

Introdução às abordagens fenomenológica e existencial em psicopatologia (II): As abordagens existenciais

JOSÉ A. CARVALHO TEIXEIRA (*)

As abordagens existenciais em Psicopatologia, tal como as abordagens fenomenológicas, não se constituem como uma posição unificada e incluem vários pontos de vista. Fundamentam-se primordialmente na procura do significado da existência desenvolvida nas obras filosóficas de S. Kierkegaard (1813-1855), F. Nietzsche (1844-1900), M. Heidegger (1889-1976) e J.-P. Sartre (1905-1980), cujos temas essenciais foram a angústia, a razão/desrazão, a morte, a liberdade, a autenticidade e os valores (Olson, 1962).

A *analítica do Dasein* de Heidegger, enquanto clarificação filosófica da estrutura transcendental ou apriorística do ser-no-mundo, e a *psicanálise existencial* de Sartre na qual o Homem aparece como hermeneuta do seu-mundo através da sua própria história e através do seu projecto existencial, aparecem como os dois pilares principais das abordagens existenciais.

A primeira constitui o suporte fundamental da *Daseinanalyse* introduzida por L. Binswanger e continuada por M. Boss como análise psicopatológica

(empírico-fenomenológica) dos modos e formas da existência perturbada, tomando como ponto de partida as categorias diagnósticas da Psicopatologia.

A segunda, desinteressando-se da análise metafísica ou ontológica do ser, centrou-se na análise da existência concreta (não do *ser*, mas sim do *seu-mundo*) tomando como ponto de partida, não as categorias da Psicopatologia, mas a existência total com o objectivo de trazer à claridade as escolhas que o Homem faz para se tornar uma pessoa (*o quem*) e que Sartre desenvolveu em obras como «*Baudelaire*», «*O Idiota da Família*», «*Flaubert*» e «*Saint Genet, Comediante e Mártir*», entre outras. As suas concepções inspiraram Martín Santos, Rollo May, R. Laing e D. Cooper, entre outros.

Por vezes existe certa confusão entre o pensamento fenomenológico e as abordagens existenciais em Psicopatologia. Tal facto resulta essencialmente da tradução da designação *Daseinanalyse* – utilizado para denominar o método desenvolvido por Binswanger no quadro de uma abordagem fenomenológica – por *análise existencial* (Ionescu, 1991). Como referem Boss e Condreau (1975), esta tradução envolve concepções muito diversas e uma série de métodos terapêuticos

(*) Instituto Superior de Psicologia Aplicada. Coordenador do Grupo de Estudos de Psicologia e Psicopatologia Fenomenológicas e Existenciais.

que, por vezes, estão em oposição entre si. Neste artigo reserva-se a designação *análise existencial* na acepção de análise do projecto existencial, inspirada nas concepções de Sartre.

Em artigo publicado anteriormente (Teixeira, 1993) identificaram-se pontos de convergência nas abordagens fenomenológicas e existenciais e introduziram-se as correntes principais da psicopatologia fenomenológica: fenomenologia descritiva e compreensiva de K. Jaspers, fenomenologia genético – estrutural de E. Minkowski e a psicopatologia fenomenológico – existencial (*Daseinanalyse*) de L. Binswanger. Pretende-se agora promover uma introdução às abordagens propriamente existenciais em Psicopatologia.

1. FUNDAMENTOS FILOSÓFICOS

A análise do Dasein de L. Binswanger representou uma espécie de «casamento» entre a filosofia existencial de Heidegger e a metodologia psicanalítica de Freud, tomando como ponto de partida as categorias diagnósticas da Psicopatologia e não o Homem na sua totalidade, com uma preocupação essencialmente onto(pato)lógica e psiquiátrica. Assentou na ideia de que o patológico seria o que se afastaria da estrutura apriorística do ser (dos existenciais temporalidade, espacialidade, etc.) e se tornou estrutura existencial modificada. É análise da existência (*DaSEIN*), do sujeito transcendental, e não do existente (*DAsein*).

Para Sartre é do existente (*DAsein*) mesmo que se trata. A psicanálise existencial é a *análise do existente*, de como se estrutura o seu-mundo particular, concreto (Villegas, 1994). É análise do Homem como ser, cuja existência precede a essência. A vida não é determinada nem antecedida de nenhuma realidade ideal, pelo que a existência é contingente e gratuita. Deste modo, o Homem fica obrigado a inventar a sua própria vida, com uma responsabilidade total e irreduzível. Mesmo que não queira tem que escolher: não escolher já é, em si mesmo, uma escolha.

O ser do Homem é uma carência de ser (um nada), uma ausência. Assim sendo, existir (*existir*), no sentido de estar fora de si mesmo, é *pro-jecto*, é «estar adiante»: espaço temporal

através do qual se projecta o ser. O Homem é apenas o que ele projecta para si, negando os seus condicionamentos, lançando-se para a frente de si mesmo e realizando-se na direcção do futuro. Quem se projecta no mundo é o sujeito que constrói a sua história (vida), dotado de uma consciência projectante. O projecto aparece como o nexó estruturador da existência. Deste modo, o Homem não é uma totalidade, acabada e determinada, mas sim um processo incompleto de totalização. Deste ponto de vista, todas as manifestações do comportamento humano seriam expressões do projecto existencial, projecto fundamental de autocriação e construção do seu próprio destino.

Em Sartre destaca-se também a ameaça que a presença do outro constitui para a minha existência, porque dotado da mesma liberdade: o que eu faço aparece ao outro como objecto. Ou seja: o meu processo incessante de totalização é constantemente *congelado* pelo outro que, objectivando-me, reduz-me a uma totalidade acabada na qual se perde a condição de sujeito e se passa a *ser-para-o-outro*, na condição de objecto. Assim, as relações interpessoais aparecem como relações essencialmente conflituais («o Inferno são os outros»), vistas como eternos lugares de alienação e de eliminação de mim enquanto horizonte de possibilidades e de projecto de futuro.

O Homem é assim colocado perante os condicionamentos do seu passado e as acções dos outros. Ambos o aprisionam, mas o sujeito deve sempre tentar superar esta situação, projectando-se para além dela, transcendendo-a e transcendendo-se. Assim, é nele próprio que reside a transcendência. Esta realidade humana só poderia ser apreendida pela lógica dialéctica que abrange duas componentes: regressiva e progressiva.

A componente regressiva é a que descreve e analisa a situação e define o leque de possibilidades dentro da qual o projecto se forma e se expressa. A componente progressiva é a que capta a conduta e as suas obras como superação da situação e manifestação do projecto.

Não é possível, no âmbito deste artigo, abordar exaustivamente os fundamentos filosóficos das abordagens existenciais em Psicopatologia. No entanto, é desejável introduzir, de forma necessariamente breve, alguns temas do existencia-

lismo que podem ser relevantes para sua melhor compreensão: a angústia, a morte, a liberdade, o projecto e os valores.

1.1. A angústia

Do ponto de vista existencial a angústia aparece em relação com o sentimento de ter sido lançado no mundo e sentir-se obrigado a fazer escolhas, nomeadamente em relação às quais nem sempre se conhecem antecipadamente todas as consequências. É essencialmente angústia que aparece diante da necessidade de escolher (Olson, 1962). É ela que aparece quando temos que tomar decisões importantes na nossa vida, quando tomamos consciência que temos sempre que decidir por nós próprios, que nada nem ninguém pode decidir por nós, mas que também está ligada à liberdade e à autonomia da escolha da sua própria história.

Sartre não dedicou na sua obra tanta atenção à angústia e ao desespero como fizeram Kierkegaard e G. Marcel. No entanto, foi ele que destacou a angústia como a resultante do facto do Homem ter que fazer as suas escolhas sem conhecer antes qual será o seu valor.

1.2. A morte

Para Heidegger, a consciência da própria morte produziria directamente individualidade, pelo facto de destacar o Homem da banalidade da vida de todos os dias e evidenciar o seu carácter de ser-para-a-morte.

Uma decisão resolvida do Homem em assumir a sua própria finitude permitiria atenuar o medo que o pensar na morte inspira e, ao mesmo tempo, introduzir modificações profundas no seu ser, causadas pela necessidade constante de autotranscendência. A morte aparece assim como a última possibilidade, como o acto final de todos os actos de autotranscendência.

No entanto, para Sartre a consciência da morte teria efeitos mais indirectos sobre a individualidade que, do seu ponto de vista, estaria mais relacionada com a autenticidade das escolhas. A consciência da morte influenciaria a individualidade do Homem na medida em que o conduz a escolher sem ter em conta valores convencionais ou inautênticos. Para ele a morte não aparece como uma possibilidade pessoal que o

Homem poderia assumir livremente, mas sim um limite que ele pode encontrar em qualquer altura do desenvolvimento dos seus projectos pessoais, «*uma sempre possível aniquilação dos meus possíveis que está fora das minhas possibilidades*» (Sartre, 1943).

Para Kierkegaard (1935), a angústia é a luta do Homem, enquanto pessoa viva, contra o não-ser. O medo que aparece na experiência de angústia não viria da ameaça de morte em si mesma mas sim do seu conflito ambivalente em relação a essa ameaça. Ou seja, do facto de poder sentir-se tentado a ceder a essa ameaça.

1.3. A liberdade

Para Sartre a motivação real e decisiva do comportamento humano é um projecto original livremente escolhido no momento da criação do seu próprio mundo. Para ele, a hereditariedade, a educação, o ambiente e os aspectos fisiológicos e constitucionais nada explicariam. Pelo contrário, a única causa genuína do comportamento humano seria o seu projecto fundamental e individual de ser, projecto que seria *uma escolha* e não um estado, uma determinação de si próprio, livre e consciente.

É neste âmbito que surge a *liberdade*, que permitiria ao Homem escolher um projecto que exprime a totalidade do seu movimento para ser, a sua relação original consigo próprio, o mundo e os outros, patente na sua conduta.

Ser livre é fazer escolhas concretas e toda a liberdade é uma liberdade *situada* na realidade objectiva, situada no campo da facticidade, na qual podem residir obstáculos. Assim, o Homem ao agir a sua liberdade sofre com as circunstâncias adversas mas faz um esforço para realizar o seu projecto no mundo, comprometido com uma situação. Não se trata de uma liberdade de obtenção mas sim de uma *liberdade de eleição*, na qual o Homem pode determinar-se a querer por si mesmo, com autonomia da escolha.

O Homem é livre porque existe um mundo que resiste à sua liberdade mediante uma facticidade feita do lugar que ocupa no mundo, do seu corpo, do seu passado imutável e da existência dos outros. A liberdade só existe em função do *em-si*, mas a situação só existe em função da liberdade, o que quer dizer que não há uma coisa sem a outra. O Homem não escolhe a sua

situação, mas pode escolher a sua atitude em relação à sua situação e, também, o que faz com ela. A liberdade só encontra no mundo as limitações que ela mesmo colocou, estabelecendo os obstáculos com os quais se vai defrontar. Assim, apenas a liberdade pode limitar a liberdade e o Homem fica prisioneiro dela, *condenado a ser livre* (Sartre, 1943). A liberdade aparece como um facto contingente que nasce com o ser, que não pode escolher não ser livre, como também não pode escolher ser livre.

1.4. *O projecto*

Com Sartre apareceu o conceito de *projecto fundamental*, enquanto coerência interna da maneira de ser de cada pessoa, que emergiria contemporaneamente a todas as suas condutas, reflectindo uma escolha originária (Perdigão, 1995). De acordo com ele, todas as manifestações da vida humana (acções, emoções, sentimentos, discurso) seriam diferentes expressões do projecto que, sendo dotado de certa permanência, não é necessariamente imutável.

O projecto emerge de um desejo abstracto de ser, na medida em que para agir o Homem tem que estabelecer projectos: decidir, entre as coisas que podem ser feitas, as que ele irá fazer.

A estrutura da existência do Homem é narrativa, a narrativa que ele faz sobre si próprio, que constitui a sua história. Tomando como ponto de partida essa narrativa seria possível analisar o seu projecto existencial, a chave organizadora da sua existência, a *escolha originária* que faz de si mesmo em situação, escolha livre que se identifica com o seu destino e que envolve as suas construções pessoais duradouras e significativas ao nível dos sentimentos, dos compromissos e da realização de si.

Abriu assim caminho para uma perspectiva que não tem interesse directamente psicopatológico, mas sim terapêutico (Villegas, 1994): a análise da existência como expressão de um projecto concreto, permite confrontar abertamente este projecto para assumi-lo e re-elaborá-lo, na linha da autorrealização.

1.5. *Os valores*

Os pontos de vista existenciais referem que a vida de cada homem é marcada por perdas irre-

paráveis, pelo que os sentimentos de frustração, insegurança e dor seriam inerentes à condição humana. Esses sentimentos seriam geradores de valores que, com aquela proveniência, seriam os únicos suportes que o Homem teria para continuar a sua caminhada.

Assim, esses valores teriam todos a mesma proveniência: a consciência de tragédia inerente à condição humana, que se manifesta na angústia e no sofrimento.

Ao mesmo tempo, teriam todos a mesma função e uma mesma característica. A sua função seria a de libertar dos medos e das frustrações da vida de todos e do tédio, enquanto que a sua característica comum seria a sua intensidade.

Genericamente, esses valores seriam a *liberdade de escolha*, a *dignidade individual*, o *amor* e a *criatividade*, embora os diferentes autores não estejam todos de acordo quanto à sua importância relativa (Olson, 1962).

2. ASPECTOS GERAIS DAS ABORDAGENS EXISTENCIAIS EM PSICOPATOLOGIA

As abordagens existenciais em psicologia e psicopatologia implicam a consideração prévia de quatro princípios fundamentais (Brennan, 1994):

- A pessoa é conceptualizada como um indivíduo que existe como um *ser-no-mundo*, o que quer dizer que a existência de cada pessoa é única e reflecte percepções, atitudes e valores individuais
- O indivíduo é considerado como resultado do seu desenvolvimento pessoal, pelo que a sua *experiência psicológica individual* é a chave para a compreensão da sua existência
- O indivíduo move-se numa trajectória vital na qual *luta contra a despersonalização da sua existência* que pode ser levada a cabo pela sociedade, que o pode conduzir à alienação e à solidão
- O indivíduo (*o ser*) está sempre em *situação (no-mundo)*, o que limita as suas respostas possíveis, implica uma liberdade situada e escolhas em situação
- O *método fenomenológico* é o método de investigação que permite conhecer a experiência individual.

Complementarmente, surge o *estar comprometido* com a tarefa, sempre inacabada, de descoberta, de posicionamento e de dar sentido à sua própria existência, constantemente *questionado* por si mesmo, pelos outros e pelo mundo. O indivíduo não tem escolha a não ser a de actuar e encontrar significados nas suas próprias acções, considerando que as acções são limitadas pelas circunstâncias e que quando ele se implica, escolhendo, não conhece as consequências disso. Apesar disto, está inevitavelmente comprometido nas suas tarefas vitais, pelas quais é irrevogavelmente responsável, ao mesmo tempo que está em constante relação com os outros, relação existencial que é encontro (*estar-com*) que implica (Teixeira, 1996): a presença (de *estar-por-si*), a reciprocidade (enquanto troca ou *estar-para-o-outro*, comportamento mútuo de co-relação), o cuidado (acolhendo o outro na sua esfera vital) e, ainda, o laço emocional entre um *eu* e um *tu* que criam um *nós*, mas que deixa o outro ser como é.

As abordagens existenciais são *abordagens compreensivas*, que não estão interessadas em relações de tipo causa-efeito mas sim em entender o *como*, a totalidade da existência.

Isto quer dizer que as abordagens existenciais em Psicopatologia tentam contextualizar os estados psicopatológicos na totalidade da existência. O seu ponto de partida não podem ser, portanto, as categorias da Psicopatologia (as categorias diagnósticas que imobilizam e encerram o indivíduo no seu passado e no seu presente) mas sim o existente, a totalidade da sua existência. Neste aspecto diferenciam-se radicalmente das concepções da *Daseinanalyse* de Binswanger, para o qual o ponto de partida são os estados psicopatológicos, para evidenciar neles a inflexão dos existenciais, da dimensão ontológica do *Dasein*.

Nas abordagens existenciais, a psicopatologia (*o perturbar-se*) aparece assim como uma possibilidade humana universal e os estados psicopatológicos como fenómenos biográficos, relativizando-se assim a diferenciação entre normal e patológico e evidenciando-se neles um significado que se relaciona com o ser-no-mundo.

Dois aspectos essenciais merecem atenção para caracterizarmos devidamente este tipo de abordagens:

- O que são os fenómenos psicopatológicos
- O paciente como ser-no-mundo.

2.1. O que são os fenómenos psicopatológicos

Não é possível individualizar uma *posição teórica* comum às variadas e multifacetadas abordagens existenciais. No entanto, a posição teórica predominante é a que relaciona os fenómenos psicopatológicos com a estranheza e o afastamento do indivíduo em relação a si mesmo. Isto é, os fenómenos psicopatológicos são relacionados com inautenticidade e alienação de si.

As perturbações (psicopatologia) teriam relação com o fracasso do indivíduo em relacionar-se de forma significativa consigo mesmo, com o seu mundo interno (*«Eingenwelt»*). Sem o si-mesmo (inautenticidade), o sujeito não poderia experimentar o ser-no-mundo, a existência.

Incapaz de aceder ao seu mundo interno, seria também incapaz de aceder ao mundo interno dos outros, pelo que não lhe seria possível o encontro (*estar-com*) nem as interacções significativas. Teria lugar assim uma redução importante da experiência, com bloqueio do desenvolvimento pessoal. Finalmente, surgiria a angústia relacionada com o afastamento de si-mesmo e o vazio associado à falta de sentido.

2.2. O paciente como ser-no-mundo

A conceptualização do paciente como um ser-no-mundo é central nas abordagens existenciais em Psicopatologia, quer dizer que a sua existência é única e que também a ele, enquanto existente, aplicam-se-lhe os princípios acima mencionados, que caracterizam a psicologia existencial. O ser-no-mundo descobre-se nos mundos simultâneos que são o meio ambiente (*«Umwelt»*), o mundo das interrelações com os outros (*«Mitwelt»*) e o mundo interno, da relação consigo mesmo (*«Eigenwelt»*), o mundo próprio. É neste quadro que o paciente, o Homem perturbado, aparece como ser-no-mundo, visto tal como ele é, a descobrir quer como ser humano quer como ser-no-mundo. Para o Homem perturbado, tal como para o Homem não-perturbado, as questões são exactamente as mesmas: *quem sou eu como ser-no-mundo? qual é a minha identi-*

dade? de onde é que eu venho? como é que posso encontrar-me ou aceitar-me?

O Homem perturbado encontra-se frequentemente num impasse em relação a certos projectos e modos de ser: não consegue realizá-los nem consegue abandoná-los. Está assim limitado na sua tarefa de descoberta, de posicionamento e de dar sentido à sua própria existência. É aqui que podemos afirmar a qualidade existencial de *limitação* da própria perturbação.

Esse impasse tem carácter de emprisionamento, de enclausuramento ou de *perda de liberdade*, na medida em que afasta o Homem perturbado da liberdade de ser e de vir-a-ser e pode distanciá-lo da sua responsabilidade existencial de encontrar e desenvolver alternativas. Essa perda de liberdade é, essencialmente, *perda da liberdade de escolha*, da possibilidade de fazer uma escolha e de se comprometer com uma decisão, compromisso que faz referência à sua responsabilidade e posicionamento activo perante o mundo, conferindo à experiência uma dimensão de superficialidade, vazio e falta de sentido.

Auto-aprisionado, o Homem perturbado afasta-se de si mesmo e das suas possibilidades de auto-afirmação, distancia-se do seu projecto e dos seus valores profundos, enclausurado em relações com os outros tematizadas pelo passado. Daqui pode resultar o défice da experiência vivida e o deixar de experimentar a sua existência como uma realidade. Assim, as abordagens existenciais consideram indispensável a luta contra essa perda do seu-mundo, essa solidão e alienação, e colocam acento tónico na necessidade de facilitar ao paciente o encontro com o seu-mundo, mas encontro que só pode ocorrer no estar-com, não afastando-o dos outros.

A já mencionada consideração da psicopatologia como um fenómeno biográfico é a característica essencial da interpretação fenomenológico-antropológica da perturbação mental e implica um contexto e uma continuidade de sentido, uma organização significativa.

3. ALGUNS CONTRIBUTOS ESPECÍFICOS

Dada a natureza heterogénea e multiforme das abordagens existenciais em Psicopatologia opta-se por destacar, ainda que sob a forma de intro-

dução, alguns contributos específicos que permitem pôr em evidência aspectos geralmente considerados importantes.

A selecção que se faz, certamente discutível, tem por finalidade principal dar a conhecer autores importantes e servir de guia para aprofundamentos ulteriores.

3.1. Rollo May e a psicologia existencial

Este psicólogo foi o autor que mais contribuiu, de forma sistemática e persistente, para a divulgação das abordagens existenciais nas suas aplicações à psicologia, psicopatologia e psicoterapias nos Estados Unidos da América, considerando que o existencialismo pode desempenhar papel importante numa sociedade em crise (Spiegelberg, 1972).

Em 1950 publicou um livro intitulado *The Meaning of Anxiety*, em parte baseado na sua experiência pessoal de doença e no qual, essencialmente a partir dos conceitos de angústia de Kierkegaard, considerou a negação da morte, enquanto negação de uma parte da realidade da existência humana, como sendo também uma perda da vida. Assim, destacou a necessidade de um confronto directo com o problema da morte no interior da sua própria consciência, o que envolve ansiedade, aceitação da sua própria mortalidade e, também, uma mudança da relação com o tempo na qual se acentua a necessidade de viver plenamente cada minuto da vida.

Em *Man's Search for Himself* (1953), Rollo May caracterizou a solidão e a ansiedade, mas também a perda de valores e a perda da consciência de si, num trabalho que é geralmente considerado como ainda pré-existencialista.

Em 1954 publicou *Existence*, uma colectânea de trabalhos de autores europeus com a finalidade de divulgação, mas é realmente com os seus ensaios *The Origins and Significance of the Existential Movement in Psychology* e *Contributions of Existential Psychotherapy*, publicados no livro *Psychology and the Human Dilemma* (1967), que entra definitivamente no campo existencial ao trabalhar temas como ser e não-ser, ser-no-mundo, ansiedade como sentimento relacionado com a possibilidade de não-ser, tempo e história e o dilema do Homem que é a sua capacidade para se experimentar como sujeito e como objecto ao mesmo tempo.

Os trabalhos de Rollo May tiveram influência significativa em vários autores norte-americanos dos quais se destacam J. Scher, A. Van Kaam, A. Maslow e J. Bugental, entre outros

3.2. I. Yalom e a angústia gerada pelos conflitos existenciais

No seu livro *Existential Psychotherapy* (1980), I. Yalom desenvolveu uma concepção própria na qual a psicopatologia emerge da falência das estratégias utilizadas pelo sujeito no confronto com a angústia que deriva do que chamou os conflitos existenciais.

Um conflito existencial é, para este autor, um conflito que emana do confronto do indivíduo com as preocupações essenciais da existência, preocupações que fazem parte da existência do ser-no-mundo: a *morte* (existência/finitude), a *liberdade* (autonomia/dependência), a *solidão* (isolamento/sociabilidade) e a *falta de sentido para a vida* (projecto/sem sentido para a vida). A psicodinâmica existencial refere-se aos medos e motivações geradas por qualquer uma delas, que pode surgir em relação com a situação existencial do Homem.

Yalom identifica as diferentes estratégias utilizadas no confronto com a angústia emergente dos conflitos existenciais e, na sua falência, refere-se aos quadros psicopatológicos daí resultantes.

3.3. A. Maslow e a autorrealização

Em *Toward A Psychology of Being* (1962), A. Maslow discutiu o conceito de autorrealização, considerando que o indivíduo tem no seu interior uma propensão natural para o desenvolvimento e para a unidade da sua personalidade, um conjunto único de características e um impulso automático para exprimi-las. Do seu ponto de vista, uma vez satisfeitas as motivações básicas (fisiológicas), o indivíduo trata de tentar satisfazer as suas necessidades superiores: segurança, amor, pertença, identidade e auto-estima. Uma vez satisfeitas estas, tenderá a consagrar-se à tarefa da sua autorrealização, integrada numa série de necessidades de conhecimento (sabedoria, conhecimento interno ou *insight*) e estéticas (coerência, integração, beleza, meditação, criatividade e harmonia).

Para Maslow a autorrealização aparece como um processo natural do ser humano e a psicopatologia surge associada ao seu défice. Este, resultaria de obstáculos à autorrealização provenientes do contexto social que pode forçar o indivíduo a abandonar o desenvolvimento da sua personalidade única, para aceitar papéis sociais inadequados e convencionalismos paralisantes.

3.4. V. Frankl, o vazio existencial e a neurose existencial

Foi essencialmente V. Frankl o introdutor da logoterapia, quem caracterizou as duas etapas da falta de sentido para a vida (Frankl, 1969, 1963): o vazio existencial e a neurose existencial.

O *vazio existencial*, que também chamou de frustração existencial, caracteriza-se por um estado de aborrecimento, apatia e inutilidade no qual o indivíduo carece de direcção e questiona a finalidade de todas as actividades da sua vida. Por vezes, queixa-se de vazio, uma forma de descontentamento vago quando termina as actividades da semana, dando-se conta que não há nada que deseje fazer.

A *neurose existencial* corresponderia a uma fase mais avançada, na qual para além dos sentimentos explícitos de falta de sentido para a vida, o indivíduo desenvolve outros sintomas neuróticos. Esta neurose existencial (ou *noogénica*), essencialmente formada por sintomas que preenchem o vazio existencial, poderia assumir qualquer modalidade da psicopatologia neurótica.

3.5. S. Maddi, o aventureirismo, o niilismo e a vegetabilidade

S. Maddi considerou que uma proporção importante da psicopatologia actual resultaria da carência da sentido para a vida e descreveu três modalidades de «doença existencial» (Maddi, 1979, 1967), designação que, em si mesma, não parece muito adequada: aventureirismo, niilismo e vegetabilidade.

O *aventureirismo* caracteriza-se por uma atracção poderosa para procurar e entregar-se a causas dramáticas e importantes, num activismo compulsivo e indiscriminado que se destinaria a lutar contra o sentimento de falta de significado, aborrecimento e vazio existencial, em que qual-

quer tipo de causa ou actividade serve. Aparece associado a uma oscilação entre aborrecimento/ /exaltação e indolência/decisão – desafio. Pode ligar-se a psicopatologia afectiva, *borderline* e de abuso de substâncias.

O *niilismo* caracteriza-se por uma tendência activa e profunda a desacreditar as actividades que os outros levam a cabo por acreditarem que são significativas, já que o indivíduo considera que nada é significativo, uma espécie de anti-significado, no qual transmite desgosto, raiva e desespero. Nada é o que parece ser: o amor não é altruísta mas sim egoísta; a filantropia é uma forma de expiar culpas; as crianças não são inocentes; os dirigentes estão enlouquecidos pelo poder, etc. O indivíduo aparece empenhado em demonstrar a futilidade em acreditar que alguma coisa tenha sentido. Pode ligar-se a psicopatologia obsessiva e paranóide.

A *vegetabilidade* é o grau mais avançado da falta de finalidades em que o indivíduo mostra-se sem objectivos e apático, com incapacidade persistente para acreditar na utilidade e no valor das tarefas e actividades. Não consegue imaginar nada que valha a pena e o estado emocional é aborrecimento intenso, com inércia e indiferença. Pode ligar-se a psicopatologia depressiva e esquizofrénica.

3.6. R. Laing, e a insegurança ontológica

Ronald Laing tem sido também um dos principais divulgadores do pensamento existencialista no campo da psicopatologia e da psiquiatria, acentuando a importância da análise fenomenológica do mundo do paciente, inicialmente influenciado por Kierkegaard, Jaspers, Heidegger, Sartre, Binswanger e Tillich (Spiegelberg, 1972), mas decididamente interessado, juntamente com D. Cooper, na filosofia existencialista de Sartre que, inclusivamente, num prefácio, manifestou o seu apoio às concepções evidenciadas na abordagem das perturbações mentais.

A partir da compreensão de indivíduos com psicopatologia esquizofrénica, R. Laing introduziu o conceito de *insegurança ontológica* como uma ansiedade relacionada a acontecimentos que se associam ao que chamou afogamento (*engulfment*) da sua própria identidade, de implosão provocada por um mundo invasivo ou de petrificação (Laing, 1965).

Considerou que um indivíduo basicamente seguro do ponto de vista ontológico enfrentará todos os riscos da vida, de natureza social, ética, espiritual e biológica, com um sentimento firme da sua própria realidade e identidade, assim como a dos outros. Apresenta o que chama de segurança ontológica primária, enquanto posição básica existencial que é construída no decurso do desenvolvimento e que permite ao indivíduo sentir o seu próprio ser como real, vivo e completo, diferenciado do resto do mundo, possuidor de consistência interna, substancialidade, autenticidade e valor, espacialmente co-extensivo com o corpo, de tal maneira que a sua identidade e autonomia não são questionadas. Neste caso, as circunstâncias mais comuns da vida não se constituem como ameaçadoras e as relações interpessoais são potencialmente gratificantes. Pelo contrário, se existe insegurança ontológica o indivíduo terá que se absorver na procura de meios para tentar ser real, preservar a sua identidade e impedir a perda do seu próprio *self*.

Laing diferenciou três modalidades de ansiedade relacionadas com a insegurança ontológica:

- *Absorção*, na medida em que a sua incerteza prévia relativiza a estabilidade da sua autonomia e identidade o faz temer perder a sua identidade na relação com o outro. O medo da perda do seu ser pela absorção na outra pessoa (*engulfment*) leva ao isolamento
- *Implosão*, enquanto medo da invasão da realidade. Apesar de se sentir vazio e anseie para que o vazio venha a ser preenchido, o indivíduo teme que isso venha a acontecer, pelo que qualquer contacto com a realidade é experimentada como uma ameaça, porque é sentida como uma realidade implosiva e persecutória
- *Petrificação*, entendida como medo de de transformar ou ser transformado de pessoa viva em algo morto, num robot, num autómatos, sem autonomia pessoal, um objecto sem subjectividade, afogado, invadido ou congelado pelo outro.

3.7. D. Cooper e a situação esquizofrénica

Para D. Cooper, como de resto para R. Laing, a génese, as manifestações e a solução terapêu-

tica da esquizofrenia remetem todas elas para o sistema de interações sociais que no conjunto da sociedade e, de forma crítica, no âmbito da família (Cooper, 1972), configuram o projecto de loucura.

No quadro da relação precoce da mãe com o bebé, os actos da mãe promovem a pouco e pouco um campo de práxis, com possibilidades de reciprocidade. Este começo de acção que afecta o outro, ou começo da pessoa, é considerado um segundo nascimento, um nascimento existencial que inaugura uma relação dialéctica entre pessoas. Se ocorrer um fracasso na criação do campo de acção recíproca, a criança não accede a uma das condições necessárias à realização da sua autonomia pessoal e a esquizofrenia poderá surgir como a própria configuração da situação social que se vai construindo: uma situação de crise microsocial na qual os actos e a experiência do indivíduo são invalidados pelos outros por razões familiares que, finalmente fazem com que ele seja eleito e identificado como doente mental e, em seguida, confirmada a sua identidade de esquizofrénico pelos técnicos de saúde mental. Reagindo contra a situação, o indivíduo assume comportamentos com conotações de irracionalidade e de violência. A loucura aparece assim como um projecto frustrado de libertação.

A solução terá que passar sempre pela desalienação, isto é, pela restituição ao indivíduo de um horizonte de possibilidades e de acções responsáveis, quer mediante a criação de uma situação controlada de modificação das interações familiares quer mediante a criação de comunidades terapêuticas em que as relações interpessoais sejam livres da violência aberta ou dissimulada que caracterizava o ambiente familiar e social onde se desenvolveu.

3.8. *M. Villegas e a hermenêutica do discurso em psicopatologia*

A partir dos pressupostos da psicanálise existencial de Sartre, M. Villegas (1994) considerou que se tornava necessário desenvolver um método de análise existencial que se suportasse numa técnica que permitisse a investigação, nomeadamente em psicopatologia.

O ponto de partida é que o ser não é analisável mas sim o *seu-mundo*, a existência concreta. A dimensão analítica fundamenta-se na

análise do mundo do outro, ou seja, na sua experiência do mundo da vida ou «*Lebenswelt*». Nesta experiência, que é uma experiência fenomenológica, existe uma procura constante para encontrar uma ordem e continuidade das vivências pessoais, cuja estrutura assume a forma narrativa, porque o ser humano é tempo e o tempo humano é história, sendo esta uma elaboração de temas ao longo da biografia pessoal. Assim, M. Villegas refere que a estrutura da existência é narrativa e que, tomando como ponto de partida a narrativa do sujeito seria possível analisar o seu projecto existencial.

O projecto existencial, ao projectar-se em diferentes modalidades fenoménicas, estabelece conexões de sentido entre as vivências passadas, presentes e futuras, estabelece uma continuidade compreensível (coerência). É intencionalidade da consciência que unifica as dimensões afectivas, cognitivas e comportamentais – relacionais. Essa continuidade compreensível está presente no discurso.

M. Villegas, considerando que as diferentes modalidades fenoménicas expressivas (linguagem), reactivas (emoções), activas (comportamentos) e interactivas (relações) poderiam metaforicamente ser vistas como *textos*, propôs reler a própria existência como um texto que é um objecto (facticidade) que remete para um *discurso* que é um projecto (possibilidade ou intenção de significar). Para tanto, considerou que o sujeito tem um projecto que se manifesta em todos os textos que produz, pelo que estes poderiam ser os mediadores que conduziriam ao lugar da construção do seu-mundo, o discurso (*dis-curso* é o que corre através de, o que atravessa), enquanto representação mental do mundo das vivências pessoais.

A metodologia que é proposta tem natureza compreensiva (Villegas, 1993, 1992 e 1991): é uma *hermenêutica do discurso*, da intencionalidade significativa, enraizada na análise de textos, considerando que é o sujeito quem fala e não os textos, e que não se trata de conhecer o mundo projectado mas sim de aceder ao como o sujeito se projecta no mundo, com unidade, coerência e continuidade, condicionado pela facticidade mas gerindo a sua liberdade de escolha de várias possibilidades. Ou seja, como estrutura o seu-mundo. A técnica utilizada é a *análise semântica tex-*

tual, centrada na redundância (conteúdos) e na coerência (relações estruturais) e que permite aceder às relações de conteúdo e à extracção de significados.

Especificamente enquanto abordagem existencial em Psicopatologia pode ter interesse significativo para investigar se existem características comuns na estruturação do discurso de sujeitos que apresentam o mesmo tipo de perturbação (psicopatologia), nomeadamente para identificar a existência duma modalidade específica de fracasso do projecto existencial. Ao mesmo tempo, pode permitir também aceder às características que permitam diferenciar modalidades diferentes de estruturação do discurso relacionadas com diferentes estados psicopatológicos.

4. ABORDAGENS TERAPÊUTICAS

Apesar deste artigo, tal como o anterior (Carvalho Teixeira, 1993), ter como finalidade essencial fazer uma introdução às abordagens fenomenológicas e existenciais em *Psicopatologia*, faz sentido também referir, ainda que de forma muito sucinta, as abordagens que aparecem em *Psicoterapia* que, só por si, justificariam outros trabalhos de revisão.

Tal como Martín-Santos (1964) e Villegas (1994), consideramos uma diferenciação muito clara entre :

- *Terapias humanístico / experienciais*

Tomam por objecto as *vivências*, focalizam na dimensão actual (aqui-e-agora), têm por finalidade o *crescimento pessoal*, usam metodologia heurística e envolvem essencialmente a dimensão *emocional/afectiva* do funcionamento mental.

Tendo como influências essenciais o existencialismo fenoménico (centrado em torno da vivência ou da experiência do fenómeno) de S. Kierkegaard e M. Buber, estes métodos terapêuticos incluem a *Terapia Centrada na Pessoa* de Carl Rogers, a *Gestalterapia* de Fritz Perls, o *Focusing* de Gendlin e a *Análise Bioenergética*

- *Terapias Transpessoais*

Com inspiração na tradição mais espiritualista de William James, e tomando como objecto as *experiências cumbres*, as terapias transpessoais

têm dimensão *transcendental* e finalidade de *autorrealização* (tal como foi formulada por A. Maslow), focalizando essencialmente na dimensão das *crenças*. Podem aqui incluir-se a *Logoterapia* de V. Frankl, bem como várias técnicas orientais (meditação Zen/Yoga, por exemplo) tão em voga nos Estados Unidos

- *Terapias Existenciais*

Com as influências do existencialismo fenomenológico europeu de Heidegger e de Sartre, tomam por objecto a *existência*, têm dimensão *histórica* e a sua finalidade é a *mudança* e a *autonomia* pessoal. Utilizando uma metodologia *hermenêutica*, focalizam nos *constructos pessoais*. Incluem essencialmente a *Daseinanalyse* de Binswanger e a *Análise Existencial* de Sartre.

BIBLIOGRAFIA

- Brennan, J. F. (1994). *History and systems of psychology*. Englewood Cliffs, N.J.: Prentice Hall.
- Carvalho Teixeira, J. A. (1988). A posição fenomenológica e existencial em Psicologia e Psiquiatria. *Psiquiatria Clínica*, 9 (1), 33-43.
- Carvalho Teixeira, J. A. (1993). Introdução às abordagens fenomenológica e existencial em psicopatologia (I): A psicopatologia fenomenológica. *Análise Psicológica*, 11 (4), 621-627.
- Carvalho Teixeira, J. A. (1994). Fenomenologia, existencialismo e psicopatologia. In José A. Carvalho Teixeira (Ed.), *Fenomenologia e psicologia* (pp. 47-54). Lisboa: ISPA.
- Carvalho Teixeira, J. A. (1996). A relação terapêutica em psicoterapias existenciais. In Raul Guimarães Lopes, Vitor Mota & Cassiano Santos (Eds.), *A Escolha de Si-Próprio (II Encontro de Antropologia Fenomenológica e Existencial)* (pp. 51-59). Porto: Hospital do Conde de Ferreira.
- Cooper, D. (1972). *The death of the family*. Harmondsworth: Penguin.
- Frankl, V. (1972). The feeling of meaninglessness: A challenge to psychotherapy. *American Journal of Psychoanalysis*, 32, 85-89.
- Frankl, V. (1963). *Man's search for meaning*. Boston: Beacon Press.
- Frankl, V. (1969). *The will to meaning*. New York: World.
- Kierkegaard, S. (1935). *Le concept de l'angoisse*. Paris: Idées/Gallimard.
- Laing, R. D. (1965). *The divided self: An existential study in sanity and madness*. Harmondsworth: Penguin.

Maddi, S. (1979). The search for meaning. In R. Corsini (Ed.), *Current personality theory*. Itaca: Peacock Books.

Maddi, S. (1967). The existential neurosis. *Journal of Abnormal Psychology*, 72, 311-325.

Martín-Santos, L. (1964). Libertad, temporalidad y transferencia en el psicoanálisis existencial. Barcelona: Seix Barral.

Maslow, A. (1962). *Towards a psychology of being*. Princeton: D. Van Nostrand.

May, R. (1973). *El dilema existencial del hombre moderno*. Buenos Aires: Paidós.

May, R. (1977). *The meaning of anxiety*. New York: W. W. Norton.

May, R., Angel, E., & Ellenberger, H. (1958). *Existence*. New York: Basic Books.

Olson, R. G. (1962). *An introduction to existentialism*. New York: Dover Publications, Inc.

Perdigão, P. (1995). *Existência e liberdade. Uma introdução à filosofia de Sartre*. Porto Alegre : L & PM Editores.

Sartre, J.-P. (1943). *L'être et le néant*. Paris: Éditions Gallimard.

Spiegelberg, H. (1972). *Phenomenology in psychology and psychiatry*. Evanston: Northwestern University Press.

Villegas, M. (1995). Psicopatologias de la libertad (I): La agorafobia o la restricción del espacio. *Revista de Psicoterapia*, 6 (21), 17-39.

Villegas, M. (1994). Las psicoterapias existenciales: Desarrollo histórico y modalidades conceptuales. In José A. Carvalho Teixeira (Ed.), *Fenomenologia e Psicología* (pp. 11-23). Lisboa: ISPA.

Villegas, M. (1993). Las disciplinas del discurso: semiótica, hermenéutica y análisis textual. *Anuario de Psicología*, 59, 19-60.

Villegas, M. (1992). Análisis del discurso terapéutico. *Revista de Psicoterapia*, 10/11, 23-66.

Villegas, M. (1991). Análisis existencial: Cuestiones de método. *Revista de Psiquiatría y Psicología Humanista*, 25, 55-70.

Yalom, I. D. (1980). *Existential psychotherapy*. New York: Basic Books.

RESUMO

A finalidade principal deste artigo é a de fazer uma revisão das abordagens existenciais em psicopatologia. Depois de uma introdução sobre os grandes temas existenciais, que foca os elementos que são comuns a todos ou à maior parte dos autores da filosofia existencialista, são referidos alguns aspectos gerais das abordagens existenciais em psicopatologia: o que são os fenómenos psicopatológicos e o paciente como ser-no-mundo. Concluindo, o autor particulariza alguns aspectos das abordagens de Rollo May, I. Yalom, S. Maddi, V. Frankl, R. Laing, M. Villegas e outros.

Palavras-Chave: Psicopatologia, Abordagens existenciais.

ABSTRACT

The main goal of this paper is to review the groundwork of the existential approaches to psychopathology. After an introduction about the major existentialist themes, focusing upon elements common to all or most of the members within existentialist philosophy, the author refers some general aspects of the existential approaches to psychopathology: what are the psychopathological phenomena and the patient as a being-in-the-world. Concluding, the author particularize aspects of the approaches of Rollo May, I. Yalom, S. Maddi, V. Frankl, R. Laing, M. Villegas and others.

Key words: Psychopathology, Existential approaches.