiano de cada um, como suporte para sua saúde de um modo geral. Desta maneira, Frankl, orienta para a necessidade de um olhar mais atento para a cosmovisão da dimensão espiritual, concebendo um inconsciente que além de instintual é também espiritual. Neste contexto, o homem é mais que condicionamentos e o seu desejo não está para satisfazer pulsões ou gratificar os instintos, pois é por meio desta dimensão espiritual que o homem se revela para busca de sentido.

Ao pensar sobre conflitos do ser humano, para Freud, estes são de ordem libidinal ou provenientes das relações, no campo do inconsciente. Nesse viés, Frankl, não desconsidera o inconsciente citado por Freud, contudo traz o conceito de inconsciente espiritual, o qual não se reduz aos instintos (FRANKL, 1997). A dimensão espiritual ou noética, citada pela Logoterapia, possibilita o indivíduo transcender a si próprio, a fim de realizar uma tarefa, encontrando um sentido de vida. É nesta dimensão que está o inconsciente espiritual, onde existe uma relação do homem com Deus, que pode permanecer inconsciente, e neste sentido, sendo Deus considerado como algo oculto. Neste sentido Frankl (1997 p. 48) afirma que, “sempre houve em nós uma tendência inconsciente em direção a Deus, sempre tivemos uma ligação intencional, embora inconsciente, com Deus”. Cabe ressaltar que a dimensão espiritual abarca além dos valores, a ética, a arte e possibilita também a pessoa tomar grandes decisões, sendo assim de grande importância para que o homem enfrente conflitos que possam surgir.

Freud (*apud* CATALAN, 1994), afirma que uma crença é uma ilusão e que não é possível estabelecer uma relação desta com a realidade. Nesse contexto, Frankl (1997, p. 53) aponta que uma neurose pode ser originada pela religiosidade reprimida, o que dificultaria a transcendência, e afirma que “a neurose obsessiva é que seria a religiosidade psiquicamente doente”. O ser humano doente pode entrar em profundo sofrimento, contudo para Frankl (2011), no sofrimento também existe sentido e que a autotranscendência seria uma ferramenta que pode ser utilizada pelo homem para enfrentar qualquer adversidade.

A autotranscendência é uma das técnicas da Logoterapia, em que o paciente se dirige para algo ou alguém diferente de si mesmo, observando-se de fora de uma situação e por fim, encontrando sentido nela. Na atualidade, nos mais diversos contextos difíceis que o idoso se encontra, para a Logoterapia então, seria possível superá-los e ainda compreender um significado real. Pode-se considerar, por exemplo, idosos que buscam viagens, seja em grupos ou individuais, como uma forma de proporcionar interações sociais, adquirir novas experiências e até mesmo a realização de um sonho, de conhecer um determinado local. Isto demonstra que esta atitude de se direcionar para algo é possível, no contexto atual, contribuindo para o seu

posicionamento no mundo, além de possibilitar sentido. Também Fizzotti e Salustri (2001) afirmam que é possível, o homem ir para além de uma tarefa, encontrar sentido, pela fé e pela transcendência, superando seus conflitos e neuroses. Desta forma, haveria a compreensão do sentido de vida e do sofrimento.

No contexto da espiritualidade, cabe refletir sobre onde a religiosidade se posiciona, considerando que tem importância para o homem. Conforme Simone, Martone e Kerwin (2002) a religiosidade é um recurso importante, especialmente para idosos, auxiliando-os no bem-estar e como enfrentamento para possíveis embates da vida. Um estudo realizado para verificar o significado da religiosidade para a existência humana, evidenciou que idosos que possuem uma religiosidade, eram mais otimistas, além de possuírem melhor autoestima e bem-estar com a vida (KRAUSE, 2003). Também para Aquino *et al.* (2009) o significado da vida pode ser encontrado pela religiosidade, a qual protege o homem contra o vazio e o desespero.

Frankl (1992) considera a religiosidade como algo que possibilita ao sujeito a sensação de amparo. A Logoterapia fala do suprasentido, como o sentido último, o qual Frankl (1989), afirma ser aquele encontrado no final da vida do homem, sendo a religião para ele, uma maneira do homem dirigir-se para este sentido. O suprasentido ultrapassa o intelecto finito do ser humano, levando-o a compreender que a vida tem um sentido incondicional. Frankl (2007) afirma que a religiosidade só é genuína quando a pessoa não é impelida para ela, mas a escolhe. Ele considera a religiosidade verdadeira, quando é existencial, ou seja, quando surge espontaneamente, sendo o que expressa a relação do homem com o que ele chama de “sagrado”. Já a espiritualidade, abarca a dimensão existencial, constituída de responsabilidade, possibilitando o indivíduo à transcendência. Neste contexto, Frankl (2007) entende a vontade humana não só por um sentido concreto, mas também por um sentido último do ser humano, tendo um direcionamento espiritual.

Considerando a pós-modernidade, que leva a humanidade a um cenário de perda de valores, assim como das relações sociais mais sólidas e duráveis, em troca de uma busca incessante por status, beleza e bens materiais, o idoso pode se apropriar de algo que retome o que ao longo dos anos foi se perdendo, e que reencontre seu lugar no mundo por meio da espiritualidade. Lukas (1990) afirma que a religião pode proporcionar a cura psíquica do homem ou a psicoterapia pode capacitá-lo para a busca de um sentido. Cabe aqui uma reflexão que viver em um mundo de ritmo acelerado, pode levar o idoso a experimentar dificuldades de inserção neste contexto, necessitando de algo que contribua para uma longevidade. Neste sentido, a espiritualidade pode ser uma maneira do idoso compreender a si mesmo, a sua existência, respondendo às perguntas da vida com liberdade e responsabilidade. Contudo, a espiritualidade tem sua importância para o homem, desde a Antiguidade, contribuindo para sua evolução, por meio de reflexões e crenças, assim como para o encontro de respostas frente a

questões como a finitude e outros temas que geram incertezas.

Para Frankl (2018), o homem possui liberdade espiritual, a qual possibilita um sentido de vida até o último suspiro. Nessa visão, pode-se compreender que por meio do espiritual é possível encontrar sentido, independente do contexto em que o idoso vive.

O Sentido da Vida como Norteador da Saúde Psíquica

Para a Logoterapia, a falta de sentido e o vazio existencial, podem levar o ser humano a conflitos existenciais que afetem o seu psiquismo. Desta forma, Frankl (1989) afirma que, o homem é um ser em busca de sentido, sendo dominado pela vontade de sentido, a qual atualmente está frustrada. Por este motivo, as pessoas têm se queixado de sentimentos de falta de sentido e de vazio, sendo eles vítimas da neurose de massa na atualidade.

Frankl (2016), afirma que, a falta de sentido pode levar o ser humano a quadros depressivos, diferentes das depressões orgânicas ou conflitos psicológicos. Entende-se que ele se refere a depressão noogênica e que está relacionada a questões existenciais. Kierkegaard (1969) analisando a angústia e desespero do homem, ou seja, as doenças da alma, demonstra preocupação com a saúde mental, afirmando que a fé em Deus poderia curar o homem, assim que ele se tornasse ele próprio.

De acordo com a Organização Mundial de Saúde - OMS (1987), a saúde mental é a capacidade de estabelecer relações interpessoais harmoniosas. Neste sentido, o ser humano por meio das relações sociais, seja com a família ou em outros contextos, pode usufruir de saúde mental. No contexto da saúde humana, Frankl (1992) considera também a religiosidade, como algo saudável ao homem quando afirma que sempre tivemos uma ligação inconsciente com Deus. Pode-se refletir, que se a saúde psíquica do homem pode ser amparada pelas relações sociais, assim como pela espiritualidade, os questionamentos sobre sua existência ainda necessitam de respostas, e o homem teria uma tarefa, ou seja, uma missão de vida, respondendo com liberdade e responsabilidade o que a vida pode lhe apresentar em cada situação. Sendo assim, a Logoterapia pode contribuir, na pós-modernidade, por atender o ser humano em sua totalidade.

Frankl (2018) enfatiza que a Logoterapia procura conduzir o paciente a ter consciência de sua responsabilidade e que ele deve optar pelo que, perante que ou quem, ele seria responsável. Neste viés, de responder à vida com responsabilidade, cabe refletir no que Bauman (1998) afirma que o ser humano, perante tantas mudanças, é confrontado pelo medo e impotência de não conseguir acompanhar o que está à sua volta. Da mesma forma, Souza (2012) relata que a modernidade líquida potencializa conflitos e várias questões na contemporaneidade.

Pode-se refletir também sobre o que Kierkegaard (2002), comenta acerca do ser humano que pode conduzir sua vida de três maneiras: pelo estético, onde obterá prazer; pelo ético nas suas atitudes com a família e o trabalho; e pela religião, mediante a fé. Ele afirma que, desta forma, o homem é resgatado por inteiro, sendo capaz de realizar escolhas, contudo não é completamente livre para estas escolhas, pelas várias possibilidades que podem se apresentar, podendo gerar desespero e conflitos internos.

Já pela visão da Logoterapia, as situações que podem surgir durante a vida do homem, pedem que ele mesmo assuma suas escolhas com responsabilidade, respondendo às questões que a vida o coloca a cada momento, sendo este único. Neste viés, a escolha de algo, implicaria em deixar de lado as demais opções. Segundo Frankl (1989, p. 66) “Cada momento encerra milhares de possibilidades, mas eu só posso escolher uma delas para realizá-la, condenando todas as outras ao não-ser”. Cabe refletir que várias possibilidades podem surgir para que o indivíduo realize suas escolhas, mas como cada momento é considerado único pela Logoterapia, o homem escolherá aquilo que lhe traga sentido para cada situação vivenciada, sendo este o sentido do momento. Frankl (2018) afirma que não há comparação entre os seres humanos e os destinos e que nenhuma situação se repete, sendo que para cada uma delas o homem deve assumir uma atitude.

Compreende-se então, que a Logoterapia pode contribuir para a prevenção e tratamento de conflitos existenciais pela falta de sentido, demonstrada muitas vezes pela neurose de massa na atualidade, e também, pelo relato de Frankl sobre os momentos difíceis no campo de concentração em Auschwitz, em que teve seu manuscrito que iria publicar confiscado e que conseguiu sobreviver pelo ideal de reescrevê-lo. Quando Frankl (2018) afirma, como já citado anteriormente, que o homem precisa buscar algo que valha a pena para sua vida, refere-se a ter uma missão que é única e irrepetível, um sentido para sua vida e para isto, ele considera que a saúde mental se baseia em uma tensão entre o que se é e o que deveria vir a ser. Demonstrando assim, que o homem está em constante busca por sentido e que isso o mantém saudável.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Ao refletir sobre idosos, deve-se considerar, suas conquistas e realizações no decorrer da vida, mas também um sentimento de incapacidade e fragilidade, que possa surgir, imposto pela sociedade na Contemporaneidade, de que o idoso já não é mais capaz de produzir, ficando assim, sem um sentido para a vida. Esse sentimento de incapacidade pode resultar em patologias, diante da ausência de respostas, pela busca incessante de sentido ou por um vazio existencial, que pode ser aumentado diante de tantas mudanças na atualidade.

Viktor Frankl, tem como proposta o sentido da vida como algo de fundamental para o sujeito, sendo que este sentido se refere a uma única pessoa, a qual é munida de valores, e que pode ser encontrado independente da época em que se vive ou quaisquer circunstâncias. Apesar das mudanças que surgem com a idade, tanto físicas, quanto psicológicas, é essencial que se considere novas possibilidades para o idoso, de forma que viva com qualidade. Atualmente, a perspectiva de vida do idoso, vem sendo pautada em um envelhecimento saudável, o que inclui não somente a saúde física, mas também a mental.

O presente estudo, demonstra que a saúde mental pode ser obtida pelo resgate de valores, tendo como ferramentas, para isto, as relações sociais e a espiritualidade. Neste contexto, os valores para a Logoterapia, podem ser recuperados a partir dos pilares desta abordagem, os quais dizem respeito à liberdade da vontade que é de aspecto antropológico; a vontade de sentido como a motivação primária da pessoa e o sentido da vida como constituinte de uma visão de mundo, podendo levar, desta forma, o idoso a compreender a sua existência, vivendo com qualidade em uma Sociedade Contemporânea. Além disso, conforme Frankl (2018), o sentido da vida pode ser descoberto de três diferentes formas, ou seja pelos valores, sendo estes: valores de criação, referentes a criação ou prática um trabalho; os valores de experiência ou vivenciais, pelo experimento de algo ou pelo encontro com alguém; e os valores de atitude, os quais referem-se a atitude do homem perante um sofrimento inevitável.

Este artigo serve como aporte para novos estudos, possibilitando mais reflexões sobre esta temática, por ser algo muito relevante nos dias atuais. Entende-se então, que a Logoterapia, como abordagem centrada no sentido da vida, pode contribuir para que os idosos busquem e encontrem sentidos, uma vez que a vida é repleta de possibilidades. Conforme Frankl (2018 p. 108), “A vida está repleta de oportunidades para dotá-la de sentido”. A Logoterapia deixa evidente que a vida tem sentido sempre e cabe ao homem encontrá-lo, fazendo suas escolhas com liberdade e responsabilidade em cada momento.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

AQUINO, T. A. A. *et al.* Atitude religiosa e sentido da vida: um estudo correlacional. **Psicologia: Ciência e Profissão**, n. 29, p. 228-243, 2009.

BAUMAN, Z. **O Mal-estar na Pós-modernidade**. Rio de Janeiro: Jorge Zahar, 1998.

_____. **Modernidade líquida**. Rio de Janeiro: Jorge Zahar, 2001.

BITTENCOURT, R. N. Os dispositivos existenciais do consumismo. **Revista Espaço Acadêmico**, n. 118, p. 103-113, 2011.

BRASIL. **Estatuto do Idoso**: lei federal nº 10.741, de 01 de outubro de 2003. Brasília, DF: Secretaria Especial dos Direitos Humanos, 2004. Disponível em: <<https://www2.senado.leg.br/bdsf/bitstream/handle/id/70326/672768.pdf?sequence=2>>. Acesso em: 26 fev. 2021.

BUBER, M. **Eu e Tu**. Tradução do alemão, introdução e notas por Newton Aquiles Von Zuben. 10. ed. São Paulo: Centauro, 2001. 170 p.

CATALAN, Jean-François. **Esperienza spirituale e Psicologia**. Milano: San Paolo, 1994.

FIZZOTTI, Eugenio; SALUSTRI, Massimo. **Psicologia della religione. Con antologia dei testi fondamentali**. Roma: Città Nuova, 2001.

FRANKL, V. E. **Psicoterapia e sentido da vida**: fundamentos da Logoterapia e análise existencial. São Paulo: Quadrante, 1989.

_____. **Psicoanálise y existencialismo**: De la psicoterapia a la logoterapia. Tradução de C. Silva & J. Mendoza. México: Fundo de Cultura Econômica, 1992.

_____. **A presença ignorada de Deus**. Petrópolis: Vozes/Sinodal, 1997.

_____. _____. Petrópolis: Vozes/Sinodal, 2007.

_____. **A vontade de sentido**: fundamentos e aplicações da Logoterapia. São Paulo: Paulus, 2011.

_____. **A busca de Deus e questionamentos sobre o sentido**. Petrópolis: Vozes, 2013.

_____. **Em busca de sentido**. Petrópolis: Vozes, 2016.

_____. _____. 43. ed. Petrópolis: Vozes, 2018.

GIL, Antonio Carlos. **Como elaborar projetos de pesquisa**. 4. ed. São Paulo: Atlas, 2002.

_____. **Métodos e técnicas de pesquisa social**. 6. ed. São Paulo: Atlas, 2008.

HALL, Stuart. A identidade cultural na pós-modernidade. Tradução de Tadeu da Silva; Guacira Lopes Louro. 5. ed. Rio de Janeiro: DP&A, 2001. 102 p.

HAN, Byung Chul. **Sociedade do cansaço**. Petrópolis, RJ: Vozes, 2015.

KIERKEGAARD, S. **Tratado do desespero**. Brasília: Coordenada, 1969.

_____. **Ponto de vista explicativo de minha obra como escritor**. Lisboa: Edições 70, 2002.

KRAUSE, N. Religious meaning and subjective well-being in later life. **Journal of Gerontology: Social Sciences**, v. 58B, n. 3, p. S160-S170, 2003.

LEITÃO, Carla Faria; COSTA, Ana Maria Nicolici da. A psicologia no novo contexto mundial. **Estudos de Psicologia**, Natal, v. 8, n. 3, set./dez. 2003. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/epsic/v8n3/19964.pdf>>. Acesso em: 20 mar. 2007.

LIMA NETO, V. B. A espiritualidade em logoterapia e análise existencial: o espírito em uma perspectiva fenomenológica e existencial. **Revista Abordagem Gestalt**, Goiânia, v. 19, n. 2, p. 220-229, 2013.

LUKAS, Elisabeth. **Mentalização e saúde**. Petrópolis: Vozes, 1990.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DE SAÚDE (OMS). Psicologia e Salute. **Psicologia Italiana**, n. 1, p. 6-27, 1987.

_____. **OMS: Até 2050 população mundial com idade superior a 60 anos deverá atingir 2 bilhões**. 2019. Disponível em: <<https://www.folhavoria.com.br/saude/noticia/08/2019/oms-ate-2050-populacao-mundial-com-idade-superior-a-60-anos-devera-atingir-2-bilhoes>>. Acesso em: 15 dez. 2020.

SANTOS, Claudia Rodrigues dos. **O Idoso no Brasil: da Velhice Desamparada a Velhice dos Direitos**. s.l.: UCAM, 2007.

SIMONI, J. M.; MARTONE, M. G.; KERWIN, J. F. Spirituality and psychological adaptation among women with HIV/AIDS: Implications for research. **Journal of Counseling Psychology**, n. 49, p. 139-147, 2002.

SOUZA, W. M. L. **Uma excursão pelo contemporâneo a partir do conceito de modernidade líquida de Zygmunt Bauman**. 2012. Dissertação (Mestrado), Instituto de Linguagens, Universidade Federal de Mato Grosso, Cuiabá-MT.