

DIALOGANDO SOBRE O SENTIDO DA VIDA NO PROCESSO DO ENVELHECIMENTO MEDIANTE A LOGOTERAPIA: UM ENSAIO TEÓRICO

Allan John Tavares Coelho ¹
Bruna Evangelista de Sousa ²
José Andrade Costa Filho ³

RESUMO

O presente artigo trata-se de um ensaio teórico atuando na promoção de um diálogo a respeito do sentido da vida enquanto a velhice gradativamente surge no horizonte maturacional do ser humano ao trazer consigo limitações de caráter biopsicossociais inerentes a esse estágio de vida. Foi utilizado o referencial teórico preconizado pela Logoterapia, esclarecido por meio de seu principal colaborador: Viktor E. Frankl. Uma concepção tanto biológica quanto psicossocial acerca do envelhecimento denotando a intrínseca relação entre essas duas esferas foi levada em consideração para a fundamentação do estudo. O sentido da vida, assim como o envelhecimento, aparece como inerente a vida humana, portanto, ao discutir as nuances dessa relação, com base no referencial teórico sugerido, foi possível levantar questionamentos úteis na discussão do envelhecimento como uma construção social, ao mesmo tempo que destaca o idoso como protagonista de sua própria existência. Ainda que o envelhecimento seja universal, cada pessoa experimenta-o à sua própria maneira.

Palavras-chave: Envelhecimento, Logoterapia, Sentido da Vida.

INTRODUÇÃO

A vida humana é permeada por diversas fases, por vezes abordadas sobre um ponto de vista evolutivo, elucidada através do crescimento do organismo no que diz respeito a sua estrutura física e mental ao longo do seu desenvolvimento. Compreender o sentido de passar por esses estágios de maneira natural parece uma premissa aceitável enquanto a juventude se faz presente, todavia aos primeiros indícios da velhice uma reflexão sobre o sentido da vida começa gradativamente a surgir na vida do sujeito.

Em função de quedas nas taxas de fertilidade aliadas a uma progressão acelerada da tecnologia voltada à saúde, a população idosa tende a crescer e eventualmente se tornar maioria num futuro não tão distante em boa parte dos países do mundo. Entender como as pessoas estão envelhecendo baseado na qualidade dos serviços de saúde públicos oferecidos se torna crucial

¹ Graduando do Curso de Psicologia da Universidade Estadual da Paraíba - UEPB, allanjohncoelho@gmail.com;

² Graduando do Curso de Psicologia da Universidade Estadual da Paraíba - UEPB, bruna010412@gmail.com;

³ Orientador Prof. Dr. Do curso de Psicologia da Universidade Estadual da Paraíba - UEPB, joacofi@uol.com.br.

para que se possa verificar se nesta etapa da vida elas poderão refletir sobre seus papéis na sociedade, se ainda poderão ser produtivas, dadas muitas vezes suas próprias limitações (OMS, 2015).

Com a chegada da velhice o homem pode encarar sua mortalidade, contemplando se sua trajetória até esse estágio foi ou é de alguma importância para si e para outrem, garantindo a sua própria vida um sentido. Abordaremos através de um diálogo com a Logoterapia como o sentido de vida é percebido através da velhice enquanto caracterizado como último de estágio desenvolvimento humano.

Enfatizar de que a velhice não deve ser tratada como fim, e sim como a continuidade de todo um processo, poderá conduzir a uma concepção apropriada do idoso como condutor de sua existência na busca de um sentido, resgatando seu valor enquanto sujeito modificador da sua própria realidade.

METODOLOGIA

Trata-se de um ensaio teórico podendo ser elucidado através de Meneghetti (2011) como uma abordagem reflexiva sobre um fenômeno possibilitando uma maior liberdade na construção dos argumentos ao mesmo tempo que não pretende trazer uma comprovação empírica dos fatos estudados ao tratar das relações de cada espectro gerado pelo prisma tido como fenômeno.

O ensaio permite a geração de um discurso maleável capaz de circular livremente em qualquer modalidade da comunicação humana ao associar a subjetividade do autor com o objeto do estudo. Conceitos são refutados levando em consideração, sobretudo, a contemplação do diálogo produzido através da leitura de outros autores, ao mesmo tempo que produz resultados capazes de alterar a percepção da realidade observada (CORREIO, 2018).

REFERENCIAL TEÓRICO

O processo de envelhecimento resulta do decréscimo progressivo das funcionalidades biológicas, psíquicas e sociais do sujeito, levando em consideração se a perda de tais funcionalidades ocorre de maneira natural sem muitas perturbações funcionais (senescência), ou se existe algum agravante, tais como doenças e afins, capazes de produzir condições que

requeiram algum tipo de assistência ao sujeito (senilidade). Contudo, é necessário se atentar a essas condições naturais, pois nem todas as alterações observadas podem ser desse caráter (BRASIL, 2006).

De acordo com Paixão *et al.* (1998) o envelhecimento pode ser entendido como um declínio a nível celular do funcionamento orgânico dos sistemas do corpo, sem observar a existência de um padrão linear de qual sistema inicia sua deterioração na medida em que se envelhece. Os aspectos psicológicos e sociais são levados em consideração durante esse processo ao servirem como um reflexo das nuances do meio em que o idoso está inserido.

Ao tratar sobre o desenvolvimento humano, no que diz respeito a um panorama psicossocial, podemos citar as contribuições dos estudos do psicanalista E. H. Erikson (1902-1994) na organização dos estágios de vida humano, ao sugerir “as oito idades do homem”. Tais estágios estão diretamente ligados à construção da identidade do sujeito, que ao longo de sua maturação, tanto biológica quanto psicológica, precisa resolver uma crise específica voltada ao estágio em que se encontra, para conseguir prosseguir na sua jornada evolutiva. A existência de uma faixa etária pode ser atribuída a cada estágio, levando em consideração fatores socioeconômicos e culturais presentes no meio do sujeito (FIEDLER, 2016).

O oitavo e último estágio, aquele que nos interessa para o momento, da teoria de Erikson diz respeito ao conflito integridade versus desespero. Nesse estágio o idoso aparece como protagonista buscando refletir sobre seu tempo vida, sobre suas ações até então. O sujeito experimenta um sentimento de integridade ao ter uma sensação de dever cumprido, balanceando suas conquistas e derrotas, ao passo de compartilhar sua experiência e sabedoria com outrem. Poderá aproveitar o tempo que lhe resta frente a morte ao valorizar os aspectos até então vividos buscando estruturar o restante do seu tempo de vida com atividades que contribuam para a manutenção desse sentido, ou ainda, poderá cair em desespero ao se deparar com o fim iminente (FIEDLER, 2016).

Indo ao encontro dos questionamentos existenciais presentes na vida humana a Logoterapia, preconizada por V. E. Frankl (1905-1997), coloca em questão a vontade de sentido como força motriz pela busca de sentido na vida, caracterizando-a como uma busca incessante de sentido independente da fase da vida em que o sujeito se encontra (PEREIRA, 2007). O homem é compreendido na Logoterapia como autor da sua própria mudança mesmo estando imerso à condicionantes ambientais e culturais e ainda a fatores que estão além da sua vontade, como o fato de se envolver num acidente por exemplo (MOREIRA & HOLANDA, 2010).

A Logoterapia contempla o ser humano holisticamente ao constitui-lo mediante as dimensões: física, psíquica e espiritual. Na concepção de Frankl quando adoecemos, do ponto de vista patológico, podemos vivenciar tal ação apenas no plano físico e/ou psíquico. Nosso corpo e mente sentem os efeitos da aflição gerada, porém nosso espírito aparece intangível à essas situações, sendo a influência deste capaz de alterar a percepção do sofrimento vivido nas demais dimensões, trazendo uma nova concepção do sujeito sobre si mediante a situação problemática que se encontra (SANTOS, 2016).

Frankl caracteriza a “tríade trágica” ao evidenciar três realidades próprias da vida humana ao qual não podemos fugir durante o curso das nossas vidas, são elas: a dor, a culpa e a morte. Todos os humanos enfrentarão estas realidades na medida em que se desenvolvem, e a depender de como reagem as circunstâncias que lhe são impostas, mesmo as vezes não possuindo escolha frente a situação, poderão encontrar um propósito de vivencia-las, de terem que passar por aquela situação, eventualmente sendo capazes de transcende-las. (LIMA *et al*, 2020).

Segundo Frankl (1991) não existe um tipo de formula específica capaz de garantir plenamente o sentido para um dado momento, levando em consideração seu fator mutável capaz de se modificar para adequar-se a uma determinada situação. A experiência do sentido aparece mediante o desafio que surge no horizonte do sujeito e esta só pode ser vivenciada unicamente por este ao dirigir algo de si para o mundo, pois somente dessa maneira é que ele pode aproveitar e compreender sua experiência.

Quando o ser humano fracassa na busca do seu sentido e a sua dimensão espiritual se encontra suprimida Frankl (1991) denota a falta do senso de identidade única na vida denominada de vazio existencial. O vazio existencial é um sentimento profundo de que a vida não possui um sentido ou um significado. Causado por uma frustração existencial, esse vazio pode levar à um quadro psicopatológico, embora ele mesmo não o seja. Como consequência o sujeito acaba perdendo aquilo que lhe faz diferente dos outros, o seu sentido, sendo mais propenso a se apegar aquilo que lhe é imposto ou ordenado por outrem, se afastando cada vez mais da responsabilidade sobre seus atos, por conseguinte do seu sentido.

Por toda sua trajetória o homem buscará meios de vivenciar o sentido da vida e poderá alcançar esse “objetivo” através dos valores de: criação, vivência e atitude. O primeiro se relaciona com a prática de um ato, no que diz respeito ao trabalho, naquilo que o homem pode transformar no mundo utilizando sua criatividade através da atividade laboriosa, seja no

ambiente ou nas pessoas com que entra em contato. O segundo diz respeito as experiências recebidas do mundo, seja da natureza ou das pessoas, ao “amar” aquilo advindo de outrem. Por último o homem pode ainda se posicionar ativamente, de modo a vivenciar os valores de atitude, quando se depara com o sofrimento inevitável (SANTOS, 2016).

RESULTADOS E DISCUSSÃO

A carga da velhice traz consigo várias questões subjacentes, sobretudo os sentidos da vida e da morte. A morte é uma condição necessária do ser humano dado seu fator delimitador a tratar sobre a finitude da vida, tendo como consequência a possibilidade de a existência ganhar seu próprio sentido. Então, fica claro porque, para Frankl, a morte não pode corroer o sentido que caracteriza a vida. Muito pelo contrário, se todos fossem imortais, todas as ações poderiam ser adiadas infinitamente e não haveria importância em realiza-las agora ou em um tempo *a posteriori* sempre possível (MOREIRA & HOLANDA, 2010).

Quando envelhecemos, partindo da infância, não assistimos nossa própria deterioração sem antes gozar dos benefícios que ganhamos ao crescer enquanto organismo vivo. Nos adaptamos ao ambiente baseado nas condições que são oferecidas, tirando proveito daquilo que esteja ao nosso alcance. Ao envelhecer estamos sujeitos a apresentar dificuldades funcionais dificultando o modo como vivemos em geral, contudo, ao mesmo tempo, o crescimento do sentimento de finitude é ressaltado na medida em que se envelhece de acordo com Espíndula e Ferreira (2010).

Apesar de compreender a finitude o idoso ainda precisa se apegar a um sentido de vida, porém, como conduzi-lo se as condições não são propícias? Oliveira e Silva (2013) enunciam uma possível relação entre o bem-estar psicológico e o sentido de vida, enfatizando que o sujeito pode alcançar esse sentido quando socialmente amparado. Nada impede que o idoso compreenda seu sentido por conta própria, apesar de alguns pesares nessa empreitada, porém quando esse se encontra amparado, as condições antes hostis lhe aparecem como “agradáveis”.

Dardengo e Mafra (2018) indicam a impossibilidade de delimitar o conceito de velhice dado sua mutabilidade em função de suas variações históricas, caracterizando-o como um construto social, sem excluir o seu caráter universal, onde todos os seres irão ter que “enfrentá-la”, e ao mesmo tempo individual baseado no meio e na constituição de cada indivíduo.

Se a velhice pode ser entendida como um construto social, o idoso seria um derivado dessa composição? Não necessariamente, pois se levarmos em conta esse pretexto, acabaremos por agregar a figura social criada ao sujeito, levando a crer que o sentido de vida é declarado pela sociedade, o que não pode ocorrer dado o caráter legítimo deste. O que é provável de se retirar dessa relação é que o idoso poderá cair num vazio existencial se deixar absorver-se pelo que a sociedade dita. Ele deve ser lembrar que é único e que é livre para buscar seu sentido, seja através do trabalho, do amor que recebe, ou quando se adequa de modo assertivo a algum aspecto da “tríade trágica”.

Mesmo reconhecendo a existência de estudos promissores sobre “fontes” de sentido da vida, como os de Carneiro (2008); Sommerhalder (2010); Noronha *et al.* (2018); e a continua promoção de material científico referente a essa temática, devemos nos atentar a não cometer o erro de reduzir ou ainda categorizar o sentido da vida como um produto social capaz de trazer mais facilmente a felicidade, ou ainda, que atenuem o sofrimento.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Ao promover uma discussão sobre o sentido de vida na velhice podemos conceber esse estágio da vida não somente como a culminação de todo um processo maturacional, mas relembrar da importância de uma figura humana por traz de toda essa constituição biopsicossocial. Em virtude de sua experiência de vida o idoso é detentor de um saber próprio oriundo de um longo período de aprendizado: o próprio existir.

Elucidando o sentido da vida através do diálogo com a Logoterapia podemos fomentar uma discussão favorável à uma construção social da velhice onde o idoso possa ser capaz de continuar atuando como protagonista de sua existência, mesmo com as limitações subjacentes a esse estágio.

Talvez o maior desafio para a ciência, no que diz respeito ao envelhecimento, não seja garantir uma concepção positiva sobre o processo de envelhecimento para a sociedade, ou ainda, a tarefa de trazer uma certa conformidade sobre o assunto; o que realmente importa é a abordagem com a figura do idoso, sem conseguir menospreza-lo, levando a criação de um ambiente hostil onde este é privado da liberdade de fazer suas próprias escolhas.

Reconhecemos a necessidade de outras pesquisas que possam abarcar o envelhecimento como um estágio produtivo e necessário da vida humana, para que nesse sentido a temática não se estagne com o passar do tempo, levando a uma noção retrograda do assunto.

REFERÊNCIAS

BRASIL. Ministério da Saúde; Secretaria de Atenção à Saúde; Departamento de Atenção Básica. **Envelhecimento e saúde da pessoa idosa**. Cadernos de Atenção Básica, n. 19. Brasília (DF), 2006.

CARNEIRO, C.; & ABRITTA, S. Formas de existir: a busca de sentido para a vida. **Revista da Abordagem Gestáltica**, Goiânia, v. 14, n. 2, p. 190-194, 2008.

CORREIO, N. L. O. F. Ensaio: da história às características do gênero na esfera literária. **Signum: Estudos da linguagem**, Londrina, v. 21, n. 3, p. 288-307, 2018.

DARDENGO, C. F. R.; & MAFRA, S. C. T. Os conceitos de velhice ao longo do tempo: contradição ou adaptação?. **Revista de Ciências Humanas**, v. 18, n. 2, p. 1-23, 2018.

ESPÍNDULA, J. A. G., & FERREIRA, N. N. Saúde e sentido de vida: as vivências do envelhecer. **Revista Logos & Existência**, v. 1, n. 6, p. 37-52, 2010.

FIEDLER, A. J. C. B. P. O desenvolvimento psicossocial na perspectiva de Erik H. Erikson: “as oito idades do homem”. **Revista Educação**, Guarulhos, v. 11, n. 1, p.78-85, 2016.

FRANKL, V. E. Em busca de sentido: um psicólogo no campo de concentração. Petrópolis: Vozes, 1991.

LIMA, L. A., et al. Considerações sobre a Logoterapia e Análise Existencial como leituras do funcionamento do psíquico: uma revisão de literatura. **Brazilian Journey of Development**, Curitiba, v. 6, n. 3, p. 14162-14174, 2020.

MENEGHETTI, F. K. O que é um Ensaio-Teórico?. **Revista de Administração Contemporânea**, Curitiba, v. 15, n. 2, p. 320-332, 2011.

MOREIRA, N., & HOLANDA, A. A logoterapia e o sentido do sofrimento: convergências na dimensão espiritual e religiosa. **Psico-USF**, Curitiba, v. 15, n. 3, p. 345-356, 2010.

NORONHA, A. P. P., et al. Variáveis associadas ao sentido da vida. **Revista da Abordagem Gestáltica**, Goiânia, v. 24, n. 1, p. 35-43, 2018.

OLIVEIRA, E. K. S., & SILVA, J. P. Sentido de vida e envelhecimento: relação entre os pilares da logoterapia e bem-estar psicológico. **Revista Logos & Existência**, Sergipe, v. 2, n. 2, p.135-146, 2013.

Organização Mundial da Saúde [OMS]. **O Relatório Mundial sobre Envelhecimento e Saúde**. Genebra, 2015. Disponível em: <https://sbgg.org.br/wp-content/uploads/2015/10/OMS-ENVELHECIMENTO-2015-port.pdf>

PAIXÃO, C. G., et al. Ontogenia: do nascimento à velhice. **Revista de Psicofisiologia**, Minas Gerais, v. 2, n. 1, 1998.

PEREIRA, I. S. A vontade de sentido na obra de Viktor Frankl. **Psicologia USP**, São Paulo, v. 18, n. 1, p. 125-136, 2007.

SANTOS, D. M. B. Logoterapia: compreendendo a teoria através de mapa de conceitos. **Arquivos Brasileiros de Psicologia**, Rio de Janeiro, v. 68, n. 2, p. 128-142, 2016.

SOMMERHALDER, C. Sentido de vida na fase adulta e velhice. **Psicologia: Reflexão e Crítica**, Porto Alegre, v. 23, n. 2, p. 270-277, 2010.