

## A BUSCA DE SENTIDO DA VIDA NA PRÁTICA CLÍNICA: CONTRIBUIÇÕES DA LOGOTERAPIA DE VIKTOR FRANKL

LISOT, Alexia Milena, SANTOS, Leticia Rodrigues, PERETTI, Maria Fernanda, AGUIAR, Giancarlo; Psicólogo, Docente do Curso de Graduação de Psicologia na UNOESC. Mestre em Filosofia da Natureza e do Ambiente. Doutor em Filosofia da Cultura (FLUL), Pós-doutorado em Psicologia Socioambiental (IP.USP)

### Resumo

A busca por sentido da vida é uma questão central na existência humana, presente em diferentes momentos do desenvolvimento e intensificada em situações de crise, sofrimento ou transição. Na prática clínica psicológica, é comum que pacientes apresentem não apenas sintomas, mas também questionamentos relacionados ao propósito, ao vazio e à falta de significado. Nesse contexto, a logoterapia, desenvolvida por Viktor Frankl, propõe uma compreensão do ser humano baseada na busca de sentido como motivação fundamental. A teoria foi influenciada, entre outros fatores, pela vivência do autor nos campos de concentração durante a Segunda Guerra Mundial, onde observou que a capacidade de encontrar sentido estava diretamente relacionada à forma como os indivíduos enfrentam o sofrimento.

Diante disso, o presente trabalho tem como objetivo analisar o conceito de sentido da vida na logoterapia e discutir sua aplicação na prática clínica psicológica, destacando sua relevância na compreensão do sofrimento existencial.

A logoterapia é considerada a terceira escola vienense de psicoterapia, ao lado da psicanálise de Sigmund Freud e da psicologia individual de Alfred

Adler. Enquanto Freud enfatiza o princípio do prazer e Adler a busca por poder, Viktor Frankl propõe a vontade de sentido como motivação fundamental do ser humano.

De acordo com Frankl (2008), a logoterapia se estrutura em três pilares principais: a liberdade da vontade, a vontade de sentido e o sentido da vida. A liberdade da vontade refere-se à capacidade humana de escolher suas atitudes diante das circunstâncias, mesmo quando estas não podem ser modificadas. A vontade de sentido diz respeito à busca por significado como principal motivação humana. Já o sentido da vida é compreendido como algo singular e contextual, que se transforma conforme as experiências e situações vividas.

Nesse contexto, o autor afirma que o ser humano não deve buscar um sentido abstrato e universal, mas responder às demandas concretas da própria vida por meio de suas ações e posicionamentos. O sentido pode ser encontrado por diferentes caminhos, especialmente por meio dos valores de criação, relacionados ao que o indivíduo realiza; dos valores de experiência, vinculados às vivências e relações; e dos valores de atitude, expressos na forma como o sujeito se posiciona diante de situações inevitáveis, como o sofrimento.

A ausência dessa construção pode levar ao chamado vazio existencial, caracterizado pela sensação de falta de propósito e direção, frequentemente associado a manifestações de sofrimento psicológico, como ansiedade e depressão. Nessa perspectiva, a logoterapia propõe uma compreensão diferenciada do sofrimento, entendendo que este não deve ser apenas eliminado, mas pode ser ressignificado a partir da atribuição de sentido.

Dessa forma, a abordagem desloca o foco da busca direta pela felicidade para a construção de significado, compreendendo que a realização pessoal emerge como consequência desse processo.

Na prática clínica, a questão do sentido da vida se manifesta frequentemente por meio de queixas relacionadas ao vazio, à falta de propósito e à sensação de desconexão com a própria existência. Nesses casos, o sofrimento não se

reduz a sintomas específicos, mas envolve uma dimensão existencial mais ampla.

A atuação do psicólogo, fundamentada na logoterapia, consiste em auxiliar o paciente na descoberta de sentidos possíveis, respeitando sua singularidade. O terapeuta não impõe significados, mas favorece a reflexão sobre valores, escolhas e responsabilidades.

O processo terapêutico pode envolver a identificação de experiências que já foram significativas para o paciente, bem como a exploração de novas possibilidades de construção de sentido. Nesse contexto, o sofrimento também é resignificado, deixando de ser visto apenas como algo a ser eliminado e passando a ser compreendido como uma possibilidade de atribuição de significado.

Por exemplo, um paciente que vivencia uma crise existencial pode ser conduzido a refletir sobre quais aspectos de sua vida possuem valor, quais relações são significativas e de que forma pode se posicionar diante de suas circunstâncias. Assim, o foco da intervenção não está em oferecer respostas prontas, mas em favorecer a construção de um sentido próprio.

Essa perspectiva mostra-se especialmente relevante na contemporaneidade, marcada por mudanças rápidas e pela fragilização de referências tradicionais de sentido, o que contribui para o aumento de demandas clínicas relacionadas ao vazio existencial.

A logoterapia contribui de forma significativa para a psicologia ao colocar o sentido da vida como elemento central da experiência humana. Ao compreender que o ser humano é orientado pela busca de significado, amplia-se a atuação clínica para além da redução de sintomas.

A abordagem proposta por Viktor Frankl possibilita uma escuta mais profunda e humanizada, na qual o sofrimento é compreendido em sua dimensão existencial. Dessa forma, a construção de sentido torna-se um elemento fundamental no processo terapêutico, permitindo que o indivíduo encontre caminhos possíveis mesmo diante de adversidades.

Assim, a logoterapia mantém sua relevância no contexto atual, oferecendo contribuições importantes para a compreensão e o manejo do sofrimento humano.

#### REFERÊNCIAS

FRANKL, Viktor E. Em busca de sentido. Petrópolis: Vozes, 2008.

FRANKL, Viktor E. A vontade de sentido. São Paulo: Paulus, 2011.

FRANKL, Viktor E. Um sentido para a vida. Aparecida: Ideias & Letras, 2005.

YALOM, Irvin D. Psicoterapia existencial. Porto Alegre: Artmed, 2006.

alexialisott@gmail.com, lethicia.rodriques.santos@outlook.com