

SENTIDO DA VIDA NA ADOLESCÊNCIA: UM ESTUDO NARRATIVO SOB A ÓTICA DA LOGOTERAPIA

Karoline Soares de Almeida Mocelin¹
Diego da Silva²

RESUMO: O presente artigo tem como objetivo contribuir para a compreensão da complexa e irreverente fase da adolescência, levando em consideração os fatores biopsicossociais espirituais, os quais irão direcionar os caminhos que seguirão, porém, sem determinar seu futuro, pois seguindo a vertente da logoterapia, o ser humano é capaz de decidir o que fazer diante dos cenários que a vida lhe impõe. Ou seja, o sujeito pode não estar livre de passar por situações desafiadoras, mas é livre para decidir como agir perante as mesmas. Sempre irão haver possibilidades a serem exploradas e para que se possa aprender a tomar decisões efetivas, o ser humano precisa compreender como mensurar consequências de suas escolhas e não há melhor momento na vida, que a fase em que se é adolescente, embora seja considerada uma fase crítica é também um momento propício para novas experiências e oportunidades, as quais sendo vivenciadas com responsabilidade, tenderá a construção de um futuro consciente e prolífico, otimizando sua estrutura emocional. Por tanto, foi utilizado o método de revisão narrativa de literatura, nas bases de dados da *Pepsico*, *SciELO* dos últimos 10 anos e literaturas especializadas e clássicas.

Palavras-chave: Logoterapia. Adolescência. Busca de sentido. Biopsicossocial. Responsabilidade.

1654

INTRODUÇÃO

A adolescência é compreendida através de um contexto biopsicossocial, segundo a Organização Mundial de Saúde - OMS (1965), a segunda década da vida, ou seja, dos 10 aos 20 anos. Assim, como para o Ministério da Saúde do Brasil (Brasil, 2007a) e o Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística - IBGE (Brasil, 2007b). Embora, para o Estatuto da Criança e do Adolescente - ECA, o período vá dos 12 aos 18 anos (Brasil, 2007c). Analisando de maneira geral, a adolescência inicia-se com as mudanças corporais da puberdade e termina com a inserção social, profissional e econômica na sociedade adulta (Formigli, Costa & Porto, 2000).

De acordo com a Organização das Nações Unidas (ONU), crianças e adolescentes representam respectivamente cerca de 30% e 14,2% da população mundial. Destes, são encontradas elevadas taxas de prevalência de transtornos mentais. Em revisão de literatura internacional, a média global da taxa de prevalência de transtornos mentais nessa população foi

¹Discente do curso de Psicologia da UniEnsino.

²Psicólogo, mestre em Medicina Interna e Ciências da Saúde pela UFPR. Docente do curso de Psicologia da UniEnsino.

de 15,8%. A tendência é de que a taxa de prevalência aumente proporcionalmente com a idade, sendo que a prevalência média entre os pré-escolares foi de 10,2% e entre os adolescentes, de 16,5%. Pesquisas registraram taxas de prevalência de 7 a 12,7%, na sociedade brasileira.

Estimativas contemporâneas mostram que uma entre quatro a cinco crianças e adolescentes no mundo apresentam algum transtorno mental.

Segundo a OMS, há duas grandes categorias específicas de transtornos mentais na infância e adolescência: transtornos do desenvolvimento psicológico e transtornos emocionais e de comportamento. Na primeira ou na segunda infância afloram os sintomas dos transtornos do desenvolvimento psicológico, com comprometimento ou atraso do desenvolvimento de funções ligadas ao amadurecimento biológico do sistema nervoso central e a evolução contínua, ou seja, sem recaídas ou remissões. Já os transtornos emocionais e de comportamento, incluem os transtornos hiperativos como distúrbios da atividade e da atenção e distúrbios de conduta.

A adolescência muitas vezes é considerada, pelo senso comum, uma fase difícil, pois na maioria das vezes é um momento confuso, levando em consideração os aspectos biopsicossociais, que irão demandar novos cenários, novos e intensos sentimentos, os quais o sujeito precisará aprender a regular suas emoções, se para os adultos não é uma tarefa fácil, quem dirá para os jovens que estão na puberdade. Esses fatores biológicos, irão potencializar suas emoções, as quais poderão afetar as relações em diferentes ambientes, onde o mínimo estímulo pode se tornar um gatilho para atitudes de estresse. Fabry (1984) cita a importância da dimensão espiritual, pois diz ser um fator indispensável na construção da estrutura da personalidade. Também contribui com algumas qualidades da dimensão “noética” na espiritualidade humana, tais como a criatividade, a fé, imaginação, busca pelo sentido da vida, a possibilidade da autotranscendência. Apesar de caminharem juntas, espiritualidade e religiosidade, são polos distintos e na presente pesquisa, será abordado o tema espiritualidade no sentido de alma humana. Segundo Belo (2008), analisando a nível global, percebe-se que não há registros de nenhum ser humano, em qualquer cultura ou região mundial que seja desprovido de espiritualidade. Acrescenta que: “O caráter universal da espiritualidade não nega o seu caráter singular. A espiritualidade manifesta-se das mais diferentes e criativas formas, segundo a autenticidade de cada ser humano” (BELO, 2008, p. 30).

Levando em consideração os aspectos presentes na adolescência, o senso de responsabilidade se torna distante e por isso a importância de trazer à consciência que cada decisão que se toma irá gerar determinadas consequências e se será possível lidar com esses

resultados de maneira confortável ou se gerará desconforto a ponto de trazer uma instabilidade no psiquê. Para Frankl, a relação entre destino e liberdade é definida pela atitude pessoal diante do imutável, colocando o homem na posição de decisão, ao invés de meramente vítima do destino. (Lukas, 1989, p. 39)

Segundo a logoterapia, é possível encontrar sentido em todas as ocasiões que passamos, inclusive em situações de sofrimento, embora nem sempre seja evidente de primeiro momento, após haver reflexão da situação, pode-se enxergar este sentido genuinamente e com essa experiência irá extrair os exemplos de possíveis sentidos. A abordagem de Viktor Frankl, busca tornar o paciente completamente consciente de sua própria responsabilidade; por isso precisa deixar que ele opte pelo que, para que ou perante quem ele se julga responsável. (Frankl, 1977, pp. 173-174).

Donde se depreende que algum fato realmente doloroso em sua vida bem pode ter tido, a partir de uma visão mais tardia, um sentido que naquela ocasião não lhes era patente” (Lukas, 1989, p. 198).

Motivá-lo a mudar e crescer, desafiando a sua dimensão espiritual na sua capacidade mais profunda de autotranscendência. Crescimento este que só pode se realizar se o paciente aceitar sua culpa, aceitar as adversidades e as consequências de seus atos errôneos. (Rodrigues, 1991, p. 167).

Deste modo, a presente pesquisa, visa contribuir para a compreensão dessa fase, levando em consideração de que é inevitável que o ser humano passe por ela, sendo assim busca-se conceituar as problemáticas vividas nesse momento e a importância do apoio de familiares e da sociedade em geral. O presente trabalho, pode auxiliar os profissionais da psicologia e logoterapia a obter um manejo ético e mais adequado perante este público. Assim como os pais, professores, a sociedade como um todo, desmistificando preconceitos com os adolescentes para que os mesmos se sintam acolhidos, aceitos e compreendidos. Mas sempre necessário levar em consideração a subjetividade de cada sujeito para se ter uma conduta assertiva.

METODOLOGIA

O método utilizado para elaboração deste artigo, constitui-se na revisão narrativa da literatura de autores da psicologia geral e logoterapia, de cunho qualitativo e descritivo, assim como pesquisa de dados sociais, os quais apontam estatisticamente a relevância dos adolescentes na sociedade. Base de dados científicos como *Scielo*, *Pepsic*, *Google acadêmico*, *Pubmed*, *Biblioteca CAPES*, livros, literatura especializada na área, sites oficiais e também literatura clássica. Como descritores de buscas para essa pesquisa, foram utilizadas as seguintes palavras-

chave: logoterapia; adolescência; infância; família; busca de sentido; psicoterapia. Os idiomas utilizados na pesquisa foram o português, inglês e espanhol. A lacuna temporal que serviu como base de pesquisa, foram os últimos dez anos sobre o tema em destaque. Como critérios de seleção para os materiais publicados, foram utilizados materiais com aspectos teóricos conceituais sobre o presente tema, pesquisas de campo, estudos de caso, revisões sistemáticas, e técnicas sobre essa temática, utilizou-se materiais com qualidade técnica e científica para a construção deste trabalho.

FATORES BIOPSIKOSSOCIAIS ESPIRITUAIS NA ADOLESCÊNCIA

Saúde mental é compreendida por diversas relações, incluindo fatores biológicos, psicológicos e sociais (Alves & Rodrigues, 2010). Segundo a Organização Mundial da Saúde (OMS) (WHO, 2001) saúde mental caracteriza-se por diferentes aspectos do dia a dia que influenciam o bem-estar do sujeito. E também, para a OMS, fatores como gênero, classe socioeconômica e diferenças socioculturais devem ser levadas em consideração, em uma avaliação de saúde mental. Sendo assim, as variáveis em que o indivíduo está e foi exposto desde sua infância e adolescência, podem influenciar no processo saúde-doença (Arcaya, Arcaya, & Subramanian, 2015). A adolescência é uma das fases em que o ser humano está em desenvolvimento fisiológico, assim como, psicológico. Esta etapa da vida, possui características transicionais de desenvolvimento cerebral, no qual é extremamente sensível a estímulos do ambiente, sendo eles positivos ou negativos (Johnson, Rii, & Noble, 2016). Além disso, nessa faixa etária, o cérebro está em constante evolução e concluirá sua formação fisiológica aos vinte e cinco anos de idade, sendo assim, nota-se a necessidade de praticar a empatia ao se lidar com os adolescentes, pois este período é considerado essencial para a constituição da identidade do indivíduo, pois possui diversas possibilidades e desafios para o seu desenvolvimento (Oliveira-Monteiro, Nascimento, Montesano, & Aznar-Farias, 2013). Nesta etapa, também ocorrem transformações nos aspectos, cognitivos, emocionais, sociais (Souza, 2014) e biopsicossociais do sujeito (Macedo & Conceição, 2015). E é em decorrência deste contexto em que o adolescente está inserido que o processo de desenvolvimento esta suscetível a conter problemas relacionados a saúde mental (Moreira, Rosário, & Santos, 2011).

Para Ozella (2002), as mudanças na puberdade nada mais são do que marcas que o senso comum destaca e valoriza culturalmente. Essas características costumam ficar latentes, em interações com o meio que o indivíduo socializa, assim como as transformações físico e biológicas, acontecem através significados atribuídos por adultos e pela sociedade em geral.

Para Frankl (2024-61ed.), o ser humano é um ser espiritual que existe como único e tridimensionalmente, pois se resume em corpo-alma-espírito. Para o autor, a dimensão espiritual (noológica) é composta pelo racional, moral, intelectual, emocional e as subjetividades humanas existenciais de liberdade responsabilidade e de decisão, perante as propostas que a vida apresenta e da busca incessante e natural do sentido da existência, e que na maioria das vezes pode ser expressa na devoção religiosa, pois nos dá a sensação de pertencimento a algo maior. Todo sujeito precisa ter uma missão a realizar que seja somente dele, o qual lhe capacita a encontrar sentido até no sofrimento. Para pessoa que segue algum dogma religioso, desde que seja saudável, tende a ser menos pesado lidar com o sofrimento e poder resignificá-lo, pois dá a sensação de ter com quem dividir o fardo, as aflições são enfrentadas com ânimo e paz incondicionais. E no período da adolescência se faz indispensável trabalhar este lado espiritual, não somente relacionado à religião, mas sim ao espiritual da alma, pois conforme Belo (2008), analisando a nível mundial, não há registros de nenhum ser humano, em qualquer cultura ou região mundial que seja desprovido de espiritualidade.

ADOLESCÊNCIA E TECNOLOGIA

Para compreender os impactos da tecnologia nos dias atuais, se faz necessário contextualizar brevemente a história deste avanço, que se dá da descoberta do fogo ao uso da pedra lascada, da pedra polida à invenção da roda, da máquina a vapor ao *smartphone*, todas essas são, tecnologias criadas que impulsionaram a construção do patrimônio cultural e do próprio psiquismo humano. As máquinas começaram a surgir com força, da Primeira Revolução Industrial (1760-1840). Portanto, a compreensão da natureza do *smartphone* e os motivos de ser considerado um aparelho norteador de mudanças tecnológicas, sociais e psíquicas requer um olhar histórico, sobretudo, no que diz respeito a uma de suas bases mais sólidas, a Primeira Revolução Industrial. Com isso, a constituição do sujeito contemporâneo, em meio a transformações tão profundas, é impactada. Para Marx (1996), as máquinas foram cruciais para que a grande indústria encontrasse uma base técnica sólida sobre a qual pudesse se estabelecer e obtivesse avanço tecnológico significativo, produzindo mais e com menos custos, mas dispensando uma massa enorme de trabalhadores para isso.

O desenvolvimento industrial e relativamente o equilíbrio social do capital (1945-1973), impulsionaram uma grande transformação na sociedade, se materializando em um impactante avanço tecnológico, onde fala-se ter havido uma nova “revolução industrial”, a microeletrônica, a revolução da informática ou revolução da automação. (Saviani, 2005)

Com suas bases no período pós-guerra, a Terceira Revolução Industrial só eclodiu de fato na década de 1970, diminuindo o tamanho das máquinas e aumentando, surpreendentemente, a sua capacidade funcional, o que conduziu a rápidas e volumosas mudanças na vida social. (Saviani, 2005. P21)

Segundo o autor, a Terceira Revolução Industrial, diferentemente das anteriores, se situa nos campos da microeletrônica e da nanotecnologia, fazendo com que operações mentais altamente complexas sejam realizadas por aparelhos *high-tech*, com inteligência artificial, tornando o homem cada vez mais dependente das máquinas. Já para Rifkin (2014), tal revolução também carrega pontos em comum com as demais, pois todas elas promoveram a associação entre novas formas de produção de energia e meios inéditos de comunicação, levando à junção entre energia, internet e rede na terceira.

A difusão cada vez maior de tecnologias informatizadas na sociedade, tem levado ao aparecimento de mudanças significativas nos costumes, hábitos, relações sociais e pessoais, comportamentos e emoções, como consequência dessa interatividade. No viés do capitalismo, tem se tornado, fonte de alienação, empobrecimento de vínculos sociais e diminuição das formas clássicas de aquisição do saber, mas por outro ângulo, objeto de realização de inúmeras atividades, de acesso à informação e à comunicação e de desenvolvimento intelectual. (Maziero e Oliveira, 2016)

É visível o quanto a população infanto-juvenil está vulnerável ao uso demasiado de telas e tecnologias em geral. Schwartz (2007) alerta que o excesso de estímulos externos pode ser prejudicial ao desenvolvimento, levando em consideração que temos um limite de capacidade de absorção, causando então, fadiga/estresse intelectual, podendo assim, sobrecarregar os sentidos e promover uma saturação psicológica. Esse fenômeno foi nomeado de “paradoxo da escolha”, por Schwartz (2007), pois ao acessar o mundo virtual, o público possui um “cardápio” de opções ilimitada. Ainda segundo esse autor, esse paradoxo tem induzido muitas pessoas a uma insatisfação constante e permanente. Com isso a busca pelo corpo e vida ideal de redes sociais, por exemplo se torna algo inatingível e frustrante para os jovens. Conforme ressalta Netto e Souza (2015), os índices são alarmantes e preocupantes, de crianças e adolescentes que estão em sofrimento psicológico, em decorrência de consumo desenfreado de internet em geral, causando depressão, automutilações e até mesmo levando ao extremo que é o suicídio. Pois é um campo onde há muitas comparações com vidas “perfeitas”, as quais inclusive, na maioria das vezes, nem existem.

Além de toda essa problemática, o excesso de exposição a telas, tecnologias interferem negativamente a cognição psíquica do campo da atenção. (Luria, 1979). Estudos apontam que o

consumo sem limites dos conteúdos digitais, podem contribuir para diagnósticos de transtornos de atenção e hiperatividade (TDAH), o qual tem se tornado comum entre crianças e jovens da geração deste milênio. Assim como a dependência da internet (DI). (Yılmaz S, Hergüner S, Bilgiç A, Işık Ü, 2015). Também com essa ampla gama de possibilidades que o mundo virtual oferece, impede que esses jovens não enfrentem momentos de tédio, por exemplo, o qual é muito importante para a criação da personalidade do sujeito, sendo assim, pode gerar ansiedade quando se estiver em situações que esse sentimento estiver latente, pois não saberá como lidar com o mesmo. E uma questão que era para ser natural para o ser humano, pode se tornar torturante. (Feijoo e Dhein, 2014). Afinal, o tédio provoca o cérebro a buscar novas ideias e soluções, ativando a criatividade e a capacidade de solucionar problemas, além de promover a introspecção e o autoconhecimento ao forçar a mente a se voltar para dentro.

O tédio que surge, então, no decorrer do tratamento, nada mais é do que a expressão da monotonia e da pobreza de ideias – não do inconsciente..., mas do analista...”. (Jung, 2000, p 146)

RESPONSABILIDADE NA ADOLESCÊNCIA

Como lidar e ensinar o senso de responsabilidade durante o período da adolescência, primeiramente há de frisar que para qualquer escolha que se decidir, haverá consequência, porém tem que ser levando em consideração que nessa fase, age-se muito por impulsos, pois há uma reação hormonal diferente acontecendo a cada instante, faz com que esses jovens, muitas vezes, ajam por instinto. Tais mudanças incluem um aumento dos hormônios sexuais (testosterona nos meninos, estrogênio nas meninas), hormônio do crescimento (GH) e IGF-1, promovendo o desenvolvimento de características sexuais secundárias, crescimento acelerado e maturação óssea. Essas alterações, são reguladas pela hipófise e hipotálamo, com isso, também afetam o comportamento, resultando em alterações de humor e busca por identidade. Além disso, há também o cortisol em potencial, é popularmente chamado de hormônio do estresse, onde ele ganha poder, devido ao aglomerado de hormônios diferentes e em grande quantidade, fazendo com que os comportamentos possam chegar a um patamar crítico. O desenvolvimento, por essa perspectiva potencializa o comportamento mais ríspido e agressivo, com a exposição a vários fatores de risco e estressores biopsicossociais, e (Mendes, Alves, Alves, Siqueira, & Freire, 2006; Torres, Pinheiro, Horta, Pinheiro, & Horta, 2006). Porém, apesar da ciência e relevância dessas informações fisiológicas e também por um olhar biopsicossocial, há ainda o poder de escolha consciente, pois, segundo o fundador da logoterapia, a qualquer momento podemos decidir qual será a atitude que se tomará perante qualquer situação. (Frankl, 1978)

É impossível, por conseguinte, conceber o ego como fundamentado nos impulsos. O que, entretanto, não exclui que em todo esforço pelos valores se encaixa algo de pulsional, já que, como dissemos, os impulsos atuam como energia alimentadora. A energia, todavia, é mobilizada pelo ego, que pode e deve dela dispor. A energia pulsional que entra na dinâmica do anseio pelos valores terá sido mobilizada por uma instância não-pulsional, cuja realidade é comprovada justamente através dessa mobilização. (Frankl, 1978, p. 209)

Frankl (2005) aborda que, atualmente, o vazio existencial, é um fenômeno de massa que caracteriza a juventude, ocasionado pela impossibilidade de atender a motivação primária do ser humano: a vontade de sentido. Esse mal-estar dos jovens se manifesta através do tédio e da sensação de que a vida não tem sentido. Onde socialmente, pode apresentar através de drogadição, agressão e suicídio.

Frankl (1990), “na realidade, mais e mais pacientes nos procuram por sofrerem um vazio interior que tenho descrito de vazio existencial” (p. 14).

CONSCIENTIZAÇÃO DA SOCIEDADE NO MANEJO COM ADOLESCENTES

Segundo os autores Giedd JN, Blumenthal (1999), nas últimas três décadas, houveram progressos significativos na compreensão morfológica e funções cerebrais, durante a adolescência. Atualmente, se sabe muitas mudanças funcionais e morfológicas, consideradas importantes, acontecem durante essa fase da vida do ser humano. Inclusive, foi possível comprovar tal fato, através de estudos de imagem molecular e genômica funcional, as quais indicaram que o cérebro permanece em um estado ativo de desenvolvimento durante a adolescência. Especificamente, exames de ressonância magnética detectaram que a mielinogênese, que é o processo de formação da bainha de mielina (uma camada de lipídios que envolve os axônios dos neurônios), melhorando a velocidade e eficiência da transmissão dos impulsos nervosos, continua e o neuro-circuito (estímulo neural) permanece estrutural e funcionalmente vulnerável a aumentos significativos nos hormônios sexuais, tais como o estrogênio, progesterona e testosterona, ou seja, no período da puberdade, e junto com a influência ambiental, levam aos hábitos sexuais, alimentares e de sono. Mudanças particularmente significativas ocorrem no sistema límbico, que podem impactar o autocontrole, a tomada de decisões, as emoções e os comportamentos de risco. Em 1937 esse sistema foi identificado como responsável pela regulação das emoções, quando o neuro anatomista James Papez publicou um trabalho (cunho especulativo); hoje há um consenso entre os pesquisadores da área de que o sistema límbico é mesmo o responsável pela regulação emocional no ser humano (Machado, 2002). Afirma-se que é nesse sistema que se encontra a base biológica da vulnerabilidade ao *stress* (Anthony & Cohler, 1987; Friedman, Charney & Deutch, 1995;

Pfeffer,1996). O cérebro também experimenta um aumento repentino na síntese de mielina no lobo frontal, que está implicado nos processos cognitivos durante a adolescência.

Pela perspectiva fisiológica humana, a neuroplasticidade influencia de maneira efetiva nas decisões de qualquer sujeito, independentemente da idade, o termo “plasticidade” se refere às possíveis mudanças neuronais significativas que ocorrem na aquisição de novas habilidades, as quais iniciam o processo de elaboração e estabilização dos circuitos sinápticos como parte do processo de aprendizagem. Sendo assim, a plasticidade permite que os jovens aprendam e se adaptem visando adquirir independência emocional, porém, pode haver o aumento da vulnerabilidade de um indivíduo a tomar decisões inadequadas, pois os neuro circuitos específicos de cada região do cérebro permanecem em construção, dificultando o pensamento crítico e racional antes de tomar decisões complexas. (Wahlstrom D, Collins P, White T, Luciana M. 2010).

Tendo como base teórica, tais informações fisiológicas a respeito do desenvolvimento cerebral do ser humano na fase da adolescência, ao lidar com um indivíduo que se encontra nessa etapa da vida, sendo na docência, na psicoterapia, no ambiente familiar e/ou social, há de se ter a responsabilidade emocional para com esses sujeitos, pois os adultos devem ter a responsabilidade de educar, ensinar, mas também acolher as demandas destes jovens de maneira genuína. Por tanto, considerando a importância do vínculo afetivo para o desenvolvimento emocional (Ainsworth,1989 & Bowlby, 2002) e seguindo o pressuposto de que é no cenário familiar que se desenvolvem as primeiras relações afetivas (Bronfenbrenner, 2011), detecta-se a importância da responsabilidade emocional para com os adolescentes.

1662

[...] a consciência e a responsabilidade constituem precisamente os dois fatos fundamentais da existência humana. O qual, traduzido numa forma antropológica fundamental, podia expressar-se assim: *ser-homem equivale a ser-consciente-e-responsável* (...) são os dois aspectos juntos e combinados que oferecem a imagem total e verdadeira do homem (Frankl, 1967, p. 13).

Com tudo, apesar da importância de se compreender toda essa questão biológica do ser humano na fase da adolescência, sabe-se que se houver empatia e amor ao lidar com os jovens nessa fase, é possível estreitar laços e obter sucesso no manejo, sempre de maneira subjetiva. Através das lentes da logoterapia, compreende-se que o amor é conseguir enxergar o outro como ele realmente é, essa atitude, que embora pareça simples, guarda uma grandeza e generosidade, pois é necessário o olhar genuíno pelo próximo para que se possa ter o real entendimento. Ou seja, a decisão de amar significa ver o outro como ele realmente é, de maneira clara e profunda,

a ponto de enxergar nele não apenas suas características, mas suas potencialidades e fazer com que estas sejam desenvolvidas (Frankl, 1990).

Amor é a única maneira de captar outro ser humano no íntimo da sua personalidade. Ninguém consegue ter consciência plena da essência última de outro ser humano sem amá-lo. Por seu amor a pessoa se torna capaz de ver os traços característicos e as feições essenciais do seu amado; mais ainda, ela vê o que está potencialmente contido nele, aquilo que ainda não está, mas deveria ser realizado. Além disso, através do seu amor a pessoa que ama capacita a pessoa amada a realizar estas potencialidades. Conscientizando-a do que ela pode ser e do que deveria vir a ser, aquele que ama faz com que estas potencialidades venham a se realizar (Frankl, 2008, p. 136).

Outra maneira de acolhimento, é ensinar esse público, o autodistanciamento, pois esse também se entende pela autocompreensão na medida em que quanto mais a pessoa compreende a si própria, mais será capaz de se distanciar dela mesma. Dessa maneira, mesmo perante impulsos de agressividade, em sua dimensão psicofísica, a pessoa pode pensar, escolher e depois agir através de sua dimensão noética (Silveira & Mahfoud, 2008).

LUTOS NA ADOLESCÊNCIA

Segundo os autores Aberastury, A e Knobel, M, o ser humano passa por três tipos de luto durante a fase da adolescência, que é o luto pelo corpo infantil, ou seja, nos despedimos daquele corpo que estávamos acostumados e nos deparamos com inúmeras alterações fisiológicas, até então, desconhecida, as quais podem trazer um certo desconforto e sensação de descontrole corporal. Onde conseqüentemente há o luto pela identidade infantil, pois já não se atrai mais pelo que gostava antes, seja brincadeiras, brinquedos, roupas, comidas, como se de repente as coisas perdessem o sentido do “dia para noite”, por isso, a grande sensação de vazio existencial latente nessa fase. E o terceiro luto que se passa nesse período, é o luto pelos pais da infância, perde-se a perspectiva dos pais heróis e perfeitos e passam a ser vistos como seres humanos normais que erram e são frágeis. Sendo assim, os jovens nessa fase se veem saindo da infância, mas ainda não estão entrando na fase adulta, se mantendo por alguns anos nesse meio termo que é a adolescência. Durante essa parte da vida, há a extrema necessidade de compreensão dos adultos que os cercam, pois se vive em extremos polos, oscilações de humor comum para faixa etária, devido a tantos conflitos de identidade.

1663

LOGOTERAPIA

Trata-se de uma abordagem da psicologia, ela se baseia na análise existencial, criada pelo psiquiatra vienense Viktor Emil Frankl (1905/1997). Esse autor concebeu a modalidade de psicoterapia no viés do sentido da existência humana, na década de 30, devido a II Guerra

Mundial, Frankl foi prisioneiro nos campos nazistas, onde pôde testemunhar o ser humano em um ambiente extremamente pressionado e humilhado, lá ele perdeu sua família inteira, mas mesmo assim, conseguiu ressignificar sua dor e encontrar um sentido para todo aquele sofrimento, assim como conseguiu auxiliar seus colegas com o mesmo propósito, encontrar significado mesmo nas piores situações. Após a sua libertação pôde registrar em seu livro “Um Psicólogo no Campo de Concentração”. O termo logoterapia deriva da palavra grega: logos, que significa sentido, e o termo terapia, cura ou cuidado, sendo a cura efetivada através do sentido da existência humana bem como da busca de significado pelo próprio homem (Xausa, 1986; Frankl, 1995). Viktor Frankl foi discípulo de Sigmund Freud, Alfred Adler, Otto Pötzl, Shalom H. Schwartz e Rudolf Allers, sua relação com Freud iniciou com admiração e concordância, até o momento em que Viktor começou a contestar algumas teorias do Psiquiatra; com Adler, a relação foi interrompida quando Frankl foi expulso da Sociedade Adleriana, ao expor sua opinião sobre a neurose como uma necessidade profunda de significado. E foi nessa época, em meados de 1926, que ele utilizou pela primeira vez o termo logoterapia, ao expressar questionamentos sobre o sentido da vida em uma conferência proferida em Viena. Posteriormente, se dedicou a construir centros de atendimento para os jovens que necessitavam de ajuda psicológica e moral, com o foco em reduzir os altos índices de suicídio na Áustria, com o apoio de alguns psicoterapeutas renomados (Frankl, 1995). Com o objetivo de construir uma teoria que houvesse um embasamento mais humano para a psicoterapia, Frankl fundamentou sua teoria em três correntes filosóficas – a fenomenologia, o existencialismo e o personalismo (Xausa, 1986). Portanto, a logoterapia é uma abordagem que procura entrar em um campo mais amplo, que explore completamente o íntimo do ser humano bem como o mundo que o circunda (Lukas, 1986), logo, sua própria realidade, a qual o homem busca respostas para agir e compreender o sentido nas distintas circunstâncias de sua vida (Xausa, 1986). Certa vez, Isaac Newton, disse: “Se consegui enxergar mais longe, é porque procurei ver acima dos ombros dos gigantes” (1959, p. 416). Essa frase foi mais tarde retomada por Viktor Frankl quando concebeu a logoterapia. Ele também teria “subido nos ombros de seus mestres”, Freud e Adler, para enxergar que o homem tem além do que uma vontade de prazer e uma vontade de poder (Frankl, 2003). Com isso, o autor da logoterapia, descobre no sujeito uma vontade de sentido, levando em consideração, uma atração do homem para com os valores. Sendo essa preocupação determinada como autêntica, e não como epifenômeno. Sendo assim, seguindo essa teoria, o existencialismo frankliano, a busca de sentido é a essência da existência humana bem como o

principal fator de proteção à saúde da dimensão psicofísica (Frankl, 1978). Então, saindo da zona de uma psicologia associacionista e pandeterminista, ou seja, é a ideia de que todo o comportamento humano é determinado por condições biológicas e sociais, sem que o indivíduo tenha livre-arbítrio para tomar suas próprias decisões, para uma psicologia humanista, Frankl (2003) redescobre uma vontade livre. Para ele, o ser humano não é livre de condições, mas livre para se posicionar perante os fatores determinantes da existência, pois, afinal, o homem também é influenciado por forças ambientais, biológicas e psicológicas, mas, de forma antagônica, pode vir a se posicionar perante sua condição no mundo. Para Frankl (2005), o ser humano não apenas reage aos eventos internos e externos, mas também responde a ele e com isso, se torna responsável pelo que vai ser no momento seguinte. Sendo assim, a liberdade e a responsabilidade constituem as duas características essenciais dos fenômenos humanos (Frankl, 1978).

A logoterapia, portanto, substitui a fórmula nihilista de que o homem 'é somente' (um animal mais evoluído, um produto do acaso...) pela fórmula positiva de que o homem é 'muito mais do que, (Lukas, s/d, p. 52).

Para o pai da logoterapia (Frankl, 1995), existem três pilares, a liberdade de vontade, a vontade de sentido e o sentido da vida. O primeiro, diz respeito à capacidade que o ser humano tem de se posicionar de maneira livre e autêntica, perante as circunstâncias inevitáveis da vida. Pois, para o autor, essa teoria embasa que independente das condições que o ambiente impõe, cada sujeito possui a liberdade de escolher a sua atitude e a forma como irá reagir aos desafios.

No campo de concentração se pode privar a pessoa de tudo, menos da liberdade última de assumir uma atitude alternativa frente às condições dadas. E havia alternativa!" (Frankl, 1995, p. 66).

Para Frankl (1991), o segundo pilar, aborda a vontade de sentido caracteriza-se como um anseio de encontrar um propósito, pois o homem é além da busca do prazer ou poder, por tanto ao buscar um sentido para sua existência, faz como que ele se motive a superar seus desafios.

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).

E essa abordagem, tem como terceiro pilar base, o sentido da vida, o qual não é rígido ou padronizado, mas sim um trabalho que demandará estudar a subjetividade individual do ser humano, pois será isso que o homem precisa descobrir e realizar ao longo da sua

existência. Pode-se encontrar esse sentido em três principais bases estruturais: as atitudes de criação, as experiências interpessoais e a atitude perante o sofrimento inevitável. Para a logoterapia, a felicidade, é um efeito colateral da busca e realização desse sentido. (Frankl, 2011, p 7)

O PAPEL DA LOGOTERAPIA NA BUSCA DE SENTIDO PARA O ADOLESCENTE:

Frankl (2005) aborda que, atualmente, o fenômeno de massa que caracteriza a juventude é o vazio existencial ocasionado pela impossibilidade de atender a motivação primária do ser humano: a vontade de sentido. Essa sensação da população se manifesta através do tédio e da ideia de que a vida não tem sentido. Na dimensão social, pode-se apresentar através de sintomas como o uso de drogas, agressão e automutilação e o suicídio.

O vazio existencial, ainda na perspectiva de Frankl (2005), onde afirma que o homem contemporâneo está “perdido em si mesmo”, pois não sabe mais o que quer e o que deve fazer de sua existência devido à perda dos instintos e da tradição. Sendo assim, o ser humano renuncia à sua autenticidade e unicidade para seguir o que os outros fazem ou ordenam, tornando-se uma marionete das forças ambientais. Estima-se que cerca de 20% das neuroses são provocadas pelo sentimento de falta de sentido (Frankl, 2003c). Desse modo, se faz necessário intervir de forma preventiva no sentido de imunizar essa enfermidade entre os jovens. Por isso, a logoterapia aparenta ser a abordagem adequada para o tratamento de transtornos existenciais relacionados com a frustração do sentido de vida, podendo também ser útil nas intervenções preventivas. Frankl (2003) deixou claro que sua proposta não é apenas um método terapêutico para combater o vazio existencial e pôr em movimento a busca de significados, mas constitui também uma estratégia de modo preventivo contra a frustração existencial.

Vivemos na era da sensação de falta de sentido. Nesta nossa época, a educação deve procurar não só transmitir conhecimento, mas também aguçar a consciência, para que a pessoa receba uma percepção suficientemente apurada, que capte a exigência inerente a cada situação individual (Frankl, 2003. p. 70)

A partir de sua experiência nos campos de concentração, Frankl aponta que para uma dimensão, que só Deus pode mensurar, fielmente o sentido da existência, à missão do ser humano sobre a face da terra. "Não se trata da busca de *um*, mas da busca *do* sentido" (Gomes, 1988, p. 31).

Segundo Silveira e Gradim (2015), o empoderamento individual, promove a saúde, e o desenvolvimento de projetos de vida saudáveis, através da conscientização do sentido da existência, possibilitando definir diante o que se volta à sua responsabilidade. Esse processo de

autorrealização e felicidade requer a reestruturação dos significados existenciais para viver de forma mais plena no mundo.

A essência da existência humana, diria eu, radica na sua autotranscendência. Ser homem significa dirigir-se e ordenar-se a algo ou alguém: entregar-se o homem a uma obra a que se dedica, a um homem quem ama, ou a Deus, a quem serve. Esta autotranscendência quebra os quadros de todas as imagens do homem que, no sentido de algum monadologismo (...), representem o homem como um ser que não atinge o sentido e os valores, para além de si mesmo, orientando-se assim, para o mundo, interessando-se exclusivamente por si mesmo, como se lhe importasse a conservação ou o reestabelecimento da homeostase (Frankl, 1989, p. 45)

CONCLUSÃO

O presente trabalho, teve como intuito evidenciar a importância de passar pela fase da adolescência, de maneira equilibrada, pois como pôde-se notar nesta pesquisa, essa etapa da vida, resume-se em fatores biopsicossociais espirituais, pois durante esse período os indivíduos se deparam com o luto da infância e a preparação para iniciar a vida adulta e essa preparação se dá por meio de mudanças físicas, incluindo hormonais, as quais irão afetar psicologicamente o sujeito, onde se encontra em um cenário que se sente na obrigação de “dar conta” e ainda conviver em sociedade, buscando ser aceito e visando a fuga de julgamentos, os quais parecem se tornar inevitáveis, tendo em vista que, de maneira geral, o senso comum não costuma acolher as demandas dos adolescentes, por não levar em consideração seus sentimentos e vontades, tendo como consequência jovens que se isolam por se sentirem incompreendidos e muitas vezes procurando compreensão com pessoas que lhe dão atenção, como por exemplo, os “amigos virtuais”. Contudo, havendo um manejo equilibrado para com esse público, é possível criar o senso de responsabilidade de suas escolhas, sendo auxiliados por psicoterapias, acolhimento de seus grupos sociais e lhes fornecendo ferramentas para explorarem de maneira proveitosa suas potencialidades, assim como compreenderem que até mesmo em momentos de sofrimentos, é possível haver a autotranscendência genuína. Dessa maneira, a tendência é de que se tornem adultos responsáveis e emocionalmente saudáveis. Levando sempre em consideração a subjetividade individual de cada adolescente e lembrando que são crianças se despedindo da infância e embarcando em um “mundo” novo com inúmeras possibilidades e sensações novas, além de haver fisiologicamente um turbilhão de novas conexões neurais a todo instante, instigando e por vezes sabotando suas capacidades de decisões assertivas. Por tanto, focar em auxiliar estes jovens a aprenderem a lidar com suas emoções e sentidos de responsabilidade é o ponto de partida para uma boa convivência e consequentemente, uma autotranscendência desses indivíduos.

E apesar da logoterapia não ser comumente utilizada para acompanhar terapeuticamente jovens nessa fase da adolescência, já que ela se dá por um viés existencial, ainda assim, é possível aplicá-la com pacientes/alunos adolescentes, pois mostra a esse público a importância de se ter um “para que” viver, os tornando mais conscientes em busca de si mesmos. Assim como ensinar a sociedade que os cercam, a importância de validar suas opiniões e sentimentos. Assim, será possível auxiliá-los na reelaboração do seu universo existencial na busca de conquistar seu espaço no mundo.

REFERÊNCIAS

- ABERASTURY, A & Knobel, M. (1981). *Adolescência normal: um enfoque psicanalítico*. Porto Alegre: Artes Médica
- AINSWORTH, M.S. (1989). Attachments beyond the infancy. *Am. Psychol.* Washington, 44(4), 709-716.
- ALVES, A. A., & Rodrigues, N. F. (2010). Determinantes sociais e econômicos da Saúde Mental. *Rev Port Sau. Pub.*, 28(2), 127-131.
- ANTHONY, J. & Cohler, B. (1987). *The Invulnerable Child*. NY: Guilford Press.
- ARCAYA, M. C., Arcaya, A. L., & Subramanian, S. V. (2015). Inequalities in health: definitions, concepts and theories. *Global Health Action*, (8). doi:10.3402/gha.v8.27106
- ASSOCIAÇÃO AMERICANA DE PSIQUIATRIA, 5ª edição. Manual diagnóstico estatístico dos transtornos mentais. Nova York, 2023.
- BELO, Rafael Alexandre. *Espiritualidade: dialógica e experimental: a perspectiva da psicologia fenomenológica existencial diante da espiritualidade humana*. Maceió: EDUFAL, 2008, 91p.
- BOWLBY, J. (2002). *Apego e perda: apego*. São Paulo: Martins Fontes.
- BRONFENBRENNER, U. (2011). *Bioecologia do desenvolvimento humano: tornando os seres humanos mais humanos*. Porto Alegre: Artmed.
- FABRY, Joseph B. *A busca do significado*. Tradução equipe da ECE. São Paulo: ECE, 1984.
- Feijoo, A. M. L. C., & Dhein, C. F. (2014). Uma compreensão fenomenológica-hermenêutica das compulsões na atualidade. *Fractal*, 26(1), 165-178
- Formigle, V. L. A., Costa, M. C. O., & Porto, L. A. (2000). Evaluation of a comprehensive adolescent health care service. *Cadernos de Saúde Pública*, 16, 831-841.
- Frankl, V. E. (1967). *Psicoanálisis y existencialismo*. México: Fondo de Cultura Económica
- Frankl, V. E. (1977). *Man's search for meaning*. New York: Pocket Books.
- Frankl, V. E. (1978). *Fundamentos antropológicos da psicoterapia*. Rio de Janeiro: Zahar Editores.
- Frankl, V. E. (1989). *Psicoterapia e sentido da vida: fundamentos da Logoterapia e análise existencial*. São Paulo: Quadrante

- Frankl, V. E. (1990). *Psicoterapia para todos*. Petrópolis, RJ: Vozes.
- Frankl, V. E. (1991). *A psicoterapia na prática* (C. M. Caon, trad.). Campinas, SP: Papirus.
- Frankl, V. E. (1995). *Was nicht in meinen Büchern steht: lebenserinnerungen*. München: Quintessenz.
- Frankl, V. E. (2003). *A presença ignorada de Deus*. São Leopoldo: Editora Sinodal.
- Frankl, V. E. (2005) *Um sentido para a vida: psicoterapia e humanismo* (11a ed.). Aparecida, SP: Editora Santuário.
- Frankl, V. E. (2008). *Em busca de sentido: um psicólogo no campo de concentração*. Petrópolis: Vozes.
- Frankl, V. E. (2011). *A vontade de sentido* (I. S. Pereira, trad.). São Paulo, SP: Paulus.
- Frankl, Viktor Emil. *Em busca de sentido: um psicólogo no campo de concentração*. 61.ed. - São Leopoldo: Sinodal/Petrópolis: Vozes, 2024
- FRIEDMAN, M.J.; Charney D.D. & Deutch, A.Y. (1995). *Neurobiological and Clinical Consequences of Stress*. Philadelphia: Lippincott-Raven.
- FRISCHMANN, B.; SELINGER, E. *Re-engineering Humanity*. New York: Cambridge University Press, 2018. <https://doi.org/10.1017/9781316105413>. Acesso em: 29 set. 2025.
- Giedd JN, Blumenthal J, Jeffries NO, et al. Desenvolvimento cerebral durante a infância e adolescência: um estudo longitudinal de ressonância magnética. *Nat Neurosci*. 1999;2(10):861–863. doi: 10.1038/13158.
- GOMES, J. C. V. (1988). *A prática da psicoterapia existencial: logoterapia*. Petrópolis: Vozes.
- JOHNSON, S. B., Rii, J. L., & Noble, K. G. (2016). State of the Art Review: Poverty and the Developing Brain. *Pediatrics*, 137(4). doi:10.1542/peds.2015-307
- JUNG, C. G. *A função transcendente*. In: JUNG, C. G. *A natureza da psique*. 5. ed. Petrópolis: Vozes, 2000. (Obras Completas vol. 8/2.). p. 1-23
- LUKAS, E. (1983). *Tu vida tiene sentido - Logoterapia y salud mental*. Barcelona: Claves.
- LUKAS, E. (1986). *Logoterapia: a força desafiadora do espírito: métodos de logoterapia*. São Paulo: Loyola.
- LUKAS, E. (1989). *Logoterapia: a força desafiadora do espírito*. São Paulo: Loyola
- LURIA, A. R. (1979). *Curso de psicologia geral: atenção e memória* (Vol. 3). Rio de Janeiro, RJ: Civilização Brasileira.
- MACEDO, E. O. S., & Conceição, M. I. G. (2015). Significações sobre Adolescência e Saúde entre Participantes de um Grupo Educativo de Adolescentes. *Psicologia: Ciência e Profissão*, Brasília-DF. V.35, N.4, p.1059–1073.
- MACHADO, A. (2002). *Neuroanatomia funcional*. 2ª edição. São Paulo: Editora Ateneu

MAZIERO, M. B., & Oliveira, L. A. (2016). Nomofobia: uma revisão bibliográfica. *Unoesc & Ciência - ACBS*, 8(1), 73-80.

MENDES, M. J. F. L., Alves, J. G. B., Alves, A. V., Siqueira, P. P., & Freire, E. F. C. (2006). Associação de fatores de risco para doenças cardiovasculares em adolescentes e seus pais. *Revista Brasileira de Saúde Materna Infantil*, 6(Supl. 1), S49-S54.

MONTEIRO, Lara V.B. Rocha, José R. A dimensão espiritual na compreensão do processo saúde-doença em psicologia da saúde. *Ciências biológicas e da saúde Unit, Alagoas*, V.4, N.2, P 15-30, 2017.

MOREIRA, J. O., Rosário, A. B., & Santos, A. P. (2011). Juventude e adolescência: Considerações preliminares. *Porto Alegre - RS*. V.42, N.4, P.457-464

MOREIRA, Neir. Holanda, Adriano. Logoterapia e o sentido do sofrimento: convergências nas dimensões espiritual e religiosa. *Psico-USF Universidade Federal do Paraná, Curitiba*, v. 15, n. 3, p. 345-356, set./dez. 2010

NETTO, N. B., & Souza, T. M. S. (2015). Adolescência, educação e suicídio: uma análise a partir da Psicologia Histórico-Cultural. *Nuances: estudos sobre Educação*, 26(1), 163-195.

NEWTON, I. (1959). The correspondence of Isaac Newton (vol. 1). In H. W. Turbull (Ed.) 1661-1675. London: Cambridge University Press.

MARX, K. (1996). Maquinaria e grande indústria. In K. Marx. *O Capital: crítica da economia política* (Vol. 2, p. 7-133). São Paulo, SP: Nova Cultural.

Monteiro, N. R. de O, Nascimento, J. O. G., Montesano, F. T., & Aznar-Farias, M. (2013). Competência, problemas internalizantes e problemas externalizantes em quatro grupos de adolescentes. *Santos-SP. Psico-USF*, V.18, N.3, P.427-436.

1670

Organização das Nações Unidas. Objetivos de Desenvolvimento do Milênio: Mapa do Progresso de 2012. Nova York: Divisão de Estatística do Departamento de Assuntos Econômicos e Sociais; 2012

OZELLA, S. (2002). Adolescência: uma perspectiva crítica. In M. de L. J. Contini, & S. H. Koller (Eds.), *Adolescência e psicologia: concepções, práticas e reflexões críticas* (pp. 16-24). Brasília, DF: Conselho Federal de Psicologia.

PFEFFER, R. (1996). *Severe stress and Mental Disturbance in Children*. Washington, D.C.:APA
Rifkin, J. (2014). *A terceira revolução industrial: como a nova era da informação mudou a energia, a economia e o mundo* Lisboa, PT: Bertrand

RODRIGUES, R. (1991). Fundamentos da logoterapia na clínica psiquiátrica e psicoterápica. Petrópolis: Vozes.

SAVIANI, D. (2005). Transformações do capitalismo, do mundo do trabalho e da educação. In J. C. Lombardi, D. Saviani, & J. L. Sanfelice (Orgs.), *Capitalismo, trabalho e educação* (p. 13-24). Campinas, SP: Autores Associados

SCHWARTZ, B. (2007). *O paradoxo da escolha: quando mais é menos* São Paulo, SP: Girafa.

SILVEIRA, D. R., & Gradim, F. J. (2015). Contribuições de Viktor Frankl ao movimento da saúde coletiva. *Revista da Abordagem Gestáltica: Phenomenological Studies*, 21(2), 152-161

SILVEIRA, D. R., & Mahfoud, M. (2008). Contribuições de Viktor Emil Frankl ao conceito de resiliência. *Estudos de psicologia (Campinas)*, 25(4), 568-576.

SOUZA, Â. M. A. (2014). Fatores de risco associados a problemas de saúde mental em adolescentes: Revisão integrativa. *Revista Da Escola de Enfermagem*, São Paulo-SP. V.48. N.3, p.555-564

WAHLSTROM D, Collins P, White T, Luciana M. Alterações no desenvolvimento da neurotransmissão da dopamina na adolescência: implicações comportamentais e questões de avaliação. *Brain Cogn.* 2010;72(1):146-159. doi: 10.1016/j.bandc.2009.10.013.

XAUZA, I. A. M. (1986). *A psicologia do sentido da vida*. Petrópolis, RJ: Vozes.

YILMAZ S, Hergüner S, Bilgiç A, Işık Ü. Internet addiction is related to attention deficit but not hyperactivity in a sample of high school students. *Int J Psychiatry Clin Pract.* 2015;19(1):18-23.