



XIX JORNADA CIENTÍFICA DOS CAMPOS GERAIS

Ponta Grossa, 27 a 29 de outubro de 2021

A LOGOTERAPIA É CIENTÍFICA?

MROCZKO, Ana Paula¹
OLIVEIRA, Ane Caroline²
LUZ, Lis Anne Ribeiro da³
PUGLIESI, Kelly de Freitas⁴
BARSZCZ, Marcos Vinicius⁵

Resumo: *Considerando que a Logoterapia se apresenta como uma abordagem que possui sua ênfase no sentido da vida e que não é muito conhecida no Brasil, o presente estudo possui como objetivo esclarecer acerca da cientificidade da teoria de Viktor Frankl. Para tanto, busca-se introduzir a abordagem logoterapêutica de modo a pontuar sobre os aspectos que a constituem como científica, apontando para isso, estudos que comprovam sua eficácia. Desse modo, utilizou-se da pesquisa bibliográfica e exploratória a fim de concluir que a Logoterapia preenche um conjunto de critérios para ser considerada uma forma de psicoterapia válida e científica.*

Palavras-chave: Psicoterapia. Logoterapia. Cientificidade.

Introdução

A Logoterapia pode clarear novos caminhos para se alcançar o sentido da vida, se apresentando como uma abordagem que mostra a necessidade que cada pessoa possui em encontrar o sentido da própria existência para melhor atuar em sua realidade. Dessa forma, a teoria de Viktor Emil Frankl busca resgatar ao homem aquilo que lhe é especificamente humano, partindo de alguns princípios específicos, como por exemplo, a liberdade de vontade e a vontade de sentido.

Sendo uma abordagem não muito conhecida no Brasil e que, quando vista de maneira superficial, aparenta ser uma teoria religiosa, muitas pessoas acreditam que ela não seja científica. Porém, além de ser reconhecida pelo Conselho Federal de Psicologia (CFP), tal teoria preenche critérios para ser considerada uma psicoterapia científica. E, tendo isso em vista, o presente trabalho visa esclarecer e demonstrar essa cientificidade da Logoterapia.

Objetivos

Objetivo geral: Verificar a cientificidade da Logoterapia.

Objetivos específicos: Introduzir a Logoterapia;

- Pontuar os critérios bases de cientificidade das teorias psicológicas e eles dentro da Logoterapia;
- Apontar estudos comprobatórios da eficácia dos métodos logoterápicos.

¹ Acadêmica de Bacharelado em Psicologia, IESSA, mroczkoanapaula@gmail.com

² Acadêmica de Bacharelado em Psicologia, IESSA, ane.de.oliveira@hotmail.com

³ Acadêmica de Bacharelado em Psicologia, IESSA, psi.lisluz@gmail.com

⁴ Acadêmica de Bacharelado em Psicologia, IESSA, kellypugliesi10@gmail.com

⁵ Professor Orientador, IESSA, marcosviniciuspsicologo@yahoo.com.br

Metodologia

Por meio da pesquisa bibliográfica, “desenvolvida com base em material já elaborado, constituído principalmente de livros e artigos científicos” (p.44), realizou-se o presente trabalho, buscando comprovar a cientificidade e validade da Logoterapia de Viktor Frankl, principalmente enquanto psicoterapia. E, com essa estratégia, proporcionou-se uma maior familiaridade com o tema, de modo a classificar tal estudo como uma pesquisa exploratória (GIL, 2002).

Sobre a Cientificidade da Logoterapia

O psiquiatra e neurologista vienense Viktor Frankl (1905-1997), professor da Universidade de Viena, fundou a Logoterapia. Ele, durante a Segunda Guerra Mundial, passou três anos em campos de concentração nazistas. Diante da experiência como prisioneiro e sobrevivente, ao sair descobrindo que toda sua família havia sido morta, Frankl aprimorou sua teoria, que ele próprio vivera e comprovara eficaz durante esse período nos campos. A Logoterapia pode ser compreendida como uma abordagem da psicologia clínica fundamentada na fenomenologia, no humanismo e no existencialismo (AQUINO, 2020).

De acordo com Frankl (2009), a Logoterapia possui três princípios elementares: a liberdade de vontade, a vontade de sentido e o sentido da vida. O fundamento antropológico que embasa a Logoterapia é a liberdade de vontade. Através desta, é salientado que o homem não é imune das mais variadas situações cotidianas que podem acontecer, mas sim que ele possui a liberdade de tomada de decisão em suas atitudes diante de quaisquer circunstâncias que sejam colocadas diante dele, através da dimensão noética. Este princípio opõe-se ao determinismo, posto que o homem é um ser livre e responsável pelas suas próprias decisões.

Basicamente, para que uma teoria seja tida como psicológica, ela precisa preencher quatro características. São elas a **Cosmovisão**, modo de compreender o mundo baseado nas correntes filosóficas que a sustentam, a **Antropologia**, concepção acerca de como o ser humano é em sua natureza, a **Psicopatologia**, noção clara sobre o processo de saúde-doença, e os **Métodos/Técnicas**, formas práticas e empiricamente testadas para aplicação da teoria (NERY, 2021).

“[...] A Logoterapia atende a todas as instâncias de maneira muito clara e bem definida. Além disso, a Logoterapia parte de um pressuposto científico para ancorar sua cosmovisão e antropologia” (id., p.5). Quanto à psicopatologia, Frankl dedicou seu livro “Teoria e Terapia das Neuroses” para explicar essa relação entre saúde-doença, e no que se refere às técnicas, existem inúmeros estudos que comprovam sua eficácia.

- **Cosmovisão**_ a vida sempre tem sentido. Cada situação, cada momento possui um sentido único e passível de ser descoberto/encontrado, mesmo em meio ao sofrimento (FRANKL, 2009).
- **Antropologia**_ o ser humano é constituído por três dimensões, a somática (se refere aos fenômenos corporais, fisiológicos), a psicológica (que abrange os instintos, os condicionamentos, as cognições...) e a noética (composta por valores, criatividade, livre tomada de decisões, consciência moral... enfim, por todas as qualidades que diferenciam o homem dos demais animais). A dimensão noética é tida como a genuinamente humana e é por ela que cada sujeito é capaz de realizar sentido, de ir além de si próprio, sendo livre em suas escolhas e responsável pelas consequências delas (id., 2011).
- **Psicopatologia**_ as doenças/transtornos mentais podem ser classificados em oito grupos: psicoses endógenas; doenças psicossomáticas; doenças funcionais;

neuroses reativas; neuroses iatrogênicas; neuroses psicogênicas; neuroses noogênicas e neuroses coletivas (id., 2016).

- **Métodos/Técnicas**_ primeiramente, vale ressaltar que Frankl afirmava que a psicoterapia é sempre mais que uma técnica, é um encontro, uma relação entre indivíduos. Isso, no entanto, não impede a existência de técnicas estruturadas. A de-reflexão se baseia na capacidade de autotranscendência e se refere a buscar não focar/pensar demais naquilo que se deseja alcançar, pois quando o foco está no objetivo e não na vivência do processo, é mais difícil alcançar essa meta. A intenção paradoxal visa combater a ansiedade antecipatória se utilizando do humor como forma de distanciamento, e nela, o sujeito é encorajado a desejar aquilo que ele teme (id., 2005).

Além dessas instâncias trazidas por Nery, existem também as características de cientificidade trazidas por Michener, Delamater e Myers (2005). São elas: 1. Sua base na observação de fatos; 2. Uma metodologia formal explícita; 3. O “acúmulo de fatos e generalizações”; 4. Um corpo teórico e; 5. Um certo grau de “previsão e controle dos aspectos selecionados do ambiente” (p.24).

Como já colocado, os critérios 1, 2 e 4 são preenchidos pela Logoterapia, tendo em conta que Frankl construiu toda sua teoria e seus métodos a partir daquilo que ele percebia em seus atendimentos e também considerando suas próprias vivências nos campos de concentração. Quanto ao ponto 3, exemplifica-se essa construção/ acúmulo de saberes por meio daquilo que Frankl (2005) sempre trouxe: a Logoterapia “não é uma panaceia, e por isso é aberta [...] à sua própria evolução” (p.14-15).

Contudo, há um impasse no que se refere ao aspecto 5. Essa previsibilidade que se exige das ciências nada mais é que uma forma de determinismo, uma tentativa de afirmar que um fato específico sempre resultará numa mesma consequência específica. Porém, o comportamento humano e, mais especificamente, a natureza humana não devem ser reduzidos a tal premissa. Segundo Frankl (id., p.50), existe “liberdade, apesar do determinismo”, ou seja, o ser humano é essencialmente livre para agir e tomar decisões a partir das condições que a ele se impõe.

Diante disso, faz-se possível citar alguns estudos que comprovam a eficácia da Logoterapia no campo científico. Nisso, tem-se como exemplos, citados por Frankl (2016): Hans O. Gerz publicou o trabalho “Sobre o tratamento de Síndromes de Fobia de Neuroses mediante a Intenção Paradoxal: segundo Frankl”; Eva Niebauer-Kozdera trouxe resultados estatísticos revelando que a utilização da Logoterapia em um ambulatório psicoterapêutico registrou 75,7% de melhoras após o número médio de oito sessões; e L. Michael Ascher comprovou que o tratamento com a intenção paradoxal reduziu significativamente queixas relacionadas ao sono de seus pacientes.

Considerando ainda a efetividade das técnicas logoterapêuticas, o próprio Frankl (2005) demonstra mais exemplos da aplicabilidade de seus métodos. Para tanto, ele traz que Solyom e outros (1972), concluíram a eficácia da intenção paradoxal no tratamento de pacientes com neuroses obsessivas cuja duração dos sintomas variava de quatro a vinte e cinco anos. Do mesmo modo, relata o sucesso de intervenções realizadas para casos fóbicos, obsessivo-compulsivos, entre outros. Nisso, há também a investigação de Zuehlke e Watkins (apud. FRANKL, 2005) acerca da eficácia da abordagem com doentes em estado terminal, trazendo resultados positivos no que se refere ao crescimento de sentido e significados para a vida dos pacientes em questão.

Ademais, cabe apresentar que diversos instrumentos foram elaborados para auxiliar na modalidade diagnóstica dentro da orientação logoterapêutica. Segundo Frankl (2016), dentre tais instrumentos se tem o teste PIL (Purpose in Life Test) de James Crumbaugh e Leonard Maholick, que se trata de um instrumento para medição e quantificação do grau de frustração existencial, e também o Logo-teste de Elisabeth Lukas, que, sendo uma escala, traz contribuições à pesquisa exata da Logoterapia a partir da investigação do sentido da vida.

Considerações finais

Tendo em vista que a Logoterapia considera o homem como um ser em busca de sentido, tem-se a importância de elucidar os aspectos que fazem a teoria de Frankl ser entendida em termos de cientificidade. Com a investigação acerca dos critérios que caracterizam uma teoria como científica e uma abordagem como verdadeiramente psicoterápica, conclui-se que a abordagem logoterapêutica atende às características necessárias (possuir um corpo teórico composto por cosmovisão, antropologia, psicopatologia e métodos bem definidos, ser baseada na observação e no acúmulo de saberes) para ser considerada uma psicoterapia científica. Assim, a partir das fontes consultadas, pôde-se identificar eficácia dos métodos logoterápicos em um conjunto de contextos, sendo fundamentados em uma visão que parte da premissa de que a vida, sempre e em qualquer circunstância, é dotada de sentido. Por fim, coloca-se a necessidade da realização de mais estudos para aprofundar as descobertas já realizadas.

Referências

AQUINO, Thiago Antônio Avellar de. Viktor Frankl: para além de suas memórias. In: **Rev. abordagem gestalt**. [online]. 2020, vol.26, n.2, pp. 232-240. Disponível em: <<http://pepsic.bvsalud.org/pdf/rag/v26n2/v26n2a11.pdf>>. Acesso em: 10 set. 2021.

FRANKL, Viktor Emil. **A vontade de sentido**: Fundamentos e aplicações da Logoterapia. São Paulo: Paulus, 2011.

FRANKL, Viktor Emil. **Em busca de sentido**: Um psicólogo no campo de concentração. São Leopoldo: Sinodal; Petrópolis: Vozes, 2009.

FRANKL, Viktor Emil. **Teoria e terapia das neuroses**: Introdução a logoterapia e a análise existencial. São Paulo: É realizações, 2016.

FRANKL, Viktor Emil. **Um sentido para a vida**: Psicoterapia e Humanismo. São Paulo: Ideias & Letras, 2005.

GIL, Antônio Carlos. Como classificar as pesquisas? In: _____. **Como elaborar projetos de pesquisa**. 4. ed. São Paulo: Atlas, 2002. p. 41-59.

MICHENER, H. Andrew; DELAMATER, John D.; MYERS, Daniel J. Introdução à Psicologia Social. In: _____. **Psicologia Social**. São Paulo: Thomson Learning, 2005. p. 1-30.

NERY, Alberto. **Seu guia de boas-vindas à Logoterapia**. São Paulo: Instituto de Psicologia e Logoterapia, 2021.