

O SUPORTE DA LOGOTERAPIA E DA ESPIRITUALIDADE NA CLÍNICA DO SUICÍDIO¹

Gabrielle Marques de Almeida Vieira²

Ana Maria Mattos de Andrade³

RESUMO:

O presente artigo tem por objetivo analisar a importância que envolve a Logoterapia e a espiritualidade no suporte à pacientes tentantes de suicídio, tendo sido escolhida a Logoterapia como referencial teórico principal. O tema foi levantado de maneira qualitativa, com o intuito de promover uma reflexão a partir dos entendimentos e contextualizações apresentados. Os materiais foram levantados a partir do método bibliográfico e também mediante recomendações da professora orientadora, e foram analisados em revisão integrativa. As principais bases de dados referenciadas foram o Google Acadêmico e Scielo (Scientific Electronic Library Online). As palavras-chave utilizadas foram: "Logoterapia e espiritualidade" e "análise existencial e suicídio". A partir do conteúdo analisado e das posteriores reflexões, foi possível compreender a diminuição do sofrimento e da ausência de sentido presente nas vivências do tentante. Juntando-se essas análises às práticas logoterápicas, teve-se um resultado significativo através do contato com religiões ou outros âmbitos da espiritualidade. Considerou-se assim a necessidade de reflexão diante da clínica suicida e todas as premissas que permeiam as percepções deste sofrimento. Para tal intuito, é importante notabilizar maiores discussões no espaço acadêmico e ressaltar o desenvolvimento de outros estudos acerca deste tema.

Palavras-chave: Logoterapia. Espiritualidade. Suicídio. Psicologia Existencial-Humanista.

THE SUPPORT OF LOGOTHERAPY AND SPIRITUALITY IN THE SUICIDE CLINIC

ABSTRACT:

The present article aims to analyze the importance that involve logotherapy and spirituality in support of patients attempting suicide, having chosen logotherapy as the primary theoretical reference. The theme was raised qualitatively, taking into consideration promoting a reflection from the understandings and contextualization presented. The materials were collected from the bibliographic method and also by recommendations of the supervisor, and were analyzed in an integrative review. The main databases referenced were Google Scholar and Scielo (Scientific Electronic Library Online), using as keywords the combinations "logotherapy and spirituality" and

¹ Artigo de trabalho de conclusão de curso de Graduação em Psicologia do Centro Universitário Academia, na Linha de Práticas Clínicas. Recebido em 20/05/2023 e aprovado, após reformulações, em 14/06/2023

² Discente do curso de graduação em Psicologia do Centro Universitário Academia (UNIACADEMIA). E-mail: gabriellevieira29@outlook.com

³ Mestre em Psicologia e Psicanálise pelo Centro Universitário Academia (UNIACADEMIA) e docente do Centro Universitário Academia (UNIACADEMIA). E-mail: anaandrade@uniacademia.edu.br

"existential analysis and suicide". From the analyzed content and subsequent reflections, it was possible to understand that the reduction of suffering and the absence of meaning present in the experiences of the person who is trying to commit suicide, present significant results when passed through the logotherapy practices and also through contact with religions or other areas of spirituality. Thus, it was considered the need to reflect on the suicidal clinic and all the premises that permeate the perceptions of this suffering. For this purpose, it is important to highlight further academic discussions and emphasize the development of other studies on this theme.

Keywords: Logotherapy. Spirituality. Suicide. Humanistic Existential Psychology.

1 INTRODUÇÃO

Apesar de a literatura sobre o suicídio ser numerosa, no Brasil há uma carência de pesquisas na área. Ainda que existam os aspectos éticos, psicodinâmicos, epidemiológicos, preventivos, religiosos, entre outros, é difícil determinar o que se nomeia por suicidalidade. A linha de pensamento a ser aqui seguida é a de que suicídio é a morte que alguém provoca a si próprio de forma consciente, deliberada e intencional. Seria possível, então, compreender a espiritualidade e considerá-la suporte à prática psicoterapêutica em pacientes tentantes de suicídio?

Uma hipótese a ser levantada para essa questão é que a espiritualidade, de fato, é benéfica para a vida de várias pessoas. Consequentemente, os efeitos psíquicos positivos e o contato contínuo com ela devem ser considerados, pois auxiliam o cotidiano e a vida das pessoas.

Quando se investigam questões relacionadas ao suicídio e espiritualidade, um aspecto crucial a ser destacado é que o Brasil mesmo sendo uma nação laica com a existência de várias religiões, é um país, que em sua maioria, pertence a crença do cristianismo. Em virtude disso, é comum que o pensamento popular atribua a falta de crença como única justificativa para o ato suicida, ignorando outras possíveis motivações e reduzindo a complexidade do tema (NETO, 2018). No entanto, é importante salientar que a maioria das religiões conhecidas atualmente se fundamenta na existência de um sentido e propósito que orientam aqueles que seguem seus princípios. Portanto, perpetuar esse pensamento abre espaço a intolerâncias e principalmente direciona uma insensibilidade extrema em relação à família enlutada.

Diante disso, é plausível destacar a grande variação das abordagens e enfoques de análise no tema do suicídio, o que abre espaço para pensar no que se

entende por suicídio, os tipos existentes, as motivações e as formas de prevenção. A partir desse pensamento, a reflexão volta-se para a forma como a espiritualidade pode ser ferramenta clínica na questão do suicídio.

A diversidade de religiões e crenças que permeiam o mundo atual são numerosas, portanto, o ato de crer ou até mesmo uma fidelidade em suas práticas com seu contexto social são movimentos que têm ganhado força. No período pandêmico, por exemplo, as pessoas foram expostas a uma demanda de isolamento com várias medidas de proteção, isso acarretou duas principais situações. A primeira foi a ausência da presencialidade, das reuniões, dos encontros, até de simples passeios ao parque. A segunda, uma crescente movimentação no âmbito da espiritualidade, o que desencadeou um maior apoio religioso, mesmo que virtualmente, para qualquer sujeito de qualquer crença (MARTINS; NARCISO; LIMA; MALHEIROS; SANTIAGO, 2022). Essa característica evidenciou a força de movimentos religiosos, sobretudo em momentos críticos. Esse grande aumento pela busca da espiritualidade em um cenário pandêmico pode ser visto com um grande impulsionador para estudos característicos da busca de sentido e, principalmente, em estudos sobre a suicidalidade.

Mediante esse cenário, é significativo considerar a sociedade, sua visão sobre as questões do suicídio e de que maneira o indivíduo social se dispõe de possíveis julgamentos por ser ou não pertencente a algum grupo religioso, além de evidenciar a relação da instituição religiosa com o indivíduo. Para enlace do estudo da temática e análise da proposta, foi tido como base teórica a Análise Existencial, advinda da Psicologia Existencial-Humanista, colocando em foco as contribuições da Logoterapia. O suicídio é um fenômeno multifatorial que não pode se reduzir a um único e simples fato, por isso, faz-se necessária uma sensibilidade e cuidado, principalmente em clínica, sobre como manejar o sentir do paciente. Em teoria o sofrimento é experienciado pela ausência de sentido e é comum a muitas pessoas. Essa angústia, gerada por essa ausência de sentido, vem desde os primórdios filosóficos até os dias atuais.

A necessidade de ter uma resposta, um roteiro, traz muito mais segurança, porém, quando o derredor do sujeito é evidenciado, percebe-se que muitos são os fatores a aumentarem a angústia e distanciarem a tão almejada segurança de uma

vida sem sofrimento. Mediante às questões apresentadas, supôs-se que a vontade de existir e o sofrimento se moldam a partir do que é demandado pelos desejos inconscientes. Sendo assim, o sujeito encontra inúmeras possibilidades de se alicerçar ao que mais se aproxima de sua vontade. Nesse momento, a espiritualidade encontra abertura para aliar a vontade de sentido ao que já pode fazer parte, de maneira eficaz, da vida do sujeito. Não se deve assumir este sujeito como possuidor de um modo único de existência, desta forma, permitindo ampliar a busca de como melhor compreender e perceber suas demandas.

Tendo em vista os objetivos do presente trabalho, propõe-se agora a discussão acerca do tema levantado, a partir da análise do material coletado por meio de pesquisa bibliográfica. Para tanto, serão abordados em seções temáticas pertinentes à ideia central do presente artigo, que consiste em analisar e demonstrar alguns dos benefícios que a Logoterapia como instrumento clínico e a perspectiva da espiritualidade oferecem como possibilidade de compreender o sofrimento do ser humano, em específico, do tentante ao suicídio.

2 AS RAÍZES DO SUICÍDIO NA SOCIEDADE

O suicídio é uma ocorrência tomada por fatores sociais, biológicos, psicológicos e culturais. Segundo dados da OMS (WORLD HEALTH ORGANIZATION), mais de 700 mil pessoas morrem por ano devido ao suicídio, representando 1 a cada 100 mortes registradas. Entre 2000 e 2019, a taxa global caiu 36%. Durante esse mesmo período, nas Américas, as taxas aumentaram 17%. Entre os jovens de 15 a 29 anos, o suicídio aparece como a terceira causa de morte mais recorrente, atrás de acidentes no trânsito, tuberculose e violência interpessoal (WHO, 2021).

A partir do contexto que nos aflige atualmente, é possível revelar entre as nuances que formam o fenômeno do suicídio um alto nível de preocupação social. Ao pensar no conceito causal do suicídio, é possível atribuí-lo distintos significados, sendo estes dos mais técnicos voltados a questões psicológicas, aos aspectos de cunho mais reflexivo, a depender da forma como fora cometido. Neste trabalho, o ponto inicial é a compreensão da configuração de como o meio se organiza, enxerga e, principalmente, o espaço em sociedade onde é possível atuar após uma tentativa de suicídio.

Assim sendo, o âmbito do contexto social é fundamental para basear as demais colocações. Através do contexto, é possível identificar que o suicídio varia em razão oposta ao grau de integração da sociedade, seja ela religiosa, doméstica ou política, ou seja, para cada contexto social, o suicídio tem seu sentido. E, se nessas diferentes sociedades há uma influência moderadora, o suicídio não caberia ser resultado de uma consequência particular a cada uma, mas, seria atributo de uma causa comum de integração a essas sociedades. Então, a respeito das integrações, um possível exemplo seria que a religião não caracteriza sua eficácia aos sentimentos religiosos, porque as sociedades domésticas e as sociedades políticas produzem o seu mesmo efeito, cada uma com seu sentimento determinante, isto é, o que o indivíduo encontra como causa está voltado para a forma como ele se integra em seu contexto social e os sentimentos que são despertados nele nessa sociedade (DURKHEIM, 2000).

Contudo, essa motivação é possível de ser encontrada na mesma medida que todos os grupos sociais obtêm, embora, com graus diferentes. Portanto, a partir da forma como o indivíduo se integra a determinada sociedade, o suicídio alterna inversamente com grau de inclusão dos grupos sociais no qual ele faz parte. Isto significa que quanto mais o indivíduo é ativo em um grupo social integrado a uma sociedade, política, por exemplo, as chances desse indivíduo tentar suicídio são menores. Importante ressaltar que a sociedade por si não pode desintegrar-se sem que da mesma forma o indivíduo se desvincule da sua vida social, sem permitir que seus fins pessoais se tornem predominantes sobre os fins comuns, e também sem que sua personalidade, em suma, tenda a se colocar acima da personalidade coletiva. Ou seja, o suicídio então derivaria do resultado de uma individuação desmedida (DURKHEIM, 2000).

Considerando esses pensamentos, feitos em sua obra rigorosamente científica, Durkheim (2000) afirma que quanto mais existe coesão social, menor a taxa de suicídio numa sociedade. Na obra “Sobre o suicídio” de Karl Marx, o autor ressalta:

O número anual dos suicídios, aquele que entre nós é tido como uma média normal e periódica, deve ser considerado um sintoma da organização deficiente de nossa sociedade; pois, na época da paralisação e das crises da indústria, em temporadas de encarecimento dos meios de vida e de invernos rigorosos, esse sintoma é sempre mais evidente e assume um caráter epidêmico. A prostituição e o latrocínio aumentam, então, na mesma proporção. Embora a miséria seja a maior causa do suicídio, encontramos-lo em todas as classes, tanto entre os ricos ociosos como entre os artistas e os

políticos. A diversidade das suas causas parece escapar à censura uniforme e insensível dos moralistas. As doenças debilitantes, contra as quais a atual ciência é inócua e insuficiente, as falsas amizades, os amores traídos, os acessos de desânimo, os sofrimentos familiares, as rivalidades sufocantes, o desgosto de uma vida monótona, um entusiasmo frustrado e reprimido são muito seguramente razões de suicídio para pessoas de um meio social mais abastado, e até o próprio amor à vida, essa força enérgica que impulsiona a personalidade, é frequentemente capaz de levar uma pessoa a livrar-se de uma existência detestável. (MARX, 2006, p. 24-25).

Integrando o que foi levantado, Marx (2006) lembra, nos momentos finais do ensaio, que as instituições sociais são formas eficazes de suavizar os males dos que almejam ampliar seus direitos em sociedade de uma forma totalitária. Afinal, sociedades não divididas só podem sobreviver do livre exercício de relações francas entre iguais

As instituições sociais colaboram para fornecer integração social por meio de normas e hábitos, onde seu objetivo é organizar nossa sociedade possibilitando a convivência. No momento em que a sociedade se faz fortemente integrada, ela nutre os indivíduos sob a sua disposição e “[...] considera que eles estão a seu serviço e, por conseguinte, não lhes permite dispor de si mesmos conforme seu capricho. [...]” (DURKHEIM, 2000, p.259). Se, nessa configuração onde a sociedade está fortemente integrada houver uma oposição quanto à disposição dos indivíduos às suas normas e hábitos, é provável que os indivíduos se voltem à morte de modo a não cumprir com os deveres que se tem com ela, portanto nada se pode fazer, visto que está fora de cogitação a sociedade impor uma supremacia, tirando assim, a autoridade para manter esses indivíduos em seu lugar

É interessante notar que quando esses indivíduos são compassivos de algum grupo que gostam, onde esse não afeta a forma que desenvolvem os interesses que estão habituados a fazer, eles empenham maior obstinação em viver. Existe nisso, uma assistência moral mútua, onde: “O vínculo que os liga a sua causa comum amarra-os à vida [...]” (DURKHEIM, 2000, p.259). A partir daí, possuímos abertura para compreender a temática do presente trabalho e as camadas que podem ser exploradas.

2.1 O SUICÍDIO E A INSTITUIÇÃO RELIGIOSA

Considerando que quanto menos nos sentimos limitados, maior é a nossa

dificuldade em suportar qualquer limitação, não é estranho pensar que várias religiões celebram os benefícios e o valor moral da pobreza, por exemplo. A falta de recursos financeiros é um forte educador do homem a se conter e cultivar disciplina para poupar. Podemos então refletir sobre onde o sistema de poderes morais advindo da sociedade religiosa, que influencia igualmente funcionários e patrões, pobres e ricos a abandonarem a avareza, por exemplo. A religião, então, aparece em sociedade com um papel acalentador, onde consola a todos e ensina que, em um exemplo de pobreza, a ordem social é providencial, em que Deus os coloca nessa classe e os faz esperar por compensações justas pelas desigualdades que enfrentam (DURKHEIM, 2000).

O autor faz necessário o lembrete de que, em todos os momentos de sua vida, o indivíduo deve perceber que o que ele faz possui um objetivo para que assim sua existência não pareça vã para si, e, que o meio social seja capaz de o envolver e dar finalidade as suas atividades e motivações. Porém, quando a religião não passa de um mero idealismo para o indivíduo, mais difícil é que ela possua influência em sua vida (DURKHEIM, 2000).

Expandido o contexto sociológico explorado até o momento, há no mundo contemporâneo a importância em discursar que tanto a identidade religiosa quanto o pertencimento a um determinado grupo religioso, considerados fatores inerentes da religião, são importantes na manutenção da saúde mental (OLIVEIRA; GONDIM, 2013). Porém, é de nossa compreensão que “[...] o campo religioso hoje, longe de ser um movimento único, organizado, com filosofia e propósitos definidos, tem muito mais a ver com a ideia de mudança, algo em constante movimento [...]” (TAVARES, 2016, p.155). Essa mudança constante faz com que o indivíduo em sociedade se coloque também em deslocamento, de modo a buscar novas afeições e variadas vivências, deixando um pouco de lado a visão de uma espiritualidade definida por uma herança recebida dos pais ou as que eram anteriormente impostas na sociedade (TAVARES, 2016).

Apesar disso, mutáveis ou não, as religiões se colocam em uma posição acolhedora ao indivíduo em sofrimento, cada uma, porém, com a sua forma de lidar, mas sempre buscando aplacar as angústias que são a fonte do sofrimento naquele momento. É necessário, então, assimilar como a morte é entendida para algumas

religiões para assim compreender o suicídio para o indivíduo que pertence a uma instituição religiosa (SILVA; BARBOSA, 2018).

2.2 COMPREENSÃO DA MORTE SOBRE O SUICÍDIO NA RELIGIÃO

Para muitas religiões, a vida é compreendida como uma dádiva advinda do sagrado, um presente de Deus, onde é exclusivo dele a decisão de encerrar com a vida que ele mesmo deu. Nesse aspecto, as formas de compreender a morte se apresentam:

No Cristianismo a morte é algo que não se pode evitar, e ao fim de tudo o espírito permanece à espera do juízo final. Na visão do Islamismo, o ser continua a existir como forma de ressurreição, onde viverá de acordo com suas atitudes vividas na terra. O Judaísmo acredita que a morte e a vida formam um todo, e que se completam. No Budismo há a crença de que a morte não deve ser temida, sendo representada em um estado latente no qual se carregará as energias para o surgimento de uma nova vida, à qual é considerada eterna. (SILVA; BARBOSA, 2018, p.102).

Em um contexto ampliado, a morte apresenta conceitos distintos em relação às suas causas, nos quais seus modos podem ser divididos em causas internas e externas. As causas internas são voltadas para condições biológicas que podem ser ocasionadas naturalmente, como uma parada cardíaca, por exemplo. Já quanto às causas externas, sua relação se expressa em comportamentos de risco, como o uso excessivo de substâncias, por exemplo, resultando em morte acidental, homicídio e até mesmo suicídio (SILVA; BARBOSA, 2018)

A morte inquieta a humanidade desde primórdios da civilização até os dias atuais, ao mesmo tempo, em que para alguns traz uma certa fascinação, para outros vem envolvida de temor e para muitos se apresenta como um mistério. Atualmente, a morte é fonte de estudo e busca de entendimento para diversas doutrinas, sejam elas filosóficas ou religiosas. Em um panorama filosófico existencialista, ao se tratar sobre a morte, um dos pensamentos que aprofundam as ponderações é de que o homem sempre será voltado para a morte em determinadas situações e que nos momentos de luto existem oportunidades de se refletir para uma vida autêntica. Por isso, seja na filosofia ou na religião, os diversos aspectos interpretativos sempre estarão presentes de forma a tentar fornecer uma resposta para tal questionamento (EVANGELISTA, 2020).

Segundo o Conselho Federal de Medicina (CFM) o suicídio em si é quando o indivíduo executa o ato de se autodestruir, sendo este composto por ideações, tentativas constantes, pensamentos e estratégias que envolvem os métodos, entre os quais podem ser mutilações, formas de enforcamento, ingestão demasiada de medicamentos, entre outros meios que ele acredita ser letal (CFM, 2014). O suicídio pode ser planejado ou impulsivo, alarmante ou não. Quando a morte por suicídio se acontece ela se alia a uma mobilização social e traz um alerta, visto que “Há que se pensar que toda e qualquer morte traz à tona algo sobre a sociedade em que ela acontece.” (DUARTE, 2013, p.17). Posto isto, podemos lembrar as colocações do sociólogo Émile Durkheim, onde o autor emprega que a vítima se torna o próprio causador de tal dano a si e que todos os anseios sobre a vida e morte tem uma reflexão ampliada sobre poder antecipar esse momento, o que resulta em uma maneira de cada indivíduo refletir se a vida deve ou não ser vivida, propondo, por fim, que o ato suicida sobressaia na sociedade reconhecendo a urgência de falar sobre este assunto em específico (EVANGELISTA, 2020).

O suicídio se torna então uma solução para a pessoa, independentemente da idade, localidade ou classe social. Por isso, todos esses aspectos se interligam com uma perspectiva existencial de vida. Como a vida está sendo “vivida”? Existe significado em viver para aqueles que não enxergam suas motivações? Evidentemente, o suicídio também pode estar diretamente relacionado com fatores como a perda de um familiar, decepções, mudanças drásticas e o resumo de sua existência em uma perspectiva pessimista sobre a vida.

A complexidade é observar as pessoas que estão em situações delicadas e buscar identificar o que aflige a pessoa que se encontra em situação de um perigo existencial. Se, a partir disso, a possibilidade do indivíduo cometer suicídio é versada com a ausência de sentido da vida, é necessário buscar formas de alcançar esse sentido, uma delas é a ligação do ser humano com as vivências ao nível de transcendência, uma vez que o homem traz consigo uma urgência de transcendência, o que favorece sua prevenção do ato de suicídio (EVANGELISTA, 2020).

Algumas instituições religiosas definem para si e em sociedade como o ato de autodestruição é enxergado em seu meio, por exemplo, conforme a Federação Espírita Brasileira, o suicídio é uma fraqueza humana, onde diante dessa fraqueza o

indivíduo se desestabiliza perante os obstáculos da vida e assim ele não consegue compreender que com o tempo essas dificuldades encontram solução e que nenhum problema tende a ser eterno (FEB, 2017). De acordo com algumas noções do cristianismo, não há isenção ao sofrimento humano, uma vez que fomos concebidos em um estado de dor e estamos sujeitos a passar pelas diversas aflições da vida. Apesar desse entendimento atual, existiram, em momentos anteriores, principalmente no período medieval, condenação ao suicídio por meio de punições eclesiásticas⁴, além da incontestável situação da alma do suicida que, na compreensão da igreja era reservada ao inferno, resguardada algumas exceções da época, não era permitido ao suicida o ofício fúnebre como era de direito aos fiéis (SILVA; FARO, 2020).

A religiosidade então é marcada pela argumentação de que possuir uma religião e ser ativo participando de suas demandas, envolve estabelecer e manter um vínculo com outros indivíduos em sociedade, abrindo espaço para uma relação de dar e receber apoio quando se fizer necessário. Portanto, é possível considerar “[...] mais ou menos óbvio que o envolvimento religioso oferece maior apoio social e este tenha efeitos sobre a promoção, prevenção e mesmo alívio de sofrimento e transtornos mentais [...]” (DALGALARRONDO, 2008, p.190). Além disso, de acordo com a Associação Mundial de Psiquiatria, há uma sustentação de que a religiosidade e a espiritualidade desempenham papéis significativos na prevalência, diagnóstico, tratamento, resultados clínicos e prevenção de doenças. Assim sendo, a espiritualidade representa o interesse humano em questões existenciais, como o propósito da vida, a mortalidade, bem como as conexões com o sagrado e o transcendente, sem necessariamente estar vinculada à prática de uma religião ou rituais religiosos (FORTI; SERBENA; SCADUTO, 2020). Sabendo, então, que espiritualidade colabora na prevenção ao suicídio, é importante separá-la da religião, que implica relação com um ser transcendente, mesmo que haja uma necessidade das religiões se atualizarem e aprenderem a acolher aqueles que sofrem de forma humanizada. Todos nós, em nossa subjetividade, possuímos vivências e limites emocionais diferentes, assim como também temos feridas, cicatrizes e visões de mundo divergentes. Apesar do suicídio ser uma realidade a ser discutida, é

⁴ Punições eclesiásticas são sanções aplicadas pela Igreja ou seus sacerdotes a leigos, ou a eclesiásticos que pertencem ao clero: sacerdotes, padre e clérigo.

fundamental também olhar cautelosamente, por aqueles que sofrem e ser auxílio nos tempos difíceis.

3 O PAPEL DA PSICOLOGIA NA COMPREENSÃO INDIVIDUAL DO SUICÍDIO

Postas todas as considerações anteriores, propõe-se agora uma intercessão entre as conceitualizações trazidas acerca do indivíduo social, as formas como o suicídio é permeado pela sociedade, de modo a viabilizar uma maior compreensão sobre o suicídio, a espiritualidade e a forma do indivíduo de se colocar no mundo, especificamente através da perspectiva da psicoterapia.

De acordo com a psiquiatria, o suicídio é um processo pessoal em que o indivíduo deseja consumir sua própria morte, sendo esse ato potencialmente vinculado ou não a uma desordem psíquica ou transtorno. (CFM, 2014). Por outro lado, a psicologia descreve o suicídio como uma consequência do sofrimento psíquico, relacionado a uma psicopatologia. Nessa perspectiva, o sujeito enxerga o suicídio como a única solução para todas as suas questões, crises, angústias e conflitos existenciais (CONSELHO FEDERAL DE PSICOLOGIA, 2013). Notando também que para cada primeiro ato com intenção suicida, existem muitas outras tentativas. É de total relevância entender os conceitos e ressaltar a diferenciação da ideação suicida da tentativa em si. No primeiro conceito, a ideação suicida é o ato de pensar sobre o próprio suicídio, seja uma breve consideração ou um plano específico e detalhado; são os popularmente chamados de “pensamentos suicidas”. Já o conceito da tentativa se refere ao ato da pessoa que passou ao ato, mas por algum motivo não obteve sucesso. As tentativas de suicídio propendem a ser recorrentes e um caso de tentativa prévia simboliza o mais importante preditor de um suicídio completo. Os dois são considerados fatores de risco ao suicídio, no caso dos tentantes, de haver uma recidiva, porém pensar em suicídio não implica que a pessoa venha a realizar o ato, mas serve como um sinal de alerta (VIDAL; GONJITO; LIMA, 2013).

Quando se olha um quadro em que o sujeito está na fase de ideação suicida, ele realiza ensaios imaginários e até mesmo reais, até que conclua a ação destrutiva de fato, mas, ainda é possível que existam variáveis que não foram planejadas. Existem três fases que as pessoas com ideação podem se enquadrar, sendo a primeira, a fase da ambivalência, onde o sujeito se encontra no dilema de querer viver

e querer morrer. A segunda fase, um pouco mais grave, é da impulsividade, a qual é desencadeada por fatores e eventos negativos e estressores do cotidiano. E, na última fase se encontra a rigidez/estrutura, onde o sujeito é incapaz de visualizar soluções para problemas que o cercam, possuindo como sua única saída a morte (OLIVEIRA, 2017).

Segundo o Conselho Federal de Medicina existem fatores estressores psicossociais como o desemprego, dificuldades financeiras, decepções ou frustrações em relacionamentos, perdas e luto, aumento de responsabilidade, transtornos mentais e entre outros (CFM, 2014). Para a psicologia, no que diz respeito aos transtornos mentais, a depressão é a patologia que mais se destaca na maioria dos casos de ato suicida. Nesses casos, o risco maior se apresenta nos estágios iniciais, visto que o sujeito apresenta disposição física e psíquica para planejar e consumir o suicídio, sendo que, ao longo do tempo, quanto maior a piora do quadro depressivo, menor é a sua capacidade de realizar esse ato (OLIVEIRA, 2017)

Algumas características da personalidade do indivíduo também podem atuar como fator de risco ou em alguns casos como proteção para o suicídio. Nos fatores de risco, podemos destacar a impulsividade, o pessimismo, a agressividade, etc. Por outro lado, os fatores da personalidade e alguns estilos cognitivos que promovem a proteção contra esse comportamento autodestrutivo são as habilidades para desenvolver e manter relações sociais, a autoconfiança principalmente em conquistas pessoais, a capacidade de buscar ajuda quando surgem dificuldades, um bom desenvolvimento da autoestima entre outros (SILVA; BARBOSA, 2018). No caso da depressão endógena, por exemplo, são atribuídos fatores biológicos ou genéticos, que provém de um distúrbio nos neurotransmissores que desencadeiam sintomas de desesperança, tristeza e apatia. Nesse caso, a psicoterapia é indicada para um grau mais leve e em casos com grau mais elevado, a hospitalização seria a melhor indicação, justamente com o intuito de afastar o sujeito de uma realidade onde ele se veja em uma cadeia de obrigações que despertam um envolvimento constante com episódios depressivos, por exemplo, sua incapacidade de trabalhar, desfrutar e até mesmo sua incapacidade de sofrer (SANTOS, 2022).

Inúmeros pacientes, atualmente, se encontram nessa realidade, onde os casos de hospitalização ou internação clínica são imensamente difíceis de se realizar.

Ainda que as ideações suicidas se tornem presentes nessas realidades, existe um caminho de confronto interno que revela de forma real uma atitude para a preservação da vida (SANTOS, 2022). O confronto do que é saudável para o ser humano está além das ideias que uma vez foram estabelecidas socialmente, ou seja, depende inteiramente do encontro com seu interior e de como suas vontades próprias e particularidades são percebidas. Nesse sentido, a importância das questões psicológicas que a pessoa apresenta na psicoterapia são fundamentais, pois elas serão exploradas e reformuladas para estimular o desenvolvimento do sujeito, de forma saudável, e sua autonomia, lidando com as normas impostas socialmente e pelas pressões que o cercam (OLIVEIRA, 2017)

O contexto histórico presente no campo da psicologia clínica envolve as atitudes e o ambiente de um determinado autor ao descrever sua teoria sobre as vivências clínicas. Pensando assim, tudo se interliga e tem sua relevância, sua presença, percepção, atitudes e palavras. A teoria pode ser aplicada em relação ao paciente. Por isso, quando se trata do fenômeno do suicídio, a busca por formas eficazes de prevenção ainda se apresenta como um grande desafio para a psicologia. Embora, haja circunstâncias que exerçam influência no desenvolvimento de ideações suicidas, e até mesmo o próprio ambiente proporcione isso, o que vai ser importante para o estudo clínico psicológico é a atitude de cada pessoa e de que forma em sua subjetividade é possível melhorar o atual quadro (SANTOS, 2022).

3.1 LOGOTERAPIA E A BUSCA DE SENTIDO COMO INSTRUMENTO CLÍNICO

Acerca das reflexões que transpassam o suicídio, é fundamental ressaltar que a existência humana sempre foi atravessada pela busca de sentido, propósito, pertencimento, jornada e, entre outras derivações dessa demanda que acompanha o ser humano. E, dentro das mais diversas teorias presentes na psicologia, a Logoterapia – que em uma tradução literal do termo é terapia através do sentido – é uma abordagem que tem como fundador o psiquiatra austríaco Viktor Emil Frankl (1905-1997), onde o propósito se baseia em uma psicoterapia centrada na busca de sentido que é feita por cada indivíduo e concentra-se mais no posterior, ou seja, nos sentidos a serem realizados e alcançados por cada pessoa em seu futuro.

A terceira escola vienense de psicoterapia é construída a partir da Logoterapia e análise existencial, que Viktor Frankl configura baseado em uma discussão com as

teorias de Freud e Adler. Diante deste cenário, os conceitos como auto distanciamento, autotranscendência, otimismo trágico, vontade de sentido, sentido da vida e outros somam-se à valorização da capacidade humana de encontrar sentido diante do sofrimento. A liberdade e a responsabilidade ganham destaque na antropologia, que sustenta que o ser humano é capaz de enfrentar os maiores desafios da vida, inclusive pensamentos suicidas (SANTOS, 2022).

Sintetizando o conceito de Logoterapia, considera-se que:

A Logoterapia se centra no significado da existência humana, assim como na busca de sentido por parte do homem. A primeira força motivante do homem é a luta por encontrar um sentido para sua própria vida. A vontade de sentido está em contraste com o próprio prazer (que ele denomina também de vontade de prazer) em que se centra a psicanálise freudiana e com a vontade de poder, enfatizada por Adler. (XAUSA, 1986, p.110).

A análise existencial e a Logoterapia, a doutrina e a terapêutica de Frankl fomentam seu pensamento, embora se apoie em bases filosóficas sólidas, brota diretamente da sua experiência humana e médica. Assim como Freud elaborou a sua doutrina a partir das neuroses que lhe foi dado observar e curar na sociedade burguesa, vitoriana e tradicionalista de seu tempo; e Adler, a partir de suas experiências nas classes sociais mais desfavorecidas, que lutavam por uma melhoria de situação, assim também, Frankl elaborou a sua doutrina e o seu método com contato com homens que viveram as mais terríficas experiências do totalitarismo, do racismo, da segunda guerra mundial (FRANKL, 1989). Desta forma, nos é possível a reflexão de que uma ideia clara sobre o sentido da vida compete também a forma como somos ensinados sobre a vida. O que é a vida? Para que serve a minha vida? Qual é o sentido da minha vida? Esses questionamentos tornaram-se muito claros para o autor, e visto seus resultados percebemos que ele mesmo encontrou em sua família, estudos, fé e trabalho, respostas que até hoje, seja em um ambiente clínico ou não, nos auxiliam tanto (SANTOS, 2022)

Mesmo que situações angustiantes, e que sejam provedoras de tamanho sofrimento, ideações suicidas e comportamentos autodestrutivos possam parecer difíceis, elas parecem potenciais passíveis para todas as pessoas. O objeto da Logoterapia será, portanto, o homem cujas pulsões se definem como o desejo de sentido e um significado da vida, que se articulará à medida que este vivencia seu

destino. É por meio de sua consciência que esse sujeito carrega e assume esse destino, decidindo qual caminho seguirá e conceitua suas experiências por meio da criação de valores ou das experiências que vivência. Portanto, a questão do sentido da vida está destinada a ser respondida pelo ser humano e é dele que a resposta deve emergir, e essa resposta está escondida em seu interior e para poder ser desvendada é necessário um confronto defronte. Quando o sujeito é capaz de responder a essa pergunta, ele então se torna responsável (GOMES, 1989)

Conseqüentemente, o significado para cada indivíduo que o busca tem por característica um caráter singular, que pode se modificar conforme o tempo e através da transitoriedade da existência. O sujeito, portanto, estará em uma busca pelo que se aproxime de mais atender de maneira verdadeira os seus desejos (GOMES, 1989). Este movimento de busca do sujeito, não deve ser visto como patológico, visto que o entendimento é que a tensão gerada por essa atitude é ideal para a saúde mental, fornecendo equilíbrio ao sujeito, além de promover um esforço para a modificação de sua realidade atual para uma que corresponda aos seus desejos. Entretanto, nessa busca ao equilíbrio, suas demandas interiores são as razões pelas quais o sujeito quer realizar esse desejo, porém, é devido ao desequilíbrio que o mesmo é capaz de avançar (GOMES, 1989)

A terapêutica de Frankl baseia-se na análise existencial, que direciona o foco para a experiência imediata e a motivação para a liberdade, a qual está intrinsecamente ligada ao sentido de vida do indivíduo. É necessário entender que não há como libertar os doentes de seus supostos tabus introjetados, ou dos seus desejos incabíveis de alcançar o equilíbrio, mas sim fornecer a sua liberdade, para que, um sentido seja colocado nesse lugar de procura (XAUSA, 1986). No entanto, a necessidade de ação pode levar o indivíduo a se aproximar de uma situação de desamparo, o que o levará a experimentar o vazio existencial. Frankl (2021, p. 170) reconhece que “sem o sofrimento, o crescimento que atingi teria sido impossível”. Todavia, esclarece que “[...] o sofrimento não é de modo algum necessário para encontrar sentido. Insisto apenas que o sentido é possível mesmo a despeito do sofrimento [...]” (FRANKL, 2021, p. 138)

Portanto, a Logoterapia é uma abordagem psicológica comprometida com a comunidade humana, buscando interpretar a antropologia sem um acentuado

egocentrismo do ser humano. Engloba teorias que buscam o equilíbrio biopsicológico, a autossatisfação pessoal, um autodesenvolvimento, uma autorrealização centrada na pessoa e o bem-estar social em busca de um êxito individual, do sucesso pessoal e da posição social (XAUSA, 1986). A Logoterapia compreende o sofrimento como um importante processo no que diz respeito ao crescimento do sujeito, a busca de sentido se torna, então, um empreendimento acerca da tensão experienciada ao longo deste movimento (GOMES, 1989).

3.2 A RELAÇÃO ENTRE ESPIRITUALIDADE E SOFRIMENTO NO CONTEXTO EXISTENCIAL

Por meio da linha existencial-humanista, o autor traz à reflexão o assunto do sofrimento e o significado que se pode dar a ele. A partir desse pensamento, a ressalva é para a forma em que a espiritualidade também pode contribuir para essa reflexão. A pessoa espiritual pode, fundamentalmente, ser tanto consciente como inconsciente, sendo a parte espiritual, em sua profundidade, inconsciente. Ressaltando que, esta espiritualidade não se refere à vida espiritual no sentido religioso e sim a vários fenômenos, como, por exemplo, os afetos e inclinações que não derivam somente do instintivo, mas que pertencem ao psico-espiritual (XAUSA, 1986).

A espiritualidade é a dimensão peculiar de todo ser humano e o impulsiona na busca do sagrado, da experiência transcendente na tentativa de dar sentido e resposta aos aspectos fundamentais da vida. A espiritualidade não é monopólio das religiões ou de algum movimento espiritual. Ela é inerente ao ser humano. É a dimensão que eleva a pessoa para além de seu universo e a coloca frente às suas questões mais profundas, as que brotam da sua interioridade, no anseio de encontrar resposta às perguntas existenciais: de onde vim? Para onde vou? Qual é o sentido da minha vida? Que lugar eu ocupo neste Universo? Que propósito tem minha vida? Por que aconteceu isso comigo? Visto que a questão fundamental do ser humano contemporâneo é a de busca de sentido (GOMES; FARINA, FORNO, 2014).

Porém, seu conceito se difere de religiosidade, que a religiosidade é compreendida na dimensão pessoal. A religiosidade é expressão ou prática do crente que pode estar relacionada com uma instituição religiosa. Esta possibilita ao sujeito

experiências místicas, mágicas e esotéricas. A religiosidade contribui com a convicção de que existe uma dimensão maior, responsável pelo controle sobre as contingências presentes na vida, capacitando o indivíduo a lidar com os acontecimentos de forma mais tranquila, confiante, e reduzindo o estresse e a ansiedade (GOMES; FARINA; FORNO, 2014)

O ser humano é visto na perspectiva analítico-existencial da Logoterapia como uma unidade antropológica. Diferente da psicanálise freudiana e da psicologia adleriana, que reduzem o ser humano às dimensões biológica e psíquica, Frankl apresenta o indivíduo em três dimensões: psique – corpo – noos. Então, além do biológico, do psíquico e do sociológico, há no humano essa dimensão espiritual: noos, que também pode ser chamado de noético. O espiritual vai mais além do religioso ou do supranatural. O noético ou espiritual só pode ser encontrado numa dimensão superior e especificamente humana (XAUSA,1986). É compreensível que a contemporaneidade necessite de um conceito de ser humano que responda aos seus anseios de profundidade, inclua, além da dimensão biológica e psicológica, a realidade social e a dimensão que aspira ao sentido da vida, a dimensão espiritual; como assinala Viktor Frankl em: “O homem de hoje conhece a sociedade o fato de possuir instintos, o que temos de mostrar-lhe é que ele possui também alma – espírito, liberdade e responsabilidade”. (FRANKL,1989, p.116)

Frankl não considera o homem como encerrado pelos influxos deterministas de sua natureza biopsicológica, nem só aberto aos determinismos do meio ambiente, mas como um sujeito que cria o mundo. O autor afirma que a dimensão espiritual, que inclui também a religiosa, é essencial para a visão do homem, e que ela pode existir de maneira inconsciente. Uma verdade secular cientificamente provada não pode jamais contradizer uma verdade religiosa genuína porque a religião verdadeira ocorre numa dimensão mais alta. O mais alto inclui o mais baixo, a verdade religiosa inclui a verdade científica. Não há nem exclusividade recíproca e nem contradição.

Como se pode perceber, o conceito “sentido de vida”, ou melhor, a falta dele, está diretamente ligado ao suicídio por outro termo: o vazio existencial. Acredita-se que grande parte dos problemas enfrentados pelos jovens hoje está associado a esse vazio que impede a vontade de sentido. O autor explica que o homem sente-se perdido nas próprias vontades e ações devido à perda dos valores e da tradição.

Assim, vive-se em uma sociedade onde pessoas imitam pessoas, deixando de lado o que é único e particular de cada um. Relacionado a isso, o autor aponta que cerca de 20% das neuroses advêm do sentimento da falta de sentido (FRANKL, 2021), portanto, a Logoterapia é a abordagem ideal para o tratamento dessas questões existenciais.

Em consequência, atrelar a Logoterapia e a espiritualidade expande uma gama de possibilidades de prevenção. Reforçando que o suicídio é um fenômeno multifatorial, reduzi-lo a um fator é um ato errado e simplista. Não somente para que seja feita uma diferença na prevenção, é fundamental não usar estereótipos religiosos ou culturais, atribuir culpas ou até mesmo informar detalhes específicos de métodos. O indivíduo em sofrimento, a demanda de alternativas ao suicídio, a vontade de sentido segundo a Logoterapia e, o meio social e o senso da crença advindo da espiritualidade são pilares para fundamentar o ambiente clínico.

4 CONSIDERAÇÕES FINAIS

As ponderações fomentadas no presente trabalho se dedicaram a refletir acerca de como a Logoterapia e a espiritualidade se mostram como meios eficazes de apoio ao suicídio, além de evidenciar sua possibilidade de ser usada como ferramenta na clínica. Também buscou-se refletir sobre as diversas realidades, reconhecendo que, embora o meio social esteja em constante transformação, aspectos específicos, como as religiões, desempenham um papel importante. É importante considerar que essas mudanças também influenciam o sofrimento humano.

Durante a realização do trabalho, pôde-se observar as ênfases de Viktor Frankl na importância do sentido e da busca por um propósito na vida como elementos fundamentais para a saúde mental e emocional. Frankl trouxe reflexões significativas sobre o adoecimento coletivo e sua relação com o suicídio. Segundo Frankl, o adoecimento coletivo surge quando os indivíduos enfrentam um vazio existencial, uma sensação de falta de sentido em suas vidas. Em sociedades onde prevalecem valores superficiais, materialismo excessivo e uma desconexão com valores mais profundos e espirituais, o vazio existencial pode se tornar mais

evidente e desencadear uma crise de significado. Nesse contexto, o suicídio pode surgir como uma resposta desesperada a esse vazio e à falta de esperança. Frankl argumentava que a ausência de um sentido claro na vida pode levar ao desespero e à sensação de que a morte é a única saída para o sofrimento e a angústia existencial.

Considerando também as percepções do sociólogo Émile Durkheim, vistas previamente, ressalta-se a importância dos fatores sociais e estruturais que influenciam o suicídio. Durkheim descreve o suicídio como resultante da falta de integração social, bem como da ausência de regulação social e normas claras. Através dessas abordagens sociológicas, é possível compreender como fatores sociais, como a falta de apoio social, desigualdades estruturais, isolamento e mudanças rápidas na sociedade, podem desempenhar um papel significativo no aumento do risco de suicídio.

Portanto, essas considerações nos ajudam a entender a complexidade do suicídio, abordando tanto as dimensões individuais, como a busca por sentido e propósito, quanto as dimensões sociais, como os fatores sociais e estruturais que influenciam o sofrimento humano e o risco de suicídio. Essas perspectivas destacam a importância de abordagens integradas que considerem tanto os aspectos psicológicos quanto os fatores sociais para prevenir e lidar com o suicídio de forma eficaz.

Ademais, o estudo deste tema abre espaço para ser explorada de forma mais profunda e atenta esta relação estabelecida pelo tentante com as espiritualidades, de forma que seja possível compreendê-la melhor sob a ótica de um viés científico, visando maiores contribuições para a ciência psicológica, que poderão servir como base para o desenvolvimento de possíveis intervenções e novos estudos.

REFERÊNCIAS

CONSELHO FEDERAL DE MEDICINA. **Suicídio**: informando para prevenir. Brasília, DF, 2014.

CONSELHO FEDERAL DE PSICOLOGIA. O suicídio e os desafios para a Psicologia. Brasília: CFP, 2013.

DALGALARRONDO, Paulo. Avaliação geral da linha de pesquisa sobre saúde mental e religião. *In*: DALGALARRONDO, Paulo. **Psicopatologia e semiologia dos transtornos mentais**. 2ª edição. Porto Alegre: Artmed, 2008.

DURKHEIM, Émile. **O suicídio**: estudo de sociologia. São Paulo: Martins Fontes, 2000.

DUARTE, Yvone Magalhães (Org.). **O Suicídio e os Desafios para a Psicologia**. Brasília: Conselho Federal de Psicologia, 2013.

EVANGELISTA, Ailton Martins. O Despertar do sentido da vida em Viktor Frankl: Uma reflexão em resposta ao suicídio na juventude. **Itinerários Filosóficos**, v. 1, n. 03, 2020. Disponível em: <<https://revista.unisal.br/lo/index.php/itinerarios-filosoficos/article/view/1573#:~:text=Viktor%20Frankl%20se%20mostrou%20apto,o%20sentido%20em%20suas%20vidas.>>. Acesso em: 2 maio 2023.

FEDERAÇÃO ESPÍRITA BRASILEIRA. **Em defesa da vida**: suicídio não (1a ed.). Brasília, DF, 2017.

FRANKL, Viktor Emil. **Psicoterapia e Sentido da Vida**: Fundamentos da Logoterapia e análise existencial. São Paulo: Quadrante, 1989.

FRANKL, Viktor Emil. **Em busca de sentido**. São Leopoldo: Sinodal; Petrópolis: Vozes, 2021.

GOMES, José Carlos Victor. A Logoterapia. *In*: GOMES, José Carlos Victor. **A prática da psicoterapia existencial**. Petrópolis: Vozes, 1988, p. 29-76.

GOMES, Nilvete Soares, FARINA Marianne, FORNO, Cristiano Dal. Espiritualidade, religiosidade e religião: reflexão de conceitos em artigos psicológicos. **Rev Psicol IMED**, 2014. Disponível em: <<http://dx.doi.org/10.18256/2175-5027/psico-imed.v6n2p107-112>>. Acesso em: 2 maio 2023.

MARTINS, Thaíza Paula; NARCISO, Amanda da Silva; LIMA, Angélica Adriana Soares; MALHEIROS, Hellen Bianca Araújo, SANTIAGO, Marianne Caldeira de Faria. ESPIRITUALIDADE NA PRÁTICA CLÍNICA EM TEMPOS DE PANDEMIA. **Revista Interação Interdisciplinar (ISSN: 2526-9550)**, [S. l.], n. 1, 2022. Disponível em: <https://publicacoes.unifimes.edu.br/index.php/interacao/article/view/1452>. Acesso em: 5 jun. 2023.

MARX, Karl. **Sobre o suicídio**. São Paulo: Boitempo, 2006.

NETO, Gabriela Costa Rodrigues. **Suicídio e Religião**: Homília Cautelosa - Igreja Católica quando fala sobre suicídio. *Sacrilegens*, v.15, n 2, p. 637-649, jul/dez, 2018. Disponível em: <<https://periodicos.ufjf.br/index.php/sacrilegens/issue/view/1328>>. Acesso em: 05 jun 2023.

OLIVEIRA, Janaína Bahia; GONDIM, Maria de Fátima. Psicologia da religião no mundo ocidental contemporâneo: desafios da interdisciplinaridade (Vol. I & II). **Rev. abordagem gestalt**. Goiânia, v. 19, n. 2, p. 249-251, dez 2013. Disponível em: <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1809-68672013000200013&lng=pt&nrm=iso>. Acesso em: 02 maio 2023.

OLIVEIRA, Naiana Andrade de. Prevenção à ideação suicida decorrente da depressão em adultos. **Revista Ciência (In) Cena**. Salvador, 2017.

SILVA, J. A.; BARBOSA, C. A. N. O SUICÍDIO NA VISÃO DA DOUTRINA ESPÍRITA E DAS CIÊNCIAS: revisão de literatura. **Psicologia e Saúde em debate**, [S. l.], v. 5, n. 2, p. 96–111, 2019. DOI: 10.22289/2446-922X.V5N2A7. Disponível em: <<http://psicodebate.dpgpsifpm.com.br/index.php/periodico/article/view/V5N2A7>>. Acesso em: 2 maio 2023.

SILVA, Máisa Carvalho; FARO, André. Comportamento suicida e religiosidade em estudantes de psicologia. **Mudanças**, São Paulo, v. 28, n. 1, p. 35-42, jun. 2020. Disponível em <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0104-32692020000100005&lng=pt&nrm=iso>. Acesso em: 07 maio 2023.

TAVARES, Fábio Roberto. **Movimentos religiosos contemporâneos**. Indaial: UNIASSELVI, 2016.

VIDAL, Carlos Eduardo Leal, GONTIJO, Eliane Costa Dias Macedo e LIMA, Lúcia Abelha. Tentativas de suicídio: fatores prognósticos e estimativa do excesso de mortalidade. **Cadernos de Saúde Pública [online]**. v. 29, n. 1 p. 175-187, jan 2013. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/S0102-311X2013000100020>>. Acesso em: 27 Abril 2023.

WORLD HEALTH ORGANIZATION. **Suicide worldwide in 2019: Global Health Estimates**. Geneva: World Health Organization, 2021.

XAUSA, Izar Aparecida de Moraes. **A psicologia do sentido da vida**. Petrópolis: Vozes, 1986.