



Universidade de Brasília - UnB Instituto de Psicologia - IP

Departamento de Psicologia Clínica - PCL

Programa de Pós-Graduação em Psicologia Clínica e Cultura - PPG-PsiCC

Depressão e ansiedade como expressões da angústia existencial: uma perspectiva
fenomenológica do sofrimento psíquico na pós-modernidade

Mariana Monção de Lima

Orientador: Prof. Dr. Jorge Ponciano Ribeiro

Brasília, 2020

Universidade de Brasília - UnB Instituto de Psicologia - IP

Departamento de Psicologia Clínica - PCL

Programa de Pós-Graduação em Psicologia Clínica e Cultura - PPG-PsiCC

Depressão e ansiedade como expressões da angústia existencial: uma perspectiva
fenomenológica do sofrimento psíquico na pós-modernidade

Mariana Monção de Lima Orientador: Prof. Dr. Jorge Ponciano Ribeiro

Dissertação apresentada ao Programa de
Pós-Graduação em Psicologia Clínica e Cultura, Departamento de Psicologia Clínica,
Instituto de Psicologia da Universidade de Brasília como requisito parcial para a obtenção
de título de Mestre em Psicologia Clínica e Cultura.

Brasília, 2020

Universidade de Brasília Instituto de Psicologia
Departamento de Psicologia Clínica Programa de Pós-Graduação em Psicologia Clínica e
Cultura (PPG-PsiCC/UnB)

**Depressão e ansiedade como expressões da angústia existencial: uma perspectiva
fenomenológica do sofrimento psíquico na pós-modernidade.**

Mariana Monção de Lima

Banca examinadora

Prof. Dr. Jorge Ponciano Ribeiro (Presidente) PsiCC/PCL/IP/UnB

Prof. Dr. Marcelo S. A. Tavares (Membro Titular) PsiCC/PCL/IP/UnB

Prof. Dr. Adriano F. Holanda (Membro Externo) UFPR

Prof. Dr. Maurício S. Neubern (Membro Suplente) PsiCC/PCL/IP/UnB

*Quem passou pela vida em branca nuvem,
E em plácido repouso adormeceu;
Quem não sentiu o frio da desgraça,
Quem passou pela vida e não sofreu;
Foi espectro de homem, não foi homem,
Só passou pela vida, não viveu.*

Francisco Otaviano, “Ilusões da Vida”.

Agradecimentos

À minha Matriarca, Cristina Soares, sem a qual este trabalho não seria possível. Seu suporte e amor ao longo da vida deram as condições para me desenvolver enquanto pessoa. Seu gosto pelo pensamento crítico, seu cuidado no olhar para o outro, traduzido em consciência política e social, sua curiosidade infindável diante da vida e o amor pela leitura, passados com tanto carinho em seus ensinamentos, pavimentaram meu caminho profissional e como pesquisadora. Obrigada pelo incentivo e palavras de conselho, pela revisão cuidadosa e preciosas sugestões, e sobretudo por ser o porto seguro que me dá confiança para me aventurar nos mares da existência.

Ao querido professor Jorge Ponciano, grande referência de ser humano e profissional, por emprestar sua incomparável experiência e afetuoso apoio nesta caminhada. Dentre todas as contribuições do Instituto de Gestalt-Terapia de Brasília à minha formação como psicóloga, sem dúvidas o nosso encontro foi a mais preciosa. Muito devo à sua tranquilidade, escuta compreensiva e amorosa orientação, sem as quais não teria chegado até aqui. Considero uma grande honra ter tido sua companhia nesta jornada, e serei sempre grata pela luz que sua presença ofereceu quando o caminho parecia mais obscuro.

À Giulia Conte, grande amiga e companheira intelectual, por sua inestimável presença em todo o processo de transformar esta ideia em concretude. Na indeferição e na aprovação, nas dificuldades de mobilidade para prestar a seleção com o pé quebrado, na dança de vitória ao receber a bolsa, nas alegrias, na frustração e no desespero que permearam este processo, nas ideias discutidas em incontáveis Quintas do Vinho, na dificuldade das manhãs (e tardes, e noites) passadas estudando, em casa, no bar ou na biblioteca, não poderia pedir por companhia melhor que a sua. Que o destino, agente promotor do nosso reencontro, permita que eu esteja sempre ao seu lado para exaltar seu brilhantismo, e que a nossa amizade se faça constância diante desse mundo tão líquido.

À Naiara Lima, açúcar que torna palatável mesmo os momentos mais intragáveis da existência, por ser força em minha fraqueza e apoio em meus tropeços, e por se fazer presente em todos os momentos. Seu amor me ancora e me dá coragem para enfrentar as situações desafiadoras. É um grande privilégio te ter como irmã e saber que posso contar com sua gentileza, sua doçura e seu senso de humor ímpar para me guiar pelos caminhos tortuosos da vida.

Aos meus pacientes, antigos e atuais, em especial os profissionais rodoviários, pela confiança que permite crescer como profissional e humana e por dividirem comigo sua experiência de existir neste mundo.

Ao professor Ileno Costa, pelas supervisões do GIPSI, onde aprendi uma nova perspectiva sobre o sofrimento humano, por acreditar em meu tema de pesquisa e por seu investimento na missão de ampliar o espaço da Fenomenologia em nossa Universidade.

À professora Eliane Seidl, cujos ensinamentos transmitidos na disciplina de Redação de Artigo Científico foram essenciais para o desenvolvimento deste trabalho.

À Universidade de Brasília, precioso espaço de desenvolvimento acadêmico e pessoal, pelos lindos encontros que me possibilitaram abrir os olhos para novas dimensões de vivência, e pelo compromisso com a educação pública de qualidade.

Ao Programa de Pós-Graduação em Psicologia Clínica e Cultura, pelo acolhimento e fornecimento dos recursos necessários para as investigações aqui realizadas.

À Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior (CAPES) pela concessão da bolsa de mestrado que financiou essa pesquisa.

Sumário

Lista de Tabelas.....	9
Resumo.....	10
Abstract.....	11
Introdução	12
Capítulo 1 - A questão da pós-modernidade	23
Modernidade e o projeto moderno.....	24
Pós-modernidade e a “era do vazio”.....	34
Capítulo 2 - Fenomenologia enquanto dimensão de análise do ser humano.....	48
Observando os sentidos do fenômeno: a redução eidética.....	49
Redução transcendental: quem é o sujeito que produz o sentido?.....	49
Husserl: positivismo, psicologismo e críticas.....	52
O Ser em Heidegger.....	54
O <i>Dasein</i>	55
A angústia.....	59
O Ser e o Nada: perspectiva sartreana da existência.....	60
Existência Autêntica: diálogos entre Heidegger e Sartre.....	66
Autenticidade, inautenticidade e ser-para-a-morte.....	70
Produzindo sentidos: autenticidade como dimensão de cuidado.....	71
Tempo, espaço e corpo: dimensões fenomenológicas de compreensão do ser.....	71
Fenomenologia e Psicologia: psicopatologia fenomenológica.....	77
Capítulo 3 - Sofrimento psíquico e ser <i>em situação</i>: possibilidades de existência na pós-modernidade.....	80
“Transtorno depressivo”: o diagnóstico em <i>epoché</i>	82
Ansiedade, diagnóstico e redução eidética.....	86
Depressão e ansiedade: redução transcendental dos critérios diagnósticos.....	88
Tecendo considerações: para além dos sintomas do diagnóstico.....	92
<i>Situação</i> pós-moderna: sofrimento e possibilidades de existência.....	94
O grito do corpo: sintoma como expressão de desconforto com a realidade.....	105
Existência autêntica como dimensão (clínica) de cuidado.....	108
Considerações Finais.....	112

Lista de Tabelas

Tabela 1.....	82
Tabela 2.....	83
Tabela 3.....	87

Resumo

Tomando como ponto de partida a alta incidência da depressão e ansiedade na sociedade contemporânea, resultante na categorização destes fenômenos por parte da Organização Mundial de Saúde como “transtornos mentais comuns”, e considerando que cada sociedade produz formas específicas de sofrimento, este trabalho propõe investigar, sob uma perspectiva fenomenológica, as possibilidades subjetivas dadas em nossa época (pós-modernidade), a fim de identificar tendências que justifiquem o crescimento epidemiológico da ansiedade e depressão e de levantar possíveis estratégias clínicas de acolhimento e cuidado a sujeitos experienciando essas modalidades de sofrimento. Para tal, propomos identificar as principais características da pós-modernidade, sobretudo as apresentadas nas teorias de Bauman, Harvey, Berman e Lipovestky. Em seguida, buscamos apresentar a ontologia e método fenomenológicos, com ênfase no conceito de existência autêntica expresso em Heidegger e Sartre, a serem utilizados posteriormente como dispositivos de análise. Por fim, o método fenomenológico é aplicado aos critérios diagnósticos presentes nos manuais CID-10 e DSM-V, e articulamos as condições da pós-modernidade com a vivência das pessoas depressivas e ansiosas, tecendo considerações a respeito da existência na pós-modernidade. Nossas reflexões sugerem que o contexto sociocultural contemporâneo não é favorável ao desenvolvimento de uma existência plena de sentido, além de evidenciarem paralelos entre fatores estruturantes de nossa sociedade e as formas de sofrimento de interesse deste trabalho. Sugerimos, portanto, que a noção de existência autêntica possa ser utilizada como dispositivo clínico de cuidado, destacando a necessidade de repensar a prática clínica de forma a contemplar a influência dos fenômenos sociais na subjetividade dos indivíduos.

Palavras-chave: Ansiedade; Depressão; Pós-modernidade; Fenomenologia; Existência Autêntica.

Abstract

Taking as a startpoint the high incidence of depression and anxiety in contemporary society, resulting in the categorization of these phenomena by the Global Health Organization as “common mental disorders”, and considering that each society produces specific modalities of suffering, this paper proposes to investigate, under a phenomenological perspective, the subjective possibilities present in our time (postmodernity), in order to identify tendencies that justify the epidemiological growth of anxiety and depression and to raise possible clinical strategies of care for individuals experiencing these forms of suffering. To that effect, we propose to identify the main characteristics of postmodernity, specially those presented in the theories of Bauman, Harvey, Berman and Lipovetsky. Moving on, we aim to introduce the phenomenological method and ontology, emphasizing the concept of authenticity as shown in Heidegger and Sartre, to be used henceforth as an analytical stepstone. The phenomenological method will be applied to the diagnosis criteria expressed in both the ICD-10 and DSM-V manuals, and a parallel is developed between the previously identified postmodern conditions and the specific conditions of those living with depression and anxiety. The results of these observations suggest that the contemporary sociocultural context is not in favour of the development of a meaningful existence according with an existentialist perspective.

Moreover, connections between structural factors of our society and the modalities of suffering analysed in this paper are presented. We suggest, therefore, that the concept of authenticity may be used as a clinical tool, highlighting the importance of rethinking the clinical practice in order to contemplate the influence of social phenomena in the development of one's subjectivity.

Keywords: Anxiety; Depression; Postmodernity; Phenomenology; Authenticity.

Depressão e Ansiedade como Expressões da Angústia Existencial: uma Perspectiva Fenomenológica do Sofrimento Psíquico na Pós-Modernidade

Ao voltar o olhar para as demandas clínicas na atualidade, é perceptível o aumento de casos específicos de sofrimento psíquico: os chamados transtornos depressivo e de ansiedade, cuja incidência vem aumentando constantemente desde 2005, a ponto de serem categorizados pela Organização Mundial de Saúde (OMS), como “transtornos mentais comuns” devido à sua alta prevalência (WHO, 2017). A epidemiologia dessas formas de sofrimento evidencia uma problemática, no sentido em que o aumento alarmante do número de casos comunica um mal-estar que afeta uma parcela significativa da sociedade, e conseqüentemente não pode ser contido exclusivamente na esfera individual.

A psiquiatria tradicional na qual os manuais diagnósticos se embasam tende a encarar fenômenos tais quais a depressão e a ansiedade como desequilíbrios neurológicos a serem corrigidos com medicamentos, legando a responsabilidade pelo chamado adoecimento a características do indivíduo que dele padece. Entretanto, parece haver algo da ordem coletiva e social que influencia na modalidade em que os indivíduos adoecem que é deixado de lado na perspectiva tradicional.

Watters (2010) realiza uma discussão muito interessante da influência do imperialismo cultural nas formas de sofrimento, defendendo a posição de que “as enfermidades mentais nunca foram as mesmas ao redor do mundo (tanto em prevalência quanto em forma), sendo inevitavelmente desencadeadas e moldadas pelo *ethos* de épocas e locais particulares” (p.103). Em seu texto, destaca exemplos de “formas de loucura” presentes em sociedades tradicionais como a japonesa, e como estas foram se transformando, desaparecendo e dando lugar a novas expressões de sofrimento psíquico mais características da sociedade estadunidense (tais como anorexia e bulimia), paralelamente ao crescimento da

influência cultural dos Estados Unidos no Japão e em demais países, promovendo o que o autor considera como uma “homogeneização da forma como o mundo enlouquece” (p. 102).

É com base nesta compreensão de que as configurações sociais influenciam a maneira como os indivíduos se subjetivam, a forma como se constroem no mundo e como expressam seus sofrimentos, que este trabalho surge, buscando trazer uma perspectiva sociopolítica para a discussão dos fenômenos de depressão e ansiedade na sociedade contemporânea.

Sufrimento Compreendido como Transtorno: a Patologização da Angústia

Ao referenciar a categorização da OMS da depressão e ansiedade como transtornos (WHO, 2017), faz-se necessária logo de saída uma pequena digressão a respeito do termo “transtorno mental”, a fim de contextualizar a perspectiva a ser adotada neste trabalho em relação à depressão e à ansiedade.

Partindo do pressuposto de que fenômenos denominados de “doença mental”, “loucura”, “sofrimento psíquico”, etc. têm sido abordados de formas diversas em acórdância com épocas específicas, propomos trazer inicialmente a análise histórica de Michel Foucault (1972/1978), em sua obra *História da Loucura*, para discutir a forma como este entendimento vem se configurando desde a Idade Média até a Modernidade, de maneira a realizar uma breve contextualização histórica do conceito de adoecimento e fundamentar a perspectiva que será adotada em nosso trabalho.

Em sua genealogia da loucura, Foucault (1972/1978) aponta para o surgimento das instituições de reclusão, na Idade Média, como um primeiro passo para a institucionalização da doença mental. Inicialmente construídos para isolar indivíduos que manifestavam sinais de lepra, logo os centros de reclusão se tornaram instituições semi jurídicas destinadas a arrebanhar indivíduos considerados de alguma forma perigosos para a sociedade. É a partir do século XVIII que a ciência médica estende seu pensamento sobre o adoecimento psíquico, criando a possibilidade de uma psiquiatria da observação, da transformação do internamento

que enclausurava para um que propõe algo de hospitalar, e o louco passa a ser foco de análise da ciência médica.

A herança do estigma do leproso é apontada em História da Loucura (1972/1978) como elemento para a construção ideológica do louco enquanto elemento de periculosidade; no momento em que a psiquiatria se desenvolve e surge uma proposta de cura e de diálogo, o louco já está irremediavelmente associado à esta noção de algo que deve ser contido e afastado, algo que permeia o imaginário social inclusive nos tempos atuais, e que vêm sofrendo tentativas de desconstrução com a Reforma Psiquiátrica.

O internamento, entretanto, da forma como foi concebido nos séculos XVII e XVIII, passa por uma grande crise que não é proveniente de seu interior, e sim ligada a um horizonte econômico e social. À medida que o século XVIII avança, com as transformações socioeconômicas da Revolução Industrial e a adoção da lógica protestantista, o interesse econômico volta-se cada vez mais para a produtividade e para a necessidade de mão de obra barata, de forma que torna-se interessante separar a loucura de outras questões que estavam “juntas no balaio” da forma de internação clássica: a miséria, o desatino, as doenças, entre outras. Assim, a transformação da casa de internamento em asilo e a adoção de um discurso voltado para a reabilitação dos indivíduos não se deu tão somente pela introdução progressiva da medicina no campo da internação, mas também através de uma reestruturação interna deste espaço, antes caracterizado pela exclusão e correção, em prol de algo que melhor servisse aos interesses da nova sociedade.

É nesse contexto e em meio a essas práticas discursivas que a ciência psicológica desponta, partindo não de uma humanização da justiça e suas práticas, mas de uma exigência moral e de uma nova forma de controle dos corpos e dos indivíduos. Nossa ciência, portanto, apesar de ter seu foco no indivíduo, provém de uma reorganização da consciência social e tem sua gênese dentro de uma lógica biopolítica de gestão da vida.

Este breve panorama histórico já fornece, por si só, elementos para que a prática psicológica seja sempre repensada. Se considerarmos que toda ciência é fruto de determinados discursos, e evolui imbricada no pensamento vigente de cada época (Foucault, 1963/1977), é fundamental que o psicólogo tenha como parte de sua prática uma autocrítica constante, a fim de examinar a quem serve o seu trabalho, quais são as lógicas que permeiam seu discurso, e principalmente qual sua função em relação aos indivíduos a quem atende.

A arqueogenealogia de Foucault (1972/1978), ao evidenciar o plano de fundo que embasa o entendimento da loucura em diversos momentos, demonstra claramente como formas diferentes de entendimento foram sendo construídas a respeito da loucura e do sofrimento psíquico em geral, até um ponto onde os hospitais psiquiátricos e a ciência médica voltam suas atividades para a busca de uma cura.

Whitaker (2005), em seu artigo “Anatomia de uma Epidemia”, considera a era moderna da psiquiatria como iniciada em 1955, quando a droga *Thorazine* foi introduzida nos manicômios, em um momento em que as internações nos Estados Unidos tinham atingido um ápice histórico. O declínio do número de internações foi atribuído ao sucesso do uso dessa droga, e logo outras medicações psiquiátricas vieram a surgir no mercado: inicialmente o *Haldol* e outros antipsicóticos, e em seguida ansiolíticos e antidepressivos.

A psiquiatria começa, portanto, a ter acesso a todo um arsenal de substâncias para tratar de especificidades dos adoecimentos; a loucura, antes pouco diferenciada de outras questões de saúde pública, ganha espaços teóricos e práticos que contemplem suas particularidades, o que pode ser considerado um grande avanço no campo da saúde mental (Foucault, 1972/1978). Whitaker (2005) aponta, contudo, que é justamente no despontar desta nova era da psiquiatria que há uma explosão de casos de adoecimento psíquico, pois apesar do declínio no número de internações, o autor cita outros indicadores que sugerem maior incidência de indivíduos em sofrimento. Whitaker também chama atenção para os efeitos

colaterais das drogas psiquiátricas, sobretudo em relação a seu potencial de agravar a condição do indivíduo como consequência da alteração medicamentosa da química cerebral.

Neste ponto, propomos articular o que Whitaker (2005) e Foucault (1972/1978) expõem a respeito do tratamento da loucura com determinadas características sociais em voga na pós-modernidade. É possível traçar um paralelo entre a lógica farmacológica de tratamento do sofrimento humano com a lógica capitalista de produtividade; em uma sociedade consumista, não é de se admirar que a própria ideia de bem-estar tenha se transformado em um produto (Bauman, 1998, 2001; Harvey, 1989/2017). Em um mundo onde “tudo está à venda”, o indivíduo em sofrimento só precisa de um novo produto revolucionário para preencher o vazio e redirecioná-lo no caminho da busca constante pelo prazer.

Esta compreensão de mundo, ainda que atraente por oferecer uma solução externa e relativamente rápida, torna-se cruel se considerarmos que, de acordo com Whitaker (2005), a capacidade dos remédios de solucionar sequer os sintomas iniciais é questionável, quanto mais agir sobre as causas subjacentes e os sentidos associados ao sofrimento humano. O próprio papel do sofrimento, condição integrante da vivência humana, fica comprometido no imaginário social pós-moderno, sendo este considerado como fenômeno intrinsecamente negativo e, portanto, algo que deve ser evitado.

Dantas, Sá e Carreteiro (2009), em seu artigo “A patologização da angústia no mundo contemporâneo”, fazem uma discussão notável da questão do ponto de vista fenomenológico, apresentando a angústia como parte inexorável da vida. Há, para eles, uma “disposição afetiva fundamental que perturba a existência” (p.7); a angústia tem como origem a realidade da morte e da finitude da vida, podendo ser afastada à medida em que o indivíduo produz sentidos sobre ela e sobre a existência, mas sendo, em última instância, impossível de ser eliminada. Assim, a sociedade contemporânea busca negar e esconder algo que é tão parte da

existência quanto a própria finitude do ser, sugerindo curas e medicações que acabam por interferir no processo de produção de sentido e vivência plena como ser humano.

Nesta perspectiva, apenas a escuta e o entrar em contato com a angústia podem transformá-la em disposição afetiva e produtora de sentido de vida (Sartre, 1943/2007; Heidegger, 1927/2018). Quanto maior o silenciamento diante da manifestação dessa angústia, menor a capacidade do indivíduo de produzir sentido sobre o existir, e conseqüentemente maior seu sofrimento, uma vez que o não acessar da angústia a extirpa de sua capacidade mobilizadora e produtora de mudança – o que poderia ser uma explicação viável de porquê, apesar do constante avanço da psiquiatria e das ciências farmacológicas, a depressão e a ansiedade seguem tendo crescimento constante na contemporaneidade.

É com base nessa hipótese e adotando a perspectiva da angústia como disposição fundamental do existir (Heidegger, 1927/2018; Sartre, 1943/2007) que propomos realizar as discussões deste trabalho; conseqüentemente, faz-se necessária uma crítica à visão das perturbações psicológicas enquanto doença, e sobretudo à cultura vigente de silenciar a angústia através da medicalização. Reconhecemos a importância do uso de medicamentos em casos graves de sofrimento, quando o indivíduo não se encontra em condição de pensar sua própria angústia e existência: neste ponto, é fundamental uma contenção dos sintomas mais graves a fim de possibilitar a reflexão e adaptação da pessoa à realidade do mundo.

É necessária, entretanto, uma crítica à atual cultura de medicalizar o sofrimento, tendo em vista que este é parte componente da experiência humana, e conseqüentemente há um risco de, na tentativa de silenciar o incômodo provocado pelo sintoma, silenciar também seu potencial expressivo, reduzindo a experiência do ser de um indivíduo completo, que tem o sofrer como parte fundamental da vivência humana, para a de um sujeito vazio e despido de sentido. Consideramos que compreender como doença as modalidades através das quais a

angústia se expressa é incorrer na armadilha de buscar camuflar algo que é intrínseco ao indivíduo.

Desta forma, termos como “adoecimento”, “transtorno mental” e correlatos serão utilizados aqui apenas em referência aos manuais diagnósticos, que trazem esta concepção de saúde e doença imbricada em sua gênese, e sempre colocados entre aspas a fim de evocar as reflexões acima realizadas. Em nossa análise, optaremos por compreender e significar a depressão, ansiedade e demais manifestações da angústia com o termo *sofrimento psíquico*, a fim de desatrelar a ideia de sofrimento da noção de adoecimento, visando uma perspectiva do sofrimento enquanto parte fundamental da existência humana (Costa, 2014).

Sufrimento e Sociedade: Inquietações Iniciais

Este trabalho nasce de uma inquietação florescida na prática clínica, durante experiência de prestação de serviços a um plano de saúde exclusivo dos profissionais rodoviários, em especial motoristas e cobradores de ônibus de transporte coletivo. A grande maioria desses pacientes apresentava sintomas de depressão e/ou ansiedade que no decorrer do acompanhamento terapêutico identificaram como relacionados ao trabalho ou a fatores diretamente atrelados à suas condições de vida – sobretudo dificuldades financeiras, questões de gênero e raciais, estresse e más condições relacionadas ao ambiente laboral.

Desta forma, tornou-se evidente que pessoas em condições análogas de vida estavam desenvolvendo sintomas semelhantes, o que parecia não ser explicado pela visão clássica de desequilíbrio químico como produtor das chamadas “doenças mentais”. Entretanto, muito da prática clínica tradicional em Psicologia envolve ajudar um indivíduo supostamente adoecido a ressignificar suas vivências particulares, como se o sofrimento fosse decorrente apenas da forma como a pessoa escolhe encarar a vida. Paralelamente, os próprios pacientes apresentavam uma percepção de estarem adoecidos ou incapazes de suportar a “vida normal”, quando a vivência clínica sugeria que não estávamos tratando de uma dificuldade individual,

e sim de algo que envolvia claramente as configurações sociais e a situação do mundo na qual os pacientes viviam.

Esta percepção ampliou-se ao observar os dados de incidência de depressão e ansiedade no mundo: estimativas da Organização Mundial de Saúde (WHO, 2017) apontam que, em 2015, a ansiedade atingiu 3,6% da população mundial, com um total de 264 milhões de pessoas apresentando essa modalidade de sofrimento naquele ano. Este total representa um aumento de 14,9% dos casos, em comparação com estimativas de 2005, variação atribuída pela OMS ao crescimento e envelhecimento populacional. O índice de indivíduos afetados pela depressão é ainda maior, representando 4,4% da população mundial no ano de 2015. Números tão significativos sugerem algo que realmente não pode ser contido na esfera individual, algo que comunica uma mudança do sofrimento pessoal para um *status* de epidemia (Torrey, 2001). E, em se falando de epidemia, há que se pensar nas condições que favorecem seu surgimento. Assim, este trabalho surgiu a partir da indagação “o que há na nossa sociedade que favorece o surgimento das modalidades específicas de sofrimento ‘depressão’ e ‘ansiedade’?”. ”.

Tavares (2010) considera que as queixas clínicas produzem, de certa maneira, um autorretrato de cada época; seguindo este raciocínio, consideramos que as condições do mundo dentro de cada momento histórico produzem formas particulares de subjetivação, e conseqüentemente males específicos. Analogamente, as próprias concepções de sujeito e fazer científico se adaptam às características de cada tempo.

É possível, portanto, falar em um “sintoma social” como campo que engloba o singular da angústia do sujeito em concomitância com o universal de um mal-estar presente no campo social, ou mesmo como expressão da própria angústia existencial caracterizadora da vivência humana. O sintoma social torna-se, desta forma, uma “metáfora partilhada por um grupo do mal-estar (...), submetida e provocada pelo discurso dominante de uma época”

(Vorcaro, 2004, p. 62). Assim, há algo do sujeito e de sua vivência que é único, da mesma maneira que parece haver algo de coletivo na maneira como o indivíduo se subjetiva, percebe e lida com os sofrimentos aos quais está sujeito – para não falar dos desafios e especificidades do sofrimento em si em cada sociedade, relacionados à forma como este é percebido dentro de configurações sociais específicas.

Para compreender nosso problema, portanto, faz-se necessário identificar as condições da época na qual o fenômeno se apresenta, assim como delimitar as referências epistemológicas a partir da qual faremos nossa análise. Desta maneira, nossa questão começa a se apresentar como tri-facetada: temos os fenômenos *depressão* e *ansiedade* como foco de interesse, cuja alta incidência ocorre na contemporaneidade, ou seja, na *sociedade pós-moderna*, e que abordaremos a partir de um referencial teórico-filosófico específico – a saber, a *fenomenologia*.

Buscando explicitar cada uma dessas facetas, este trabalho será dividido em três partes: em primeiro lugar, definiremos as principais características da pós-modernidade como condição na qual os sujeitos estão inseridos (capítulo 1); a seguir, delinearemos o entendimento de fenômenos e ser humano baseados na fenomenologia e no existencialismo, sobretudo nas ideias de Heidegger (1927/2018) e Sartre (1943/2007) a respeito da existência autêntica (capítulo 2); por fim, faremos uma análise fenomenológica dos critérios diagnósticos da depressão e ansiedade, e buscaremos articular estes dados com o funcionamento social pós-moderno (capítulo 3), a fim de criar um diálogo a respeito da experiência do sujeito que sofre com sintomas depressivos e ansiosos sob uma perspectiva coletiva de vivência humana em *situação* (Sartre, 1943/2007), ou seja, que acontece *no-mundo* e portanto é indissociável das condições que este mundo oferece.

Objetivos

O objetivo geral desta dissertação é propor um olhar alternativo sobre os ditos “transtornos mentais comuns” na pós-modernidade, pautado em teorias fenomenológicas da existência, visando analisar a relação entre características específicas do modelo socioeconômico vigente na sociedade ocidental e formas de sofrimento psíquico características desta época.

Para tal, os objetivos específicos são: levantar as principais características da pós-modernidade; explicitar a compreensão fenomenológica do sujeito; realizar uma análise fenomenológica dos critérios diagnósticos da depressão e ansiedade; e tecer considerações a respeito da relação entre as condições sociais pós-modernas e o fenômeno do sofrimento psíquico do tipo ansioso e depressivo.

Justificativas Teórica e Social

Este trabalho justifica-se na perspectiva teórica pela aplicação do método fenomenológico a nosso objeto de pesquisa. Apesar de seu impacto no pensamento contemporâneo, a Fenomenologia ocupa espaço limitado no panorama nacional (Holanda, 2016); há, portanto, um solo rico de possibilidades de investigação aplicadas ao contexto brasileiro, em especial no âmbito da psicologia clínica, tendo em vista a estreita relação entre teorias fenomenológicas e a psicologia (Holanda, 2009).

Ademais, realizaremos um apanhado das características sociais de nosso tempo, condensando a perspectiva de múltiplos autores, em especial Bauman (1998, 2001, 2004), Lipovetsky & Charles (2004/2018) e Harvey (1989/2017), a fim de identificar os principais pontos de acordância entre esses expressivos teóricos da pós-modernidade a respeito dos fatores que a compõem. Complementarmente, faremos a aplicação do método fenomenológico aos critérios relativos à depressão e ansiedade utilizados nos principais manuais diagnósticos (CID-10 e DSM-V), apresentando uma perspectiva teórica alternativa para a compreensão destes manuais.

Sobretudo, acreditamos que nossa pesquisa se justifica na perspectiva social; em parte por termos a sociedade contemporânea como objeto de interesse, mas principalmente por propor um olhar coletivo a questões que vem sendo tratadas tradicionalmente em âmbito individual. Desta forma, procuramos contribuir para uma clínica que contemple o indivíduo em *situação* e abarque em sua prática o olhar para questões sociopolíticas, inclusive no sentido de ajudar os sujeitos a perceberem sua realidade *no-mundo* (Sartre, 1943/2007) e a contribuição que as condições de vida acarretam na experiência de ser – e, conseqüentemente, nas experiências de sofrimento e angústia.

Capítulo 1 – A Questão da Pós-Modernidade

A proposta de realizar uma análise de conjunturas da pós-modernidade que contribuem para a configuração subjetiva dos indivíduos acarreta alguns desafios: em primeiro lugar, há a dificuldade de se elaborar considerações sobre a época em que o próprio sujeito está inserido (Bauman 1998), tendo em vista que certas configurações só vêm a ser compreendidas através de uma perspectiva histórica, ou seja, o entendimento dos momentos históricos beneficia-se de uma análise em retrospectiva. Em seguida, há a questão da fluidez enquanto característica marcante da pós-modernidade, que suscita a pergunta: “como definir algo que está em constante mudança?”. Para além disso, há a problemática da delimitação temporal: quando de fato se inicia a pós-modernidade?

O próprio termo pós-modernidade é ponto de discordância entre os diversos autores que estudam a sociedade contemporânea, cada qual defendendo o uso de uma nomenclatura específica para o período. Antes, portanto, de procurar falar sobre as características desta nossa época e seu impacto sobre os indivíduos, propomos nos debruçar brevemente sobre os pontos supracitados, a fim de responder, da melhor maneira possível, a questão fundamental que será ponto de partida para as demais considerações aqui propostas: o que, afinal, estamos chamando de pós-modernidade?

Berman (1998) afirma que:

retornar ao passado pode ser uma forma de ir adiante (...). Este ato de lembrar pode ajudar a trazer o modernismo de volta às suas raízes, de forma que possa se nutrir e se renovar para confrontar as aventuras e perigos que estão por vir. Se apropriar das modernidades de ontem pode ser ao mesmo tempo uma crítica das modernidades de

hoje e um ato de fé nas modernidades – e nos homens e mulheres modernos – de amanhã. (p. 36).

Faz-se, portanto, necessário investigar as origens, as configurações socioculturais que propiciaram que o momento atual se desenvolvesse da maneira como o fez; isso implica em abordar a modernidade enquanto momento precursor de nossa época, seguindo a tradição dos autores aqui abordados, cujas análises foram realizadas de maneira comparativa, evocando o panorama moderno para delimitar e esclarecer a pós-modernidade enquanto um momento que, de certa forma, é o próprio desenrolar do projeto moderno.

Modernidade e o Projeto Moderno

Osborne (1992) chama atenção para os desafios do problema de se definir modernidade, tanto em relação à pós-modernidade quanto como categoria em si. Sua análise desta temática parte da divisão do conceito de modernidade em três pontos distintos: período histórico, qualidade de vivência social, e projeto incompleto.

Ao levantar a questão de que a ideia da modernidade em si marca uma nova maneira de periodizar a história, criando uma distinção entre o tempo histórico no qual a modernidade se desenrola e o que o autor chama de “a lógica do modernismo”, Osborne (1992) defende a existência de um “senso abstrato do significado histórico do presente” (p.26), que culmina em um entendimento da modernidade que distancia a contemporaneidade da própria época em que se classifica, separando de certa forma o presente mesmo do passado mais recente, tornando-se “algo que acontece, e ao mesmo tempo continua acontecendo” (p.30). O autor inclina-se, portanto, em direção a uma interpretação da modernidade como uma categoria qualitativa, e não cronológica.

A análise de Osborne (1992) evoca mais uma vez os desafios de se buscar compreender modernidade e pós-modernidade sob uma ótica histórico-temporal, ponto que esclarece as discordâncias entre as análises de múltiplos autores em relação a quando se inicia

e quando (ou se) se extingue a modernidade e inicia-se a pós-modernidade. Para alguns, a modernidade é um projeto que ainda está acontecendo (Osborne, 1992); outros situam seu final em épocas divergentes (Bauman, 1998; Harvey, 1989/2017), ou ainda defendem que a própria pós-modernidade foi um período de adaptação, e que já estamos vivendo uma *hipermodernidade* (Lipovetsky & Charles, 2004/2018).

Harvey (1989/2017, p. 22) afirma que “a transitoriedade das coisas dificulta a preservação de todo sentido de continuidade histórica”. Sabidamente, a transitoriedade é uma das características mais marcantes da pós-modernidade, como pretendemos mostrar mais adiante. Assim, tendo em vista a dificuldade de se tecer um panorama claro de nosso próprio tempo e as múltiplas divergências entre os teóricos da pós-modernidade, a análise aqui proposta não pretende se vincular a uma teoria específica que objetive compreender de maneira estruturada o fenômeno; ao invés disso, optamos por tirar o foco das divergências e levantar os pontos de concordância entre as principais teorias disponíveis, com o objetivo de apresentar um quadro que não pretende ser completo, mas que contemple os principais aspectos indiscutivelmente caracterizantes de nossa época.

Neste ponto, faz-se necessário explicar que a escolha pelo uso do termo pós-modernidade nas considerações aqui tecidas não foi realizada com a intenção de endossar nenhuma teoria em particular; pelo contrário, optamos pelo termo que parecia mais popular enquanto descritor de um fenômeno em diversas instâncias acadêmicas, tendo sido utilizado nas obras de teóricos de diversas disciplinas como antropologia, sociologia, geografia etc., além de amplamente discutido na mídia.

A decisão por utilizar esse termo passa, portanto, pelo desejo de adotar uma nomenclatura que seja o mais neutra possível, com o objetivo de distanciar o presente trabalho das divergências entre as teorias dos grandes estudiosos da área, e em seguir a proposta de desenvolver um quadro geral que sirva ao objetivo de contextualizar as possibilidades

subjetivas do nosso tempo, para em seguida analisar o impacto dessas transformações em uma perspectiva micro, ou seja, focada no indivíduo, suas potencialidades, modos de relação e sofrimentos.

Para tal, iniciamos com a tentativa de descrever a modernidade como ponto de partida da formação da sociedade pós-moderna. Berman (1988) define modernidade como “um modo de experiência vital do espaço e tempo, do self e dos outros, das possibilidades e perigos da vida que é compartilhado por homens e mulheres do mundo inteiro atualmente” (p. 15). Para ele, “ser moderno é estar em um ambiente que nos promete aventura, poder, alegria, crescimento, transformação de nós mesmos e do mundo – e, ao mesmo tempo, que ameaça destruir tudo o que temos, tudo o que conhecemos, tudo o que somos” (Berman, 1988, p. 15). Mas como exatamente se desenvolveu esse modo de experiência e de organização social, e quais são suas características?

Em sua obra, Berman (1988) divide a modernidade em três fases: a primeira, entre o início do século XVI e o final do século XVIII, onde os indivíduos começam a experimentar a modernidade, porém sem consciência desta. A segunda fase se inicia com as ondas revolucionárias da década de 1790, onde o sentimento de revolução conviveu com a memória de uma sociedade absolutamente tradicional; é a partir da dicotomia entre essas duas modalidades sociais que as ideias de modernização e modernismo despontam e começam a se desenvolver.

Pode-se afirmar que é a partir desse momento que a modernidade começa a se caracterizar enquanto projeto. Na terceira fase, iniciada no século XX, o processo de modernização passa a se estender para envolver o mundo todo, desenvolvendo uma cultura de modernismo que se fragmenta à medida em que se expande, processo que resulta na “perda da capacidade de fornecer sentido à vida das pessoas” (Berman, 1988, p. 17).

Neste movimento de desenvolver uma nova forma de configuração social, Berman (1988) destaca alguns pontos característicos do que veio a se tornar a modernidade: as grandes descobertas e o desenvolvimento científico-tecnológico, a industrialização da produção, criação de novos ambientes e destruição de antigos, aceleração no tempo da vida, geração de novas formas de poder corporativo e de classes sociais, crescimento urbano acelerado, sistemas de comunicação de massa, crescimento do poder do Estado, burocracia, busca por expansão da influência de alguns países sobre os demais, surgimento de movimentos sociais altamente expressivos e, sobretudo, o mercado capitalista e suas flutuações.

De certa forma, falar de modernidade (e de pós-modernidade) é falar de capitalismo. O projeto moderno surge de maneira indissociável do desenvolvimento deste modelo socioeconômico; pode-se portanto afirmar que há uma confluência entre os modos de configurações sociais modernos (e conseqüentemente pós-modernos) e o projeto econômico do capitalismo, de tal forma que ao analisar as relações humanas a partir do século XVIII facilmente se encontra a lógica do mercado imbricada nas modalidades de interações sociais e nas possibilidades de vida disponíveis em cada fase da idade moderna. Assim, a pós-modernidade se relaciona com o chamado capitalismo tardio, da mesma forma que a modernidade do início até meados do século XX se relaciona com o capitalismo fordista (Harvey, 1989/2017).

Harvey (1989/2017) realiza uma análise minuciosa das mudanças no capitalismo fordista – que podemos associar diretamente às condições da modernidade no momento histórico que sucede a segunda revolução industrial (final do séc. XIX), sua evolução para uma forma flexível de acumulação de capital e as transformações socioculturais decorrentes deste processo.

Considera-se que há uma “materialização do regime de acumulação, que toma a forma de normas, hábitos, leis, redes de regulamentação etc. que garantem a unidade do processo” (Harvey (1989/2017/, p.117); ou seja, que para o sistema funcionar de maneira mais ou menos equilibrada na esfera econômica, é necessário adaptar toda a sociedade e a cultura às demandas desse sistema. Esta influência opera nos mais diversos âmbitos, sejam eles materiais – expressos na arquitetura, nas artes, nas instituições, etc – sejam subjetivos, expressos nos modos de relação, nas possibilidades subjetivas, na produção de desejos e formas de organização cultural, entre outros. Essas considerações evidenciam a dimensão do fenômeno que propomos abordar, assim como a dificuldade da tarefa.

Berman (1988), em sua busca por interpretar o modernismo através de um prisma marxista, afirma que as energias, *insights* e ansiedades características desse modo de funcionamento moderno surgem a partir do direcionamento e das tensões da vida econômica moderna, de sua

pressão insaciável e sem limites pelo crescimento e progresso, da expansão dos desejos humanos para além dos limites locais, nacionais e morais, da demanda de que as pessoas explorem não apenas outras pessoas, mas elas mesmas; a volátil e sem fim metamorfose dos valores no turbilhão do mercado mundial; a destruição impiedosa de todos e tudo que não puder ser usado. (Berman, 1988, p. 121)

Assim, a sociedade moderna se vincula de maneira indissociável com o modelo econômico de produção que é característico dessa época, de tal forma que tratar do sofrimento psíquico dos indivíduos modernos (e pós-modernos) é também tratar do sofrimento proporcionado pelas condições de subjetivação presentes no capitalismo.

Osborne (1992) tece uma crítica à ideia de pós-modernidade enquanto um momento histórico que sucede à modernidade, considerando que o projeto moderno ainda está em desenvolvimento e argumentando que o tornar-se pós-moderno consiste em permanecer

moderno. Referenciando Lyotard, Osborne apresenta a citação: “O que é então o pós-moderno? Sem dúvida parte do moderno (...). Pós-modernismo não é modernismo em seu final, mas em seu estágio nascente e esse estágio é constante” (Lyotard, 1984, p.79, citado em Osborne, 1992, p.29).

É importante frisar que Lyotard adota o termo “pós-moderno”, definindo-o como uma atitude de incredulidade em relação às metanarrativas, as quais podem ser consideradas como a base do pensamento moderno enquanto um projeto social (Lyotard, 1979/1984). Bauman (1998) apresenta a ideia da modernidade como uma época de certezas sólidas, onde as instituições e o Estado cooperavam em busca do progresso, do desenvolvimento de uma sociedade ideal e evoluída. Havia uma noção de verdade e de ponto máximo da evolução em direção ao qual a humanidade como um todo deveria caminhar, presente de forma marcante na primeira metade do século XX.

É em parte a crise nesse paradigma, aliada ao desenvolvimento de novas configurações do capitalismo e às transformações sociais que se seguiram que marcam o surgimento do conceito de pós-modernidade, não como um novo período que se opõe à modernidade como esta propõe opor-se à Idade Média, como aponta Osborne (1992), e sim como um novo estágio daquilo que foi a modernidade, que não se dissocia completamente do projeto moderno, mas que se diferencia inquestionavelmente daquilo que se apresentava como modernidade no século passado. Assim, mais uma vez se evidencia como a tarefa de falar da pós-modernidade passa necessariamente pela análise da modernidade, pois em certo sentido ser pós-moderno é ser moderno em um grau diferenciado.

Harvey (1989/2017) situa o início da modernidade enquanto projeto no século XVIII, quando havia uma espécie de otimismo generalizado expresso pela crença de que o desenvolvimento científico e social culminaria na libertação do ser humano das irracionalidades, revelando qualidades universais e imutáveis da humanidade; a tradição

iluminista seguiu essa ideia, abraçando a necessidade de mudança e reconstrução como parte fundamental do processo de construção de uma sociedade ideal, racional e universal.

O autor aponta indícios, entretanto, de que tal projeto acabaria por caminhar em direção a um sistema de opressão generalizado, uma vez que a construção dessa sociedade ideal passaria necessariamente por um controle ativo das possibilidades de existência, como evidenciado por Foucault em sua análise da sociedade disciplinar (1975/2014), ou naquilo que Bauman (1998) caracteriza como a produção dos *estranhos modernos*.

Bauman (1998) afirma que “toda sociedade produz estranhos”, aqueles que “não se encaixam no mapa cognitivo, moral ou estético do mundo” (p.27). A partir do momento em que cada sociedade é regida por regras específicas de conduta, os indivíduos que de certa forma confundem ou flexibilizam essas regras são considerados uma ameaça ao funcionamento social.

No modernismo, a questão dos estranhos se faz excepcionalmente presente, tendo em vista a característica do projeto moderno de transformar a questão da identidade de algo que era herdado ou atribuído em uma realização cuja responsabilidade era atribuída ao próprio indivíduo – assim, havia um “firme vínculo entre a ordem social como projeto e a vida individual como projeto” (Bauman, 1998, p. 31) e “se não fossem os esforços coletivos com o fim de assegurar um cenário de confiança, duradouro, estável, previsível para atos e escolhas individuais, construir uma identidade clara e duradoura (...) seria quase impossível” (Bauman, 1998, p. 31).

O pacto era do indivíduo se construir como ser civilizado, enquanto o Estado garantiria as condições para tal, e aqueles que quebrassem esse pacto – os estranhos – deveriam ser assimilados ao projeto moderno ou eliminados de forma a não atribular o plano idealizado de progresso. Consequentemente, tratava-se de uma sociedade predominantemente sólida, de certezas concretas.

A modernidade, então, pode ser definida como a época em que uma pretensa noção de liberdade e igualdade – que na prática não estava disponível para todos – se opunha ao tradicional em busca de uma emancipação coletiva da humanidade, a qual deveria ser obtida através dos esforços individuais de cada cidadão e de um direcionamento cuidadoso por parte do Estado e das instituições.

Esse projeto, entretanto, passa a ser regido pelas disciplinas e por um controle social expresso pelo crescimento do poder estatal, e ameaçado pelas crises e desafios decorrentes desse modo de organização, produzindo uma sociedade que paradoxalmente buscava o progresso, o novo e o tecnológico, ao mesmo tempo em que temia as diferenças e as mudanças na ordem que a regia e nas tradições que a própria modernidade começava a instituir.

Para fins desta discussão, considerando o objetivo de comparar com a pós-modernidade, pretendemos focar na modernidade do início até meados do século XX, altura em que começa a sofrer transformações significativas, que culminam em um consenso de que há uma alteração nas práticas e formações discursivas que diferenciam o período pós-moderno dos pressupostos do período que o precede (Harvey, 1989/2017).

Permeada por essa lógica desenvolvimentista, a modernidade se configura no âmbito social por uma marcada tradição da instituição familiar, pelo levante de movimentos sociais em prol dos direitos de grupos minoritários, pelas organizações sindicais, movimentos de liberação sexual e rompimento com tradições antigas.

No âmbito econômico, podemos citar o acelerado desenvolvimento tecnológico industrial, a expansão dos meios de produção e crescimento do setor secundário, o uso em larga escala dos modelos fordista e taylorista de produção fabril, aumento das exportações e formação do capital financeiro, surgimento das grandes indústrias e conglomerados, e marcada tendência de expansão do projeto moderno através do imperialismo.

O próprio imperialismo merece destaque, uma vez que, em seu movimento de espalhar os dispositivos do mercado para o resto do globo, transportou também manifestações culturais e lógicas discursivas e disciplinares da sociedade ocidental para outros campos do planeta. De fato, a globalização é um bom exemplo de como frequentemente a lógica do capital e os ideais do projeto moderno caminharam lado a lado, de tal forma que é difícil separar o que seria do âmbito de cada um.

O movimento de expansão do comércio e do capital para países asiáticos e para aqueles que eram considerados na divisão socioeconômica da época como “de terceiro mundo” simultaneamente serviu às necessidades de mercado de encontrar novos consumidores e mão de obra mais barata e ao discurso do modernismo que pregava um único modelo de “sociedade do progresso” como ideal para todos os seres humanos, cujos valores deveriam ser transmitidos aos países considerados menos civilizados.

As implicações dessa retórica foram evidentes: aniquilação de potencialidades culturais dos países menos desenvolvidos economicamente, surgimento de uma marcada onda de neocolonialismo, a necessidade da criação de um Estado forte e capaz de ditar as regras de controle a fim de dirigir os seres humanos rumo ao tão almejado progresso, considerando aqueles que não seguiam os passos dessa caminhada como empecilhos a serem removidos na estrada para o desenvolvimento.

Esta visão do papel do Estado permeou todas as grandes teorias políticas da época: a democracia intervencionista dos EUA, o socialismo da URSS, o nazismo alemão e demais movimentos fascistas europeus, todos pautados em uma corrente de pensamento que propunha eliminar os “inimigos” em nome de um sistema supostamente mais evoluído sobre o qual se afirmava, em última instância, que beneficiaria a todos os seres humanos – ou mais especificamente a todos considerados por cada sistema como dignos do título de humano.

Alguns marcos históricos podem ser citados como consequência dessa forma de política: as grandes Guerras Mundiais e a própria Guerra Fria podem ser analisadas sob um prisma de resultado da tentativa de Estados dominadores estenderem globalmente sua influência; as crises econômicas, seja a Grande Depressão de 1929 nos EUA ou a Grande Fome chinesa, marcam falhas gravíssimas em sistemas políticos que prometiam ser o único caminho para uma sociedade plena. O custo humano das ditaduras na América Latina também deve ser mencionado, uma vez que o movimento de tomada de poder através de forças militares participava do discurso anticomunista e defendia os interesses do capital, assim como do projeto moderno.

Em suma, as implicações históricas e as falhas aparentes do sistema sociopolítico vigente na época acabaram por promover uma onda de descrença e o fim do otimismo tão presente no discurso iluminista e no surgimento dos ideais modernos. A partir da segunda metade do século XX, há uma notável crise de paradigmas, expressa tanto nas ciências quanto na descrença da população em relação à política, na onda de oposição popular a novas guerras, no surgimento de movimentos de contracultura como o *hippie*, que se opunha à lógica de mercado tradicional, entre outros.

É a partir desse momento que a certeza do progresso começa a ruir e ser substituída por uma falta de horizonte e sentido, que se faz marcadamente presente ainda na pós-modernidade. É neste processo também que as certezas e a solidez modernas começam a ser questionadas e substituídas pelas múltiplas possibilidades e por um ritmo tão diferente de mudanças que já não caberia naquilo que foi o projeto moderno. A partir desse movimento começa a despontar nosso foco de interesse, aquilo que estamos chamando de pós-modernidade.

Em resumo, o indivíduo moderno do séc. XX existia em um mundo de certezas mais ou menos definidas, de instituições sólidas e com um Estado forte, que com sua política de

bem-estar se responsabilizava em suprir de certa maneira os custos humanos do capitalismo (Bauman, 1998). Os ideais de liberdade e democracia estavam em voga, e os modos de relacionamento tendiam para vínculos sólidos e duradouros, com a religião ainda ocupando importante papel em manter estruturas firmes como a família e um conjunto específico de regras de conduta social.

Obviamente, essa configuração não significa que os sujeitos modernos vivessem em um mundo estável, como comprovado pelas diversas transformações históricas, guerras e crises que eclodiram no século passado, mas sim que as estruturas da sociedade estavam organizadas de tal maneira que havia possibilidade de o sujeito construir um plano de futuro relativamente concreto.

Pode-se afirmar que o principal luxo que o humano moderno possuía, imerso como estava em um momento histórico que buscava promover mudanças – e que se perdeu quando entramos na pós-modernidade – estava expresso nas condições de vida estáveis o suficiente para que se pudesse prever mais ou menos um horizonte de possibilidades, e a partir daí realizar planos sólidos para o futuro. Veremos mais adiante como essa perspectiva fica ameaçada com a modalidade pós-moderna de funcionamento social, desenvolvendo o pensamento de Lipovetsky & Charles (2004/2018):

A pós-modernidade representa o momento histórico em que todos os freios institucionais que se opunham à emancipação individual desmoronam e desaparecem. As grandes estruturas socializantes perdem sua autoridade, as grandes ideologias já não trazem nada de novo, os projetos históricos já não mobilizam, o campo social é apenas o prolongamento da esfera privada: a era do vazio instala-se (p. 25).

Pós-Modernidade e a “Era do Vazio”

A pós-modernidade, tendo em vista as considerações acima tecidas, pode ser compreendida ao mesmo tempo como uma continuação, adaptação e crise do projeto

moderno. É nessa época que fica evidente a falha do Projeto das Luzes (Lipovestky & Charles, 2004/2018) e de diversos outros paradigmas modernos, seja nas ciências, nas ideologias ou nas estruturas sociais como a família, tornando-se necessária uma substituição de certos modelos. Porém é precisamente pela forma como essa substituição ocorre que a pós-modernidade se caracteriza como uma evolução da modernidade, pois não houve exatamente uma ruptura: as estruturas foram adaptando-se e transformando-se em uma espécie de mutação descontrolada do cuidadoso projeto moderno de construção da sociedade ideal. Em parte por essa razão que a tarefa de situar historicamente a pós-modernidade é tão complexa.

Podemos tomar a queda do Muro de Berlim como o evento histórico que marca o início dessa nova forma de organização social, uma vez que este acontecimento simboliza o fim das grandes batalhas ideológicas do século passado. De fato, é possível traçar uma diferença entre as guerras ocorridas no século XX, principalmente até a década de 80 – incluindo a Guerra Fria – e as ocorridas posteriormente, se argumentarmos que as primeiras foram decorrentes de conflitos ideológicos e da tentativa de estender influência política capitalista sobre outros modelos de sociedade, e que as últimas podem ser mais relacionadas à expressão de interesses mercadológicos em uma sociedade já quase exclusivamente capitalista a nível global.

Essa ruptura nas ideologias sólidas é um grande marco da pós-modernidade, e possivelmente a maior diferença entre o projeto moderno e o que hoje ocorre a nível de configurações discursivas que regem a nossa sociedade. Podemos entender algumas mudanças (por exemplo a criação dos meios de comunicação de massa e o *boom* tecnológico) como uma evolução natural daquilo já ocorria na modernidade com a busca pelo máximo desenvolvimento técnico-científico; é possível também pensar certas alterações nos modos de relacionamento e quebras nas tradições modernas como fruto do próprio projeto de busca pela liberdade individual, e resultado direto de lutas sociais, como é o caso da instituição familiar

tradicional, que hoje se vê completamente reconfigurada para acolher modalidades de família que abarquem a emancipação feminina e os direitos LGBTQ.

É na crise das ideologias sólidas, entretanto, que a pós-modernidade demonstra uma ruptura com o projeto moderno, e sendo possível argumentar que é justamente a partir desta crise que se desenvolvem as grandes transformações sociais que fogem ao escopo do que era o projeto moderno.

De certa maneira, no modernismo a lógica do mercado servia como apoio, como meio para um fim que propunha, em última instância, a obtenção da emancipação do ser humano. Agora, parece que a lógica do capital engoliu as diversas ideologias, transformando-as em produtos que podem ou não ser adquiridos, mas cuja necessidade torna-se de certa forma obsoleta, uma vez que a organização sociopolítica contemporânea parece ser composta não pelo mercado alimentando um projeto específico, e sim por uma retroalimentação do capital, que passa a sujeitar todos os outros aspectos da configuração pós-moderna à sua própria lógica, de uma maneira terceirizada.

Em algum momento do percurso, quando a própria noção de sociedade ideal se deteriora, abre-se espaço para a aceitação das diferenças como algo positivo (Bauman, 1998), enquanto paradoxalmente o imperialismo cultural e o intervencionismo continuam a espalhar para o mundo atualizações dos moldes de relação da sociedade capitalista contemporânea. Há neste ponto uma transformação do que seriam os estranhos – o que pode ser considerado mais uma evidência de que houve uma transformação social clara.

Atualmente, o estranho não é mais aquele que é diferente no sentido de não seguir regras de comportamento determinadas como civilizadas. O estranho pós-moderno é aquele que não participa da lógica do capital, ou seja, que não exerce seu papel de agente do consumo (Bauman, 1998). A dignidade humana não está mais vinculada a um padrão específico de comportamento social; o novo e o diferente passam a ser considerados

aceitáveis e até mesmo desejáveis, desde que possam ser consumidos (e deixados de lado) de acordo com os interesses individuais e de mercado.

Um exemplo deste fenômeno é a maneira como as próprias lutas de classe, de raça e por direitos das minorias no geral passam a ser comercializadas, ironia expressa na quantidade de camisetas vendidas com estampa de líderes revolucionários como Che Guevara, na variedade de produtos estéticos que apresentam rótulos feministas, ou na quantidade de empresas que hoje oferecem opções veganas enquanto continuam comercializando produtos confeccionados à base da exploração animal.

Dessa forma, as próprias modalidades de resistência e tentativas de transformação do sistema são incorporadas em um processo no qual muito pouco há que não possa ser comercializado: as ideias surgidas a partir das lutas de movimentos sociais se tornam também mercadorias. Falar em comunismo, por exemplo, não é mais por si só uma ameaça à ordem social, até porque esta ordem social também já não é um projeto específico. Na era da liberdade, todas as ideologias são válidas – desde que possam ser comercializadas de alguma forma, convertendo-se assim em alimento para o mercado.

Assim, podemos traçar um paralelo entre a complexidade da época pós-moderna com o mito da hidra, animal mitológico composto por diversas cabeças, que quando cortadas imediatamente dariam origem a outras. Ao se desvencilhar de um projeto específico, a organização social capitalista se torna muito mais difícil de compreender, pois sua estruturação já não passa por um único eixo, acontecendo em uma espécie de autogestão intrincada, onde as diversas partes envolvidas buscam fazer o possível para influenciar o sistema de forma a melhorar cada vez mais sua própria condição, em detrimento da coletividade. Esta transição entre o pensamento coletivo, apoiado na proposta de organizar a sociedade como um todo, e a lógica individualista vigente, onde cada um é responsável por si,

merece também destaque como uma das grandes diferenças entre a modernidade e aquilo que veio depois.

Podemos, portanto, afirmar que parte da enorme dificuldade em definir o que é o nosso momento atual é devida ao fato de que não é uma época exatamente passível de definições, sendo essa possivelmente sua maior característica. A pós-modernidade é um período de rupturas, de constantes transformações, de referências flutuantes, e é possível que a tarefa de a definir por completo esteja sempre fadada à incompletude, tendo em vista as dificuldades inerentes à esta fluidez.

Uma vez tendo em mente essa característica, podemos nos esforçar para delinear um esboço do fenômeno à medida em que o comparamos com a modernidade do final do século XIX e início do século XX. É a partir da evidenciação das diferenças entre este recente passado e o agora que se propõe começar a especificar o que é, afinal, o nosso momento e a partir daí o que podemos inferir a respeito do ser humano contemporâneo e seus modos tão específicos de sofrimento. Vamos a seguir delinear as principais características da pós-modernidade, buscando contextualizá-las em relação com o modelo moderno de funcionamento social.

Como anteriormente exposto, a sociedade moderna era sobretudo uma sociedade de certezas: a política, as instituições, os modos de relação, todos eram pensados para durar, seguindo a ideia de que a humanidade estava cada vez mais próxima da fórmula ideal de organização, de uma sociedade que *purificasse* a natureza humana, mantendo apenas nossas potencialidades. A pós-modernidade, como vimos, é marcada justamente pela ausência de certezas, o que Bauman (1998) nomeia de *liquidez* e o que Berman menciona quando cita a afirmação de Marx de que “tudo que é sólido dissolve-se no ar” (Berman, 1988, p. 240). Mas uma vez que o discurso do progresso já não serve, como substituí-lo?

Neste ponto, podemos citar a terceirização como um fenômeno marcante da pós-modernidade. Não apenas a terceirização dos serviços, mas principalmente a terceirização das responsabilidades e da tarefa de atribuir sentido às coisas. Se a modernidade ofereceu a condição de transformar a identidade do indivíduo de atribuição, algo de sua natureza, em um projeto, que conseqüentemente pode ser construído por cada um (Bauman, 1998), podemos dizer que a pós-modernidade transformou esse projeto em um produto, ou uma série de produtos. O indivíduo passa a ser uma equação entre aquilo que consome e aquilo que produz, ou seja, sua identidade passa a ser elaborada a partir do seu papel no jogo do mercado.

Dentro desta lógica, podemos considerar que o humano pós-moderno é mais livre em termos da quantidade de opções à sua disposição: já que não se acredita mais em sociedade ideal, de repente abre-se as portas para múltiplas possibilidades, políticas, religiosas, subjetivas. É facultado ao indivíduo o direito de ser aquilo que quiser – desde que possa arcar com os custos dessa vivência. Assim, a dignidade humana passa a ser medida através de seu acesso aos bens de consumo, e seu valor é medido através de sua eficácia enquanto consumidor.

A qualidade de vida passa também a ser perpassada pelo fenômeno da terceirização: a responsabilidade de garantir uma sociedade estável e o bem-estar de todos migra das mãos do Estado para o colo de cada um, devendo cada sujeito fazer o possível para obter suas condições ideais de desenvolvimento dentro de uma lógica marcadamente meritocrata. Se antes era papel do Estado dar conta do custo humano gerado pelo sistema econômico, cuidando, por exemplo, dos trabalhadores que este sistema requeria que fossem mantidos como mão de obra excedente para seu bom funcionamento, hoje em dia se acredita que já não podemos arcar com tais custos; a visão do desempregado transforma-se da figura de alguém que está em um momento de má-sorte e precisa de capacitação para retornar ao

mercado para alguém que drena os recursos daqueles que realmente contribuem para a sociedade (Bauman, 1998).

Considerando, então, a influência da lógica do capital, optamos por iniciar nossa tarefa de discorrer sobre a pós-modernidade do ponto de vista econômico. A sociedade pós-moderna é marcada pela terceira revolução do capitalismo, desenvolvimento tecnológico acelerado, armas nucleares, terceirização dos serviços, precarização das condições de trabalho, enfraquecimento dos movimentos sindicais, consumo e comunicação de massa. Como consequência, houve o surgimento de diversos novos setores de serviços e produtos; damos destaque para o setor de informação (Bauman, 1998; Harvey, 1989/2017). Atualmente o comércio de dados a respeito dos indivíduos, visando estabelecer seus padrões de consumo e criar necessidades específicas para cada um, é um dos negócios mais lucrativos existentes. Podemos pensar nas consequências que a mercantilização da informação acarreta para a sociedade, sendo a mais óbvia a hiper exposição e o comprometimento da privacidade.

De fato, a própria noção de privacidade sofreu uma grande transformação com o advento dos meios de comunicação em massa. Para Bauman (1998), as fronteiras entre o público e o individual se fragilizaram. Lipovetsky traz a noção de moda enquanto manifestação do individual, que marca a possibilidade do indivíduo pós-moderno de se construir e evidencia as múltiplas possibilidades de ser na contemporaneidade (Lipovetsky & Charles, 2004/2018). Novamente estamos abordando um fenômeno social que traz consigo a lógica de mercado, seja utilizando as informações veiculadas para propaganda, seja divulgando através das mídias sociais a ideia de uma vida perfeita, como é o caso dos influenciadores digitais.

Não buscamos afirmar que o fenômeno da flexibilização da divisão entre público e privado deu-se exclusivamente em decorrência de uma organização capitalista, mas não há como discutir que o mercado se apropriou desse fenômeno para seus próprios interesses. De

qualquer maneira, noções abstratas como felicidade, empoderamento e saúde são corriqueiramente associadas ao consumo de produtos específicos, e a divulgação da vida pessoal está muito ligada ao consumo de bens e serviços (postar fotos de determinados produtos/vivências), assim como à divulgação de determinados estilos de vida (influenciadores fitness, de moda, entre outros).

Podemos marcar dois fenômenos que acompanham o *boom* nos meios de comunicação em massa e o surgimento dessa “sociedade do espetáculo” (Bauman, 1998): em primeiro lugar, as novas formas de controle social exercidas pelos governos e empresas que têm acesso a uma infinidade de dados sobre os indivíduos, suas preferências, padrões de consumo, inclinações políticas etc. Podemos citar o Patriot Act dos EUA ou a Lei Antiterrorista brasileira como exemplos dessa nova modalidade de controle dos governos, que no caso dos EUA permite a interferência do Estado nos dados privados dos cidadãos, e no caso brasileiro permite o controle e repressão de manifestações sociais.

Além dos dispositivos de vigilância institucionalizados, podemos citar diversos escândalos como evidências de abuso de poder por parte dos governos, como o caso denunciado pelo *Wikileaks* de espionagem internacional perpetrada pelos EUA (Nunes, 2018). Além disso, empresas privadas participam do comércio – legal ou não – de dados e informações a respeito dos indivíduos.

Em segundo lugar, a maneira como as pessoas se relacionam parece ter sido profundamente afetada pelo uso da internet e das redes sociais, de tal forma que o fenômeno da flexibilização da privacidade ocorre também a nível relacional. É importante ressaltar a frequência e a qualidade das comunicações, muito diferentes do que era possível na era moderna. Se no século XX o indivíduo só tinha a possibilidade de ver sua vida exposta a público através da mídia tradicional, como jornais e revistas, atualmente qualquer um com

acesso à internet pode divulgar os detalhes mais particulares de suas experiências, e ser lido e compartilhado por milhares de pessoas ao redor do globo.

Torna-se viável também o acesso a outras culturas e indivíduos, abrindo possibilidade de novas modalidades de relacionamento, como o chamado *webnamoro*, onde indivíduos que nunca se encontraram pessoalmente iniciam um relacionamento romântico, fóruns como o *Reddit*, que possibilitam a discussão de interesses similares entre desconhecidos, ou a modalidade de *sexting*, que incorpora as redes sociais nas práticas afetivas e sexuais. Atualmente o uso das tecnologias torna-se cada vez menos opcional e mais obrigatório. Se o ser humano é um ser social, e as mídias regem as formas de se relacionar, então faz-se necessário tomar parte delas, sob pena de ser excluído de determinados círculos. Um exemplo dessa tendência são os convites para eventos sociais como festas de aniversário ou reuniões, que frequentemente são realizados apenas através do *Facebook*, sendo necessário que o indivíduo participe dessa rede para poder ser incluído.

Se considerarmos a presença online como praticamente mandatória, a necessidade de aparentar ser bem-sucedido/popular faz-se ainda mais compreensível: de certa forma, as redes sociais tornaram-se um cartão de visitas, uma imagem pública daquilo que cada um é ou tem a oferecer enquanto indivíduo. Desta maneira, abre-se a vida para o julgamento coletivo, e torna-se de extrema importância se apresentar sob uma luz o mais favorável possível. É nesse sentido que podemos afirmar que vivemos na era em que o parecer suplanta o ser, tendo em vista que aquilo que se apresenta para o mundo é mais valorizado do que ações concretas, como expresso no atual dito popular “se não postou foto, não aconteceu”.

Podemos pensar na questão das redes sociais como expressão de um fenômeno social maior, que pode ser definido como o impulso da individualização. Com a queda das grandes ideologias, o humano pós-moderno torna-se um ser que se preocupa consigo mesmo e suas próprias necessidades, em exercer sua liberdade o máximo possível, com o mínimo de limites

e compromissos. Se por um lado desejamos estabilidade, por outro não queremos perder as possibilidades, o que fica muito evidente nas formas pós-modernas de se relacionar.

Não é à toa que a pós-modernidade trouxe a desconstrução da ideia de monogamia e do casamento como estágio necessário da vida e colocou em voga novas propostas de vínculos, como o poliamor (relacionamento sério com múltiplos parceiros), os relacionamentos não-monogâmicos, e uma maior valorização nas experiências da vida de solteiro. Da mesma forma, houve transformação nos vínculos familiares, assim como um enfraquecimento da noção tradicional em prol de uma concepção mais abrangente de família.

Em todos os âmbitos relacionais, incluindo as amizades, parece haver uma lógica mercantilista que permeia a forma como os indivíduos pós-modernos se relacionam: não é mais sobre construir um vínculo em si, pois este vínculo pode ser quebrado com facilidade, uma vez que nada é constante, e sim sobre uma espécie de mutualismo, onde pessoas constroem relações baseadas na troca de interesses, que podem facilmente ser interrompidas quando deixam de ser vantajosas para uma das partes.

Podemos detectar, portanto, uma marcada tendência para o individualismo. Em um mundo onde já não há um objetivo social comum e os vínculos se encontram fragilizados, o ser humano se direciona para a satisfação da maior quantidade possível de impulsos, fenômeno expresso no consumo exacerbado e na acumulação de bens enquanto parte do cotidiano dos indivíduos. Através do marketing, os produtos deixam de ser apenas itens de necessidade e passam a carregar um status, como é o caso das roupas de grife ou de marcas que afirmam ser comprometidas com causas sociais. A construção da identidade do indivíduo perpassa também por aquilo que este consome.

Desta forma, todos são livres para escolher sua identidade, que se apresenta não mais necessariamente como um projeto, como na era moderna, mas como um conjunto de práticas e principalmente de itens aos quais o indivíduo se vincula. Esta identidade pode facilmente ser

alterada, mas necessariamente estará vinculada às práticas do mercado, no sentido de que existem produtos específicos voltados para cada grupo identitário, e espera-se um alinhamento dos hábitos de consumo do sujeito ao seu projeto de identidade.

O indivíduo pós-moderno é, portanto, em primeiro lugar mutável, pois renuncia à segurança das certezas sólidas em prol da aparente liberdade de poder fazer-se como quiser (Bauman, 1998). Porém, se já não há solidez, como é possível construir um projeto identitário? Neste ponto, os desejos produzidos pela mídia parecem passar a se configurar como suplentes da necessidade de um projeto existencial, como será posteriormente discutido. Os modos de relação, também permeados pela lógica do mercado, constituem um plano relacional líquido, como afirma Bauman (1998). Tudo isso contribui para uma configuração social marcada pela ausência de estabilidade.

Do ponto de vista político, podemos considerar um rompimento com as grandes ideologias, senso geral de insatisfação, descrença dos ideais de democracia e atualmente um avanço das ondas conservadoras, marcado pelo crescimento da extrema-direita em diversos países e pelo neofascismo. David Harvey (1989/2017) afirma haver, à época da publicação de sua obra “Condição Pós-Moderna”, um consenso de que o capitalismo está em crise. Essa sensação de desestrutura político-social também pode ser percebida nas ondas de manifestações sociais que eclodiram em diversos países nos últimos anos.

Trazendo como exemplo o caso do Brasil, entre o ano de 2012 e 2013 eclodiram movimentos populares que pareciam ter características muito peculiares: milhares de brasileiros foram às ruas levantar uma série de pautas, não sendo incomum encontrar em uma mesma passeata pessoas contra e a favor do governo vigente à época, protestos contra tópicos gerais como a corrupção e específicos como o aumento da passagem de ônibus e outros projetos de lei que dificultariam a vida da população. É interessante observar como um movimento autêntico e apartidário, que parece ter eclodido de forma mais ou menos

espontânea, com o tempo foi sendo apropriado pela mídia, promotora de um redirecionamento da insatisfação popular em prol de uma agenda política e econômica favorável aos interesses neoliberais no país (Tatagiba & Galvão, 2019).

Assim, a política parece estar sujeita também à uma nova lógica onde a crítica ao modelo proposto já não é uma ameaça *per se*, uma vez que já não se preza por uma ordem social única. Em não havendo um projeto moderno a ser defendido, as ameaças ao sistema deixam de ser da ordem ideológica – de fato, as ideias de liberdade permitem que atualmente cada indivíduo expresse suas convicções políticas; podemos até mesmo argumentar que a prática social em torno da discussão ideológica alterou-se, visto que há algumas décadas política e religião, por exemplo, eram considerados assuntos tabus, enquanto hoje se incentiva que as pessoas se posicionem e debatam entre si.

É nesse sentido que se pode falar de uma lógica mercadológica que se retroalimenta e engloba as diferenças. Dessa maneira, as grandes ideologias já não representam uma ameaça como na época moderna, uma vez que o próprio projeto moderno se transmutou. De fato, é nas ações, sobretudo nas práticas de consumo, que aparentemente hoje se encontra a maior ameaça para a ordem social contemporânea.

Curiosamente, essa ameaça se constitui à medida em que perpassa o mercado: é exatamente através do consumo que as grandes mudanças sociais são obtidas atualmente. Um exemplo disso é o fenômeno do *pink money*, nomenclatura dada ao poder de compra da comunidade LGBT, através do qual diversos marcos de representatividade foram alcançados (Silva, 2015), em um movimento onde empresas, buscando atrair um público consumidor específico, lançam campanhas e produtos voltados para as necessidades deste grupo social. Outro exemplo das repercussões desta modalidade de “ativismo financeiro” é o veganismo, filosofia de consumo que mantém em voga a pauta dos direitos dos animais. Assim, empresas que não são afetadas pela ideologia podem ser atingidas por meio da prática de consumo,

como no caso de redes de *fast food* que claramente se beneficiam da exploração animal, e, entretanto, vêm lançando produtos veganos buscando atingir um nicho específico de mercado.

Em resumo, podemos argumentar que da mesma forma que os estranhos passaram daqueles que não seguiam as regras de comportamento sociais adequadas ao projeto moderno para aqueles que não participam (ou não podem participar) do jogo do consumo, a política também parece ter passado de um embate ideológico em direção a algo diferente, muito mais permeado pelos interesses do mercado do que de uma verdade que buscasse a emancipação do ser humano.

No âmbito geográfico, a globalização altera a configuração das cidades, criando um distanciamento nos espaços. A relação homem/natureza encontra-se comprometida, tendo em vista a tendência de se criar espaços fechados e isolados das vicissitudes do clima e das estações, como conglomerados de escritórios, *shopping centers*, entre outros. Com essas mudanças, o humano pós-moderno encontra-se em uma situação em que uma série de novas possibilidades se abrem: a facilidade de locomoção, por exemplo, permite que se tenha acesso a novos espaços, produtos e serviços anteriormente indisponíveis.

Tal liberdade, entretanto, traz como consequência um distanciamento da natureza, expressa tanto no espaço das cidades que são cada vez menos arborizadas, quanto em manifestações de prognóstico mais sinistro, como é o caso do aquecimento global e de outros fenômenos climáticos. O próprio tempo é ressignificado na contemporaneidade, sendo dissociado do tempo natural em prol de uma aceleração da produtividade. Assim, o humano pós-moderno goza de possibilidades múltiplas, ao mesmo tempo que é preso a uma temporalidade artificial.

O sujeito pós-moderno, então, sofre, como é inerente ao ser humano em todas as épocas; e, entretanto, o faz de maneiras específicas, sendo invadido por possibilidades que proliferam neste *aqui-agora*, dentro de um contexto econômico e sociocultural muito

específico. Buscamos aqui explicitar um pouco das configurações que permeiam a sociedade contemporânea. A seguir, pretendemos apresentar a perspectiva fenomenológica da existência e de como lidar com as angústias dela recorrentes, para posteriormente comparar essa proposta fenomenológica de ser-no-mundo com os fatores da pós-modernidade aqui descritos.

Capítulo 2 - Fenomenologia Enquanto Dimensão de Análise do Ser Humano

Para dar início à esta segunda parte da nossa discussão, convém primeiramente realizar uma contextualização da Fenomenologia, assim como do sentido no qual pretendemos utilizá-la para compor a análise proposta das modalidades de sofrimento psíquico na pós-modernidade. Partindo de sua gênese, propomos então trazer Husserl, considerado o pai desse movimento filosófico, para iniciar o processo de delimitar o que é a Fenomenologia e de qual forma ela se aplica ao nosso trabalho.

Ales-Bello (2006) aponta a dificuldade de se estudar Husserl, tendo em vista que este não escreveu uma obra delineando claramente todo seu processo investigativo. A autora busca, em sua obra *Introdução à Fenomenologia*, delimitar esse processo, levantando a história e o percurso da fenomenologia husserliana. Por este motivo, considerando a limitação temporal deste trabalho, optamos por não trazer o pensamento de Husserl em sua obra original, lançando mão do valioso material produzido por Ales-Bello (2006) e Molina (2007) para explicitar o caminho percorrido por Husserl, desde o surgimento da Fenomenologia, ao final do século XIX.

Fenomenologia pode ser definida como a investigação dos fenômenos, compreendidos como “aquilo que se mostra” (Ales-Bello, 2006). A relação fundamental dessa investigação está no que ocorre entre *aquilo que se mostra* (fenômeno) e *aquele ao qual se mostra*, ou seja, o ser humano. O fenômeno se apresenta no mundo, e cabe ao indivíduo, voltado para o mundo, produzir sentidos sobre aquilo que a ele se apresenta. Podemos, então, considerar o *sentido* como a grande questão de interesse deste movimento filosófico, e a Fenomenologia husserliana como um método para se investigar o processo de produzir sentido.

Husserl propõe que para alcançar a compreensão dos fenômenos, é necessário seguir um caminho investigativo composto por duas etapas: a primeira, voltada para o sentido dos fenômenos, chamada de *redução eidética*, e a segunda, focada na investigação do sujeito que

busca o sentido, chamada *redução transcendental*. O conjunto dessas etapas constitui a base do que se denomina *método fenomenológico*, ou o caminho de investigação através do qual torna-se possível buscar a compreensão de tudo aquilo que se mostra no mundo, seja físico ou abstrato, objeto ou conjunto de relações (Ales-Bello, 2006).

Observando o Sentido dos Fenômenos: a Redução Eidética

A proposta da redução eidética pauta-se na ideia de que o ser humano é capaz, de certa forma, de intuir o sentido das coisas. Apesar da compreensão do sentido nem sempre ser imediata, é nela que reside o interesse da investigação fenomenológica. Husserl considera como uma capacidade humana a possibilidade de intuir esse sentido das coisas. Assim, os fatos são analisados em busca da sua essência, de seu significado (Ales-Bello, 2006). A redução eidética, portanto, consiste em *voltar-se à coisa mesma*, e buscar observar o fenômeno da maneira como este se mostra para o observador. Para tal, é necessário suspender tudo aquilo que se julga conhecer previamente a respeito do fato observado, descrevendo apenas o que se apresenta. A este processo denomina-se *epoché*, o “colocar entre parênteses” as informações armazenadas na consciência, de forma a possibilitar que se intua o sentido do fenômeno da maneira mais pura possível.

Redução Transcendental: Quem é o Sujeito que Produz o Sentido?

A redução transcendental busca investigar quem é o sujeito e como este opera a produção do sentido. Neste ponto, diferencia-se *experiência perceptiva* de *reflexão*. A experiência perceptiva é o perceber (notar) os fenômenos, saber que estão ali e que ocorrem, porém sem voltar a consciência para eles. Já na reflexão, a atenção é focada no fenômeno que está sendo percebido.

Podemos fazer um paralelo desses dois momentos com o conceito de figura e fundo da *Gestalt*: na experiência perceptiva, os fenômenos estão ali, são percebidos, mas representam um fundo composto de diversos objetos. Na reflexão, quando o olhar da consciência se

direciona ao fenômeno, este passa a caracterizar-se enquanto figura, ou seja, enquanto foco da atenção do sujeito que observa, e a partir daí pode intuir e produzir o sentido do fenômeno observado. Em termos simplificados, a redução eidética tem seu foco no fenômeno (objeto), e a redução transcendental tem como foco a relação pessoa-objeto (processo reflexivo), implicando o sujeito no processo de elaboração do sentido do fenômeno.

Partindo da experiência perceptiva, Husserl desenvolve sua investigação, considerando que a percepção, que ocorre por meio das sensações, é “uma porta, uma forma de ingresso, uma passagem para entrar no sujeito, ou seja, para compreender como o ser humano é feito” (Ales-Bello, 2006, p. 30). E a percepção, por sua vez, se dá através da consciência, ponto central de interesse de Husserl na redução transcendental.

A questão da consciência é uma das grandes contribuições de Husserl para o entendimento do ser humano: para ele, esta não é um fato psíquico independente, como era compreendida pelas teorias mentalistas, e sim um *processo*. Desta forma, o conceito de *intencionalidade* é desenvolvido para explicar que a consciência não pode ser em-si, ou seja, sempre será consciência *de algo*, existindo apenas em relação com os objetos do mundo. Assim, o ser humano é permeado por *vivências*, atos de interagir com o mundo, e considera-se que a consciência pode ser dividida em dois momentos: o dar-se conta das vivências e o refletir sobre as vivências percebidas. O ato reflexivo, portanto, é uma “vivência em segundo grau” (Ales-Bello, 2006, p. 33), de forma que podemos falar em um primeiro nível da consciência, que ocorre na instância dos atos perceptivos, e um segundo nível, onde se dão os atos reflexivos, porém sempre em processo *intencional* de relacionar-se a *algo* que está no mundo.

Em se tratando de atos perceptivos, há uma grande importância da interação do ser e do mundo, uma vez que a percepção é dada através dos sentidos. O corpo, parte fundamental desse processo, é percebido de maneira muito distinta da dicotomia cartesiana: é através dos

sentidos, em especial do tato, que interagimos com o mundo e assim podemos percebê-lo. É pelo corpo que são dados os limites e as possibilidades de percepção de cada um, e as vivências ocorrem atravessando o corpo, de tal forma que é impossível separar a dimensão corporal da dimensão psíquica. Por este motivo, o sujeito também não pode ser em-si; ele é *no-mundo*, ou seja, se constrói a partir da relação eu-mundo, que é sempre permeada pelo corpo.

Husserl realiza uma análise da corporeidade, essa dimensão do corpo que opera a percepção, concluindo ser através das sensações corpóreas registradas que podemos afirmar o fato de termos um corpo. “As coisas físicas são conhecidas através da corporeidade” (Ales-Bello, 2006, p. 37), como abordaremos em mais detalhes em seção específica a respeito da corporeidade.

Assim, temos a vivência, produto das sensações do corpo e o primeiro nível da percepção; e também temos uma capacidade de refletir sobre fatos vividos, consequência direta da habilidade de registrar as vivências; através desse registro das experiências torna-se possível ao ser humano ter consciência das coisas. Husserl considera haver atos relativos ao instinto, revestidos de caráter psíquico, atos de caráter corpóreo, e uma terceira instância que nos permite controlar o corpo e a psique, relativa ao que se considera em Fenomenologia ser pertinente à esfera do espírito (Ales-Bello, 2006).

Desta forma, Husserl propõe um entendimento de ser humano integrado pelas dimensões corpo-psique-espírito, muito diferente da concepção positivista e da diferenciação mente/corpo, vigentes à época e que ainda hoje permeiam diversos discursos a respeito do indivíduo. As análises aqui realizadas serão vinculadas à concepção fenomenológica do sujeito, considerando o físico, o psíquico e o espiritual como interligados e indivisíveis, sendo necessário abordar cada um desses aspectos na busca pela compreensão do fenômeno do ser, e a partir disso tecer considerações a respeito do ser-no-mundo pós-moderno.

Husserl: Positivismo, Psicologismo e Críticas

As críticas de Husserl ao positivismo configuram-se como parte de sua trajetória na construção do método fenomenológico. De certa forma, pode-se dizer que é buscando suprir determinadas inquietações com o positivismo e reações ao psicologismo lógico que Husserl passa a desenvolver o pensamento fenomenológico.

Sua trajetória na psicologia inicia-se com a busca por aliar os fenômenos da percepção a um rigor lógico-matemático, filiando-se inicialmente a um pensamento positivista. Posteriormente, influenciado pelas ideias de Franz Brentano, passa a realizar críticas ferrenhas ao que considerava um *psicologismo lógico* e o positivismo, considerando-os responsáveis por uma crise nas ciências da época (Ales-Bello, 2006).

Para Husserl, o positivismo foi responsável por conduzir a uma crise da Filosofia e consequente perda do humanismo, uma vez que a redução da realidade a fatos físicos e psíquicos produz uma desumanização do homem (Molina, 2007). Considera-se que há uma atitude antimetafísica, expressa na hipervalorização dos fatos empíricos e do método das ciências naturais, e que, na busca por transformar a psicologia em uma ciência empírica, há marcada tendência de se negar a filosofia e o sentido.

Como consequência dessas narrativas, para Husserl a humanidade encontrava-se imersa em um cientificismo alienante, no sentido de que o naturalismo restringe o espaço do humanismo em sua busca por reduzir a realidade a fatos empíricos. O próprio psiquismo passa a ser compreendido como uma série de fenômenos ligados ao físico. Em seus estudos das análises lógicas e psicológicas do mundo enquanto conceitos matemáticos, Husserl embarca na corrente do psicologismo lógico. Entretanto, tendo sofrido influências da corrente neokantiana e do pensamento de Brentano, passou a criticar a tendência ao psicologismo lógico, considerando-o uma forma de positivismo, uma vez que reduz toda a forma lógica a processos psíquicos, que por sua vez são reduzidos a fatos empíricos (Molina, 2007).

É necessário ressaltar que sua crítica é direcionada não à Psicologia como um todo, mas ao psicologismo lógico, à tendência a reduzir a teoria do conhecimento a meros fatos psíquicos, o que em sua visão proporcionava uma morte da Filosofia e uma desumanização do sujeito.

Para Husserl, é inaceitável que se considere essa forma de Psicologia como a base das demais ciências, considerando que se utilizou do método físico matemático para traçar suas bases. Em sua perspectiva, a ciência que fundamenta todas as demais não pode estar no mesmo plano dos atos, nem ser destrinchada em uma série de atos psíquicos, devendo-se dividir as ciências entre empíricas e eidéticas (ou essenciais).

Esta crítica, como explica Zapata Molina (2007), baseia-se em dois aspectos: primeiramente, que o positivismo lógico conduz a um relativismo cético. Se a lógica se reduz a estados psíquicos, só se pode falar em probabilidade de juízos lógicos, e não em certeza, de onde se deriva o ceticismo. Outra consequência é a redução das leis lógicas a fenômenos psíquicos, de tal forma que a lógica se encontra privada de seu caráter universal, e seria impossível aplicar um mesmo princípio e lógica a todas as ciências. Os princípios, portanto, limitar-se-iam a particulares, com sua amplitude restringida ao empírico, resultando em um ceticismo em relação a uma lógica universal.

Assim, Husserl distancia-se do psicologismo em busca de uma corrente capaz de transformar a Filosofia em uma ciência especificamente rigorosa, iniciando sua busca por uma teoria da lógica pura e universal, não baseada essencialmente nos fenômenos psíquicos. É a partir daí que surge o método fenomenológico, como a tentativa de “chegar às coisas mesmas” (Ales-Bello, 2006).

Nessa concepção husserliana da lógica, os atos psíquicos do pensar seriam então matéria da psicologia, e não da lógica. Considera-se que a lógica não se ocupa dos objetos empíricos, e sim de um mundo do ser ideal, constituindo-se uma lógica pura dos objetos

ideais, cujo foco de interesse está na relação destes objetos ideais com suas formas gerais. Assim, a lógica se configura como uma ciência eidética formal, ciência ideal e *a priori*, enquanto a Psicologia seria uma ciência empírica e *a posteriori* (Molina, 2007).

Desta forma, distingue-se o processo lógico entre o pensar, o objeto ao qual o pensar se refere, e o próprio pensamento, ou significação. A significação aparece entre a palavra (significante) e o objeto (significado), e o erro do psicologismo estaria em considerar o pensar e o pensamento como um mesmo fenômeno expresso em atos psíquicos, enquanto para Husserl a significação (pensamento) é independente do pensar, sendo o primeiro ativo, enquanto o último configura-se como processo passivo. E uma vez considerados como fenômenos distintos, surge a necessidade de ciências distintas para compreendê-los: a Psicologia portanto é a ciência *do pensar*, enquanto a lógica pura seria a ciência do pensamento, ou da *significação* (Molina, 2007).

Partindo dessas reflexões a respeito dos efeitos do psicologismo e do positivismo nas ciências, surge a Fenomenologia enquanto proposta de método, preocupando-se não com o fato em si, com o dado empírico concreto, mas com o sentido do fato, a significação, aquilo que é da ordem da lógica e do pensamento. Torna-se possível, portanto, colocar a existência de fatos entre parênteses na busca de compreender a essência de um fenômeno.

Assim, o foco de interesse está não no fato em si, mas na *compreensão do sentido* deste fato. A questão do sentido surge como o problema de fundo da Filosofia, uma vez que se procura o sentido, e não os aspectos do objeto com os quais o positivismo se ocupa, e que devem ser examinados, porém como parte de um processo mais amplo de busca de significado, pois “a verdade, do ponto de vista humano, reside no sentido, e não no fato” (Ales-Bello, 2006, p. 24).

O Ser em Heidegger

Heidegger, considerado um dos mais importantes filósofos alemães da atualidade,

diferencia-se de Husserl na direção de suas investigações: enquanto a *epoché* de Husserl coloca a existência entre parênteses buscando determinar a essência dos fenômenos, Heidegger foca sua investigação na existência em si, buscando captar o sentido do Ser do existente.

Para Heidegger, então, o problema fundamental é o do sentido do Ser, que deve ser investigado de maneira concreta, trabalhando em uma perspectiva existencialista, buscando desenvolver uma teoria geral do Ser. E desta forma distingue a existência do Ser (metafísica) da existência do ser humano (ente), tendo o tempo como horizonte de compreensão do Ser (Molina, 2007).

A diferenciação de ser e ente é um eixo fundamental de seu pensamento, a partir do qual começa a evidenciar-se o problema do Ser enquanto algo cuja definição parece inalcançável, uma vez que compreendemos seu uso, porém não seu sentido ou sua relação com o ente.

Assim, Heidegger procura retomar do início a questão do Ser em busca de estabelecer o seu sentido, de forma descritiva e fenomenológica, e tendo como objeto o ser-mesmo do sujeito existente (*Dasein*), objetivando, através da análise fenomenológica, compreender o ser-mesmo geral a partir do ser-mesmo individual, passando do sentido ôntico ao ontológico (Molina, 2007).

O *Dasein*

Zapata Molina (2007) identificou alguns desafios na leitura de Heidegger, os quais dificultam também o entendimento do conceito de *Dasein*, fundamental para o projeto heideggeriano de compreensão do Ser. Em primeiro lugar, as controvérsias de tradução, tendo sido traduzido para o português como *presença*, mas havendo uma tendência internacional de

manter a palavra original (Roehe & Dutra, 2014). Em segundo lugar, porém não menor em desafio, há a questão da própria complexidade do pensamento de Heidegger.

Buscaremos aqui explicitar da melhor forma possível o conceito do *Dasein*, do qual nos serviremos para orientar a compreensão do ser que embasará nossas análises do humano pós-moderno.

O *Dasein* pode ser definido, grosso modo, como *ser-aí*. Esta definição, aparentemente simples, torna-se complexa a partir do momento em que pensamos nas ramificações e implicações desta forma de compreender o modo de ser do humano no-mundo.

Heidegger considera o ente humano como o único dotado de capacidade de questionar e vir a conhecer o Ser. Assim, o *si-mesmo* apresenta-se como ente a ser analisado e questionado por cada um que é, que existe no mundo. Isso implica em uma compreensão da existência que vai de encontro a diversas tendências da época de se analisar o ser humano: não estamos mais diante de um sujeito operante de respostas condicionadas ou cujas ações são resultados diretos de processos inconscientes; a análise heideggeriana do sujeito foca no projeto de existência, na escolha proativa, na experiência consciente e na ação direcionada às possibilidades encontradas no mundo (Roehe & Dutra, 2014).

Passa-se a compreender o humano como um todo inserido no-mundo, com hífen para indicar a relação imanente: não é possível haver mundo sem ser, ou ser sem mundo. A existência é compreendida como um processo relacional, em oposição à dicotomia cartesiana clássica, ao mecanicismo materialista e ao mentalismo determinista (Roehe & Dutra, 2014). Assim, o indivíduo não é em si, e sim é-no-mundo, de forma indissociável.

Dasein, então, refere-se ao *modo de ser* humano, de *ser-no-mundo*, da capacidade humana de descobrir o próprio Ser, a nível ontológico, a partir de sua experiência de existir. “O *Dasein* é o ente para o qual o Ser se mostra” (Roehe & Dutra, 2014). Isto é, a partir do momento em que o sujeito existe *no-mundo*, ele é afetado por esse mundo, e existe em

relação, de tal forma que as elaborações racionais sobre o Ser sucedem o fato do ser-no-mundo. Desta forma, entende-se que o ser humano pode constituir-se como pessoa a partir de suas possibilidades de existência, diretamente relacionadas com sua condição no-mundo.

De maneira simplificada, o ser humano existe no-mundo, ou seja, em relação. O fato concreto dessa *presença* no-mundo se traduz em *possibilidades de ser*, no estado de já-sempre (agora e perpetuamente) ser afetado pela relação de estar no-mundo. *Dasein*, portanto, refere-se a essa dimensão exclusivamente humana da experiência, de existir em relação com as coisas, consciente desta relação e a partir disso poder pensar as próprias possibilidades.

Heidegger considera que o *Dasein* é constituído por características equiprimordiais, entre elas o ser-no-mundo e a disposição afetiva, com destaque para a angústia. A disposição afetiva presume que o homem não existe de maneira neutra, sendo constantemente afetado pela realidade; o fato de *ser-aí* (ser *em relação*) indica uma afetividade direcionada ao espaço onde se existe.

O *Dasein* é afetado pelas coisas do mundo, pelos outros, de tal maneira que não se pode falar em neutralidade. O humor, portanto, não é um estado intrapsíquico, mas se desenvolve a partir de si mesmo, na relação eu-mundo, não podendo ser contido “dentro” ou “fora” do indivíduo, uma vez que o próprio indivíduo existe *em relação* com o mundo. Assim, “o *Dasein* é envolvido no mundo, é interessado, em função de outra estrutura existencial, a disposição afetiva” (Roehe & Dutra, 2014, p. 108).

Partindo desta interpretação, surge o conceito de facticidade, o já-sempre de se estar em um determinado humor, ou a condição de ser constantemente perpassado pela disposição afetiva. Ser-no-mundo, enquanto condição existencial, é ser tocado e constituído pelas

condições históricas, culturais, discursivas, físicas, etc. deste mundo no qual se existe (Roehe & Dutra, 2014).

A existência do *Dasein* é condicionada às possibilidades do ser: considerando-o como ser-aí, presença, ou característica da existência humana, apresenta-se a partir do modo de ser e do lidar do indivíduo com suas próprias possibilidades na existência. É no entendimento do poder ser, do *vir-a-ser* que o sujeito humano se destaca em sua habilidade de compreender a questão do Ser, a nível ontológico, a partir de sua experiência ôntica no mundo, de tal maneira que pode-se afirmar que o *Dasein* manifesta-se a partir da compreensão das possibilidades.

É necessário ressaltar que o termo *possibilidade* em Heidegger vincula-se à ideia de projeto existencial, característico da estrutura existencial do sujeito, e o *Dasein* compreende projetando, ou seja, não se encerra no aqui-agora, contendo em si o porvir enquanto facticidade, “uma vez que o ser humano é suas possibilidades” (Roehe & Dutra, 2014).

Considerando o ser-aí, o entendimento do ser humano passa a ser ontologicamente caracterizado pela convivência, aspecto existencial do *Dasein*. Roehe e Dutra (2014) destacam como o termo *preocupação* é utilizado em Heidegger para designar os relacionamentos possíveis entre os seres humanos. A inovação do pensamento heideggeriano (assim como o husserliano) em comparação com o individualismo e o mentalismo característicos da época consiste em compreender o indivíduo como existente em um mundo que é compartilhado, em oposição a ideia de que o ser experiencia uma realidade mental isolada.

O significado existencial da preocupação (*besorgen*) se refere às possibilidades do *Dasein*, uma vez que é a forma predominante de relação do ser-no-mundo. Zapata Molina (2007) afirma que podemos investigar essa forma de existência através de três ângulos: o mundo, o existente – que se apresenta em seu *Dasein* através do modo de ser cotidiano (nível

ôntico), e o ser-em, da ordem da estrutura concreta do ser (nível ontológico). A preocupação forma parte dessa estrutura ontológica do ser.

Em resumo, a essência do ser é sua existência, e o *Dasein* é a possibilidade concreta total da existência de cada um (Molina, 2007). É necessário destacar que Heidegger traça uma distinção entre existência e existência, a primeira expressando o modo de ser do *Dasein*, o estar-no-mundo, ser por ele afetado e ter consciência de suas possibilidades, e a segunda designando a presença no mundo como dado (Molina, 2007). O *Dasein* dista igualmente do ser e da possibilidade, e encontra-se situado entre a existência autêntica e a inautêntica, conceito que abordaremos posteriormente em mais detalhes. Assim, na busca por esclarecer o problema do Ser a nível ontológico, é necessário partir do cotidiano e do ôntico, pois é através da consciência de suas possibilidades de existência no mundo que o indivíduo pode conhecer o *Dasein*.

A Angústia

O conhecimento do *Dasein*, apesar deste ser condição da existência humana na perspectiva de Heidegger, não é um processo dado: engloba um movimento ativo de criar consciência das próprias possibilidades e responsabilizar-se pelas escolhas. Para Heidegger, este movimento é operado a partir da angústia, decorrente da disposição afetiva, e considerado fundamental para o entendimento do *Dasein*, uma vez que revela o ser-no-mundo como tal (Roche & Dutra, 2014).

Este processo ocorre a partir de um desligamento do intramundano, ou seja, a partir do momento que o indivíduo se dissocia das condições que o mundo lhe apresenta enquanto escolhas fundamentalmente prontas e passa a questionar seu papel no cotidiano. A angústia, portanto, mobiliza uma estranheza em relação ao que é dado no mundo, àquilo que se considera fato estabelecido. Somente partindo desta estranheza que se torna possível para o indivíduo romper o fluxo do habitual e implicar-se enquanto sujeito ativo e de escolha.

Tomemos como exemplo uma pessoa que cresceu em um meio religioso, seguindo regras sociais específicas, adequando seu comportamento às tradições estabelecidas pelo meio no qual se insere. Este indivíduo, que é-no-mundo, afetado pela intramundaneidade, comporta-se de determinada forma porque “assim são as coisas”. Neste estágio, não há uma consciência ou reflexão do seu papel na escolha de agir da forma como age, assim como não há responsabilidade, uma vez que o indivíduo pode facilmente justificar seu comportamento afirmando que “as coisas são assim e sempre foram assim”, e seguir sua existência dessa forma, sem implicar-se em suas próprias possibilidades, e portanto sem acessar o próprio *Dasein*.

Agora imaginemos que por algum motivo esta pessoa é tocada pela angústia: aquilo que parecia normal começa a inquietar, a ser observado com um olhar de estranheza. Começa-se a questionar o porquê, qual o sentido de agir de determinada forma, e através deste questionamento a pessoa tem a possibilidade de acessar seu *Dasein* e compreender-se como sujeito-no-mundo, o que implica em compreender a si, ao mundo e a essa relação, e implicar-se no processo de escolha, responsabilizando-se por aquilo que opta por fazer.

É possível que neste processo o indivíduo opte por seguir com os comportamentos anteriores; em nosso exemplo, a pessoa pode angustiar-se, refletir e decidir ou não continuar seguindo a religião que lhe foi ensinada. A diferença está no fato de fazer algo irrefletidamente, porque assim as coisas são feitas em seu meio e em seu tempo, e fazê-lo porque houve um processo de consciência e reflexão onde o indivíduo encontra um sentido próprio para sua escolha. Esta é uma diferença fundamental em suas implicações (que abordaremos com mais detalhes na seção a respeito da existência autêntica), ainda que o resultado objetivo (comportamento) seja o mesmo.

O Ser e o Nada: Perspectiva Sartreana da Existência

Sartre iniciou seu interesse pela Fenomenologia como caminho de resposta a algumas

inquietações levantadas em sua busca por criar uma Psicologia que compreendesse o sujeito a partir de uma perspectiva diferente do mecanicismo em voga à época; defrontado com a necessidade de refazer as bases ontológicas e de seguir uma epistemologia que fornecesse uma compreensão de ser alternativa à perspectiva vigente, volta-se para a Fenomenologia em busca dessa nova forma de se compreender o ser humano.

Realizando uma leitura minuciosa das obras de Husserl e Heidegger, Sartre elabora seu pensamento a partir da crítica da Fenomenologia alemã, de tal forma que sua obra assimila diversas ideias, em especial heideggerianas, ao mesmo tempo em que procura desenvolver pontos que considerava problemáticos nas obras de Heidegger e Husserl (chegando a romper com o pensamento de Husserl), tornando-se crítico contundente de Heidegger e sendo por este criticado, apesar de ter incorporado em sua obra diversos conceitos heideggerianos, como ser-no-mundo, mundaneidade, nadação, temporalidade, entre outros. (Schneider, 2011).

Tal como optamos por fazer no capítulo anterior, este trabalho não se deterá nas divergências teóricas entre os pensadores aqui abordados; reconhecemos sua existência, porém nosso foco de interesse não está em buscar defender ou endossar determinado ponto de vista, e sim em delinear conceitos gerais e convergências teóricas que permitam esboçar de forma geral como a ótica fenomenológica propõe compreender o ser humano. Assim, trazemos o pensamento de Sartre por seu projeto de criar uma nova psicologia com uma compreensão ampliada do ser humano.

Partindo da noção de intencionalidade (consciência não existe como fato psíquico, sendo consciência *de algo*), que lhe permite questionar o “mito da interioridade” (Schneider, 2011), Sartre passa a se debruçar sobre a ontologia do eu, criando uma distinção entre as dimensões “ego” e “consciência”: o ego surge como ser transcendente, não contido na

consciência, e esmiuçando as noções de “em-si” e “para-si” para definir a dialética do ser e do nada, ou da objetividade e da subjetividade.

Assim como Husserl e Heidegger, Sartre encontra na Fenomenologia um caminho para romper com as teorias mentalistas e buscar um entendimento mais concreto do ser e seus fenômenos. É precisamente nessa busca por romper com as concepções metafísicas que acaba por distanciar-se de Husserl, considerando que sua teoria do *eu transcendental* incorre em uma preservação do idealismo ao qual se propunha contestar (Schneider, 2011); entretanto, segue considerando a Fenomenologia como método de acesso à realidade, e assim passa a desenvolver suas ideias a respeito do ser e do nada, condição para existência do ser.

Em sua obra *O Ser e o Nada* (1943/2007), Sartre procura refletir a respeito da ontologia de maneira a contribuir para seu projeto da criação de uma nova psicologia. Preocupa-se com a questão do ser aparente, defendendo que o ser é composto por sua série de aparências, ou seja, não há uma realidade oculta e plena do ser, da qual os fenômenos são uma expressão incompleta, como defende Platão (1983) ao explicar seu *mundo das ideias*.

Para Sartre, a forma como o ser se mostra no mundo é parte da totalidade de expressões que o compõem, o que implica que é através da observação do fenômeno como se mostra no mundo que podemos conhecer o ser: justamente a concepção fenomenológica do “voltar às coisas mesmas” para entender a essência dos fenômenos. Desta forma, o ser é indicativo de si e só pode ser conhecido através da série de suas aparições (Sartre, 1943/2007, p. 11).

Podemos exemplificar a diferença entre a concepção platônica, cartesiana e sartreana da existência por meio de alusão a uma representação visual: se o Ser fosse um objeto, como um cubo – para desenvolver exemplo citado por Schneider (2011) –, para Platão este existiria plenamente apenas no Mundo das Ideias, e sua manifestação na realidade seria mera sombra deste cubo. Para Descartes, o cubo existe na realidade concreta, porém sua essência encontra-

se trancada em seu interior, e há uma diferenciação entre a parte externa (corpo) e a interna (mente). Para Sartre, o cubo existe no mundo como um objeto sólido de várias faces, e para conhecê-lo basta apenas observar seus diversos ângulos, ou as várias formas como ele pode se apresentar.

Sartre vai afirmar que a existência precede a essência. O ser existe, se mostra no mundo, e a partir da forma como se mostra podemos conhecer sua essência, ou, como expresso por Schneider (2011): “O que seria, nessa acepção, a essência das coisas? Seria, como desdobramento, aquilo que preside a lógica das aparições, a razão da série” (p.78). As implicações disso são muito bem definidas pela autora:

Pretendia-se, com essas concepções, dissolver uma série de dualismos que dominam o pensamento filosófico: o que opõe *exterior* a *interior*, pois não há mais o entendimento de que há uma pele superficial que dissimule a verdadeira natureza do objeto; o que distingue *potência* de *ato*, pois agora “tudo está em ato”; e, finalmente, o que opõe *existência* a *essência*, pois agora “a aparência não esconde a essência, mas a revela: ela é a essência.” No entanto, Sartre critica que todos esses dualismos acabaram por ser convertidos pela fenomenologia em um único – o do finito e infinito: se a aparição é finita, singular, a série de aparições é, no entanto, infinita; se a aparição se revela única para um sujeito em perpétua mudança, este pode, no entanto, multiplicar seus pontos de vista ao infinito. Como é possível, então, ter-se segurança do conhecimento, se é sempre possível olhá-lo dos mais diversos ângulos?. (Schneider, 2011, p. 78)

A inovação de Sartre consiste em propor uma solução para aquilo que o autor considerava o problema da metafísica dentro da Fenomenologia; em seu entendimento, haveria a necessidade de romper definitivamente com sua lógica. Conseqüentemente, propõe

a revisão dos fundamentos da fenomenologia husserliana e do existencialismo de Heidegger em vista de eliminar a metafísica como explicação para o entendimento do ser.

Sartre aponta que Husserl incorre no “recurso ao infinito”, ou seja, considera que se é possível ao fenômeno se mostrar de infinitas formas, torna-se impossível conhecê-lo de maneira absoluta, e, portanto, apreender sua essência. Assim, Husserl volta-se para o imanente, deixando o mundo transcendente “entre parênteses” (Schneider, 2011), e dessa forma, continua conectado ao idealismo, considerando o *eu transcendental* como fonte última de apreensão do sentido de todas as coisas.

Sartre considera que neste ponto a Fenomenologia confunde o aspecto ontológico com o epistemológico: buscando compreender o ser através do processo de conhecimento, confundem-se planos conceituais distintos (Schneider, 2011), e a metafísica apresenta-se como caminho necessário para explicar o ser dentro dessa confusão conceitual. Em *O Ser e o Nada* (1943/2007), Sartre busca distinguir o aspecto ontológico do epistemológico, em uma tentativa de romper com a metafísica tradicional na explicação do ser e sua essência, tratando da relação sujeito/objeto sob uma nova ótica.

Em sua concepção, não se distingue aparência de essência: o ser é o que aparenta ser; entretanto, o ser do fenômeno não é reduzível ao aparecer, ou seja, aquilo que se aparenta (fenômeno do ser) é um aspecto do ser-em-si, que só pode ser conhecido através do fenômeno.

Portanto, o ser não é exterior ao fenômeno, de tal forma que o objeto e sua essência sejam coisas distintas; o ser se expressa em suas aparições, ao mesmo tempo que não pode ser contido nelas. “O fenômeno exige a transfenomenalidade do ser, ou seja, que o ser seja muito mais do que o seu aparecer, mas não enquanto oculto, enquanto outro ser, mas enquanto irreduzível.” (Schneider, 2011). Desta forma, o ser não está reduzido ao conhecimento que se

tem dele, e nem pode ser contido no conhecimento: o ser é em-si, ou seja, existe independente do conhecimento, que é uma das formas em que o ser se manifesta.

Podemos resgatar o exemplo do cubo para explicar essa concepção: um cubo é um cubo, apesar de que é impossível ver todas as suas faces ao mesmo tempo. Sempre haverá uma face oculta; se girarmos o objeto para ver o outro lado, aquilo que estava visível desaparecerá e dará lugar a outro ângulo do mesmo objeto, que entretanto não deixará de ser um cubo, e nem dizemos que sua forma é inconcebível apenas por não conseguir visualizá-la simultaneamente em sua totalidade. Observando as faces visíveis (fenômenos do ser), intuímos o restante de sua forma (sua razão), e passamos a identificá-lo como cubo (ou a conhecer o ser). Assim é o ser para Sartre.

O em-si, na medida em que se dá a conhecer, desperta a dimensão da consciência, que constata o fenômeno do ser; consciência que é *intencional*, ou seja, ocorre sempre em direção a alguma coisa. Consciência é sempre consciência *de algo*, e tem a transcendência como sua característica primordial: assim, as coisas não existem em representação na consciência, que é um acontecimento concreto no mundo, o que implica que a consciência se dá em ação, em movimento, em para-si, pois é fruto de uma relação eu-objeto (Sartre, 1943/2007).

Este entendimento da consciência implica em uma distinção fundamental entre consciência e conhecimento, como expõe Schneider (2011): o conhecimento passa a ser considerado como advindo da reflexão, que é uma forma de consciência dentre outras como percepção, emoção etc., irredutíveis e autônomas em relação à reflexão e ao conhecimento.

Consequentemente, pode-se falar em consciências *pré-reflexivas* a partir das quais torna-se possível o ato de reflexão. Assim, a consciência é a base a partir da qual todo conhecimento pode ser formado, mas não é *em-si* pois não está no mundo como um ser, sendo composta em relação, e, portanto, é o *nada* que compõe nossa possibilidade de perceber o ser.

Em termos simplificados, a condição fundamental para se ter consciência é ter um objeto sobre o qual essa consciência opera. Sem o objeto, ela não pode existir. E, se depende de algo além dela para existir, não pode existir sozinha, ou seja, só acontece em relação. Porém, uma vez direcionada ao objeto, a consciência pode surgir de diferentes formas: na modalidade *pré-reflexiva*, onde se percebe algo mas não se reflete sobre aquilo, como emoção, que segue uma lógica distinta da racional, como conhecimento, que surge após a reflexão do fato percebido, entre outras. As implicações desta ontologia são claras, como exposto por Schneider (2011):

Eis a ontologia de Sartre. Com ela, pode-se colocar a epistemologia no seu devido lugar, já que se acaba com a primazia do conhecimento: o ser do fenômeno é transfenomenal, escapa ao conhecimento; a consciência também é transfenomenal. Dessa forma, o conhecimento não está dado *a priori*, é sempre segundo, quer dizer, é uma construção resultante da relação da consciência com as coisas, do homem com o mundo. Somente assim, devolvemos ao homem a sua condição de ser sujeito: sujeito do conhecimento e, em consequência, sujeito da sua própria história, individual e humana. (p. 92).

Existência Autêntica: Diálogos entre Heidegger e Sartre

Buscamos até o presente momento contextualizar o pensamento fenomenológico, expondo suas implicações para a compreensão do ser humano. Abordaremos agora alguns conceitos primordiais elaborados pelos fenomenólogos em decorrência dessa nova ontologia. Ressaltamos que o foco dessa exposição será nos pontos em comum das teorias dos diferentes pensadores, a fim de fundamentar a maneira pela qual cada uma dessas ideias será apropriada no decorrer de nossa análise da experiência do ser humano na sociedade pós-moderna.

A noção de existência autêntica é crucial para a compreensão do ser-no-mundo e a forma como cada indivíduo navega sua existência. Em Heidegger, ela pode ser explicada a

partir da concepção de *Dasein*: se o compreendermos como a possibilidade total da existência, acessado através da consciência das possibilidades de cada indivíduo, surgem duas formas possíveis de estar no mundo – uma consciente do *Dasein* (ou seja, de suas possibilidades), e uma que o ignore. Assim, a existência pode ser autêntica na medida em que se conscientiza de suas escolhas e por elas se responsabiliza, ou inautêntica quando se foge dessa condição de ser-no-mundo, tomando a existência como algo que simplesmente acontece, desconectada da ação do próprio ser (Heidegger, 2018).

Em Sartre, a compreensão da existência autêntica perpassa o conceito de liberdade. O homem, ser em *situação*, tem diante de si condições nas quais está inserido e a liberdade para escolher como se posicionará perante essas condições. Assim, o ser humano não possui uma essência pré-determinada, mas singulariza seu existir a partir de suas escolhas (Sartre, 1943/2007). A situação é condição do existir que limita as possibilidades do ser; assim como a liberdade de escolher é indissociável da existência, surgindo como um fim que o indivíduo atribui à situação. Nessa perspectiva, a autenticidade relaciona-se com aceitar a responsabilidade de escolher perante a situação, e inautêntico é aquele que procura fugir dessa responsabilidade, ou da situação em si.

Sartre apresenta o conceito de má-fé como a capacidade do homem de mentir para si mesmo, com objetivo de não reconhecer essa liberdade e não aceitar a responsabilidade nela implicada, um negar a si mesmo que pode ser expresso no agir sobre valores pré-fixados – em oposição à sinceridade, na qual o indivíduo busca fazer-se de acordo como é. Desta forma, o homem se constitui enquanto projeto, possibilitado pela liberdade, e é ao reconhecer a liberdade e se implicar no projeto de constituir-se que a existência se faz autêntica (Barros, 2010).

Podemos perceber que, a despeito da concepção ontológica de cada autor, a noção de autenticidade está intimamente ligada à capacidade do indivíduo de questionar sobre a própria

vida e constituir-se como projeto, no sentido de escolher como se posicionará no mundo, face às condições que lhe são impostas pela existência. É através deste processo e do rejeitar de concepções pré-estabelecidas que é dado ao sujeito a possibilidade de produzir sentido sobre sua vida.

Se tomarmos como verdade que o sofrimento é condição da existência humana, a angústia torna-se ponto central de interesse para o existencialismo. Em Sartre (1943/2007), ela será um subproduto da liberdade, surgida da necessidade que o ser humano tem de forçosamente realizar escolhas que implicam na abstenção de outras possibilidades. Para Heidegger (1927/2018), como vimos anteriormente, a angústia é produto da disposição afetiva humana e caminho de acesso à compreensão do *Dasein*. Em ambos os casos, podemos considerar que é através da angústia que torna-se possível ao indivíduo constituir-se como projeto: o estranhamento da realidade o força a refletir e a se posicionar diante dessa realidade, e ao fazê-lo o ser se faz como existente pleno e implicado na própria existência, ou seja, como autêntico em seu existir.

Analogamente, podemos pensar nos efeitos da angústia não elaborada. Se esta é presente na vida enquanto parte condicionante da existência, não se torna uma questão de haver ou não angústia, e sim do que fazemos com ela. Se o pensar a angústia permite que o ser se construa enquanto projeto, quais os efeitos de não pensá-la, de buscar afastar-se da responsabilidade sobre próprias escolhas? Ou, em outras palavras, quais as consequências para o indivíduo de uma existência inautêntica?

Resgatando o conceito sartreano de má-fé como a capacidade do indivíduo de mentir para si mesmo a respeito de sua liberdade e responsabilidade sobre a vida, faz-se necessário sinalizar que este enganar-se implica ter consciência que se está enganando (Barros, 2010), o que sugere que o ser humano sempre será confrontado com a angústia e sempre terá, em algum nível, consciência da necessidade de se posicionar.

Consequentemente, é impossível se manter neutro diante da vida, pois o próprio não se posicionar é uma escolha. Assim, o sujeito que segue uma existência inautêntica procura enganar-se a respeito de sua responsabilidade, jogando-a para o mundo, como se, pelo fato de o mundo dispor uma situação da qual não se pode fugir, a pessoa estivesse impotente diante da própria existência. Entretanto, em algum nível há a consciência de que cada um é responsável pela própria condição, e este conhecimento também produz angústia.

Partindo desse pressuposto, podemos argumentar que a diferença entre a autenticidade e inautenticidade não está no fato do indivíduo sentir ou não a angústia, e sim em se permitir ser por ela mobilizado em direção a produzir um sentido para sua situação. Assim, na busca por evitar a angústia, o sujeito frequentemente abre mão de implicar-se em sua liberdade, delegando ao mundo e às convenções sociais o poder da escolha.

Este processo, porém, é ilusório, pois, como vimos, a má-fé não elimina a consciência do indivíduo do fato de estar se enganando. Portanto, a pessoa que, na busca por não se defrontar com a angústia de escolher, afirma “sou assim porque é assim determinado por fatores externos”, não está de fato se esquivando da angústia, que sempre será presente em maior ou menor grau. O que ocorre como consequência desse posicionamento é que o indivíduo acaba por abdicar de sua capacidade de *produzir sentido* sobre suas ações e sua vida.

É partindo deste raciocínio que podemos falar em uma *crise de sentido* como efeito da existência inautêntica, pois, colocando-se em uma posição de aceitar passivamente o que fontes externas dizem que deve ser feito, o sujeito encontra-se privado da possibilidade de se apropriar do sentido de seus atos, e consequentemente distancia-se não da angústia, condição essencial da existência, mas de sua potencialidade mobilizadora, encontrando-se paralisado em uma postura submissa diante da vida. Esta característica da existência inautêntica será essencial nas considerações que pretendemos abordar no próximo capítulo.

Autenticidade, Inautenticidade e Ser-para-a-morte

O conceito da existência autêntica está intimamente relacionado com a noção de ser-para-a-morte. Todo ser humano tem, como condição de sua existência, a finitude. Nesse sentido, existir é necessariamente caminhar em direção à morte, como bem expresso no dito popular “para morrer basta estar vivo”. A angústia do existir está intimamente relacionada com o fato dessa existência ser temporária e com o conhecimento de que iremos, fatalmente, morrer (Dantas, Sá & Carreiro, 2000).

Desta forma, não é possível evitar a angústia mais do que é possível evitar a morte. Ambas são condicionantes da vida, sendo a primeira efeito da factualidade da última. Nessa perspectiva, buscar eliminar a angústia é um esforço fadado ao fracasso, pois o ser-para-a-morte é inexorável. Sendo a angústia inquestionável, a única questão possível é o que faremos dela.

É neste ponto que a existência autêntica (ou inautêntica) se apresenta como resposta diante da inevitabilidade da morte em um existir onde cada dia também é, necessariamente, um dia a menos. A qualidade da existência, portanto, é a resposta para a indagação fundamental: se o angustiar-se existe como fato irremediável da vida, o que fazer com essa angústia?

Nessas condições, existem apenas duas possibilidades: o caminho da inautenticidade ou da má-fé, de fugir e negar o fato – o que não altera sua existência, e, portanto, qualquer sentido apreendido neste processo não pode ser pleno, uma vez que é realizado sobre uma perspectiva incompleta da existência, omitindo uma de suas partes fundamentais. Ou, alternativamente, a autenticidade, que exige entrar em contato com a realidade de ser humano e buscar produzir sentidos sobre a condição completa do existir, reconhecendo a angústia como parte da vida e passando a atribuir um significado para essa vida em suas múltiplas facetas de beleza, sofrimento e finitude.

Produzindo Sentidos: Autenticidade como Dimensão de Cuidado

Partindo do entendimento da autenticidade como o processo de fazer-se existente através das escolhas e possibilidades, argumentamos que é direcionando-se à existência autêntica que é dado ao ser humano a capacidade de produzir sentido sobre a própria vida, e transformar a angústia de fator paralisante em agente mobilizador. Pensando-a como uma estranheza ao que é cotidiano (Heidegger, 1927/2018), a produção de sentidos sobre essa estranheza parece ser o único caminho para lidar com a angústia, uma vez que, sendo condição da existência, esta não é passível de ser erradicada.

Analogamente, podemos dizer que a falta de questionamento e a fuga em responsabilizar-se condena o indivíduo à uma angústia que paralisa; desta maneira, passamos a considerar a busca pela autenticidade como uma dimensão de cuidado, na medida em que o indivíduo é convidado a responsabilizar-se e refletir sobre suas inquietações. É partindo deste questionamento que se torna possível “fazer algo” com a angústia, ou seja, transformá-la de sofrimento mais ou menos constante para dispositivo de produção de sentido, resgatando seu potencial mobilizador.

Nesse sentido, podemos dizer que trabalhar a angústia é possibilitar que o indivíduo tenha acesso a liberar-se de seu peso, resignificando a forma como é por ela afetado e expandindo os repertórios de maneiras de lidar com a liberdade, com o ser-no-mundo e a situação de cada um. Assim, a prática clínica se aproxima da Filosofia em seu sentido mais puro de questionar a realidade, em um processo investigativo das formas como o sujeito pensa a própria vida, que busque compreender a realidade de cada um *em situação*, no-mundo, e portanto afetando esse mundo, imprimindo a própria subjetividade no processo de existir e perceber a realidade.

Tempo, Espaço e Corpo: Dimensões Fenomenológicas de Compreensão do Ser

Por entender o ser humano como sujeito que se faz no-mundo, em relação, que

constitui-se a partir de um processo de intencionalidade que está sempre voltado a alguma coisa, a Fenomenologia compreende certas dimensões de experiências do real como operadas também em relação, isto é, o sujeito experiencia sua realidade de acordo com o movimento de sua intencionalidade, ou de seu *Dasein*, ou de sua liberdade, e não atrelada a um real puro e objetivo.

Ou seja, nossa percepção, uma vez que sempre feita através da interação dos sentidos com a *consciência de*, é indissociável da subjetividade, de tal forma que a maneira que experienciamos o mundo também comunica sobre o fenômeno do existir de cada indivíduo. Tentaremos nesta seção abordar e explicar brevemente algumas dessas dimensões experienciais do mundo e a forma como são percebidas na perspectiva fenomenológica.

1. *Temporalidade*

Para desenvolver o conceito de temporalidade, vamos recorrer à perspectiva existencialista e à teoria de Heidegger a respeito do *Dasein*. Josgrilberg (2007) aponta a tentativa de Heidegger de definir o tempo de forma diferente do conceito físico, contemplando-o como algo que não é objetivo e nem mensurável, uma vez que perpassa o horizonte de possibilidades do ser. Desta forma, a experiência do tempo não pode ser considerada objetiva.

Um exemplo de como a temporalidade opera de maneira diferente do tempo cronológico é pensar como determinada medida temporal pode ser percebida de maneiras diversas por pessoas diferentes e até pela mesma pessoa em circunstâncias variadas. Para alguém que se diverte, uma hora pode parecer pouco tempo, enquanto poucos minutos de uma atividade física extenuante parecem não passar nunca. Podemos pensar também em alguém que sofreu um trauma e anos depois sofre com a mesma intensidade, declarando que “parece

que foi ontem”, o que denota uma relação com o passado que não pode ser contida na ideia de tempo como uma sucessão de momentos, de acordo com o modo aristotélico.

Josgrilberg (2007) explica o modo aristotélico como uma das possibilidades de compreensão do tempo, vinculada ao relógio e ao calendário, mensurada de forma concreta e compreendida como um processo linear. De fato, esta é a concepção de tempo mais comum na nossa sociedade atual, permeando as teorias da psicologia tradicional, que compreende passado e futuro como abstrações relacionadas à memória. Assim, as alterações temporais são investigadas na concepção clássica da psicologia a partir do tempo cronológico e suas determinações quantitativas. O tempo fenomenológico, entretanto, é de uma outra ordem.

Heidegger considera o tempo como uma dimensão com a qual nos relacionamos de antemão, antes mesmo de ter consciência de suas medidas objetivas. O tempo também opera em relação a um para que, no sentido de que “nunca me refiro a um amanhã vazio para o que farei e acontecerá” (Josgrilberg, 2007). Assim, o filósofo apresenta quatro dimensões de compreensão do tempo:

- Interpretabilidade: o tempo é sempre tempo para algo; é característica do próprio tempo que se destine a alguma coisa.
- Databilidade: característica do tempo de referir-se a um dado e a um contexto associado a esse momento
- Amplitude: o tempo pode referir-se a diferentes durações; não é apenas composto por uma série de instantes mensuráveis. Um “agora” pode referir-se a diferentes extensões temporais.
- Estado público: o agora revela a relação de múltiplos *Daseins*, assumindo uma acessibilidade de todos.

Na perspectiva heideggeriana, o tempo é pensado tridimensionalmente: passado, presente e futuro interconectados, e não como algo que se apresenta consecutivamente, como

já vimos. O tempo é “para alguma coisa” (Josgrilberg, 2007), ou seja, é pensado em relação a algo, então a forma como o experienciamos está intimamente relacionada com a forma como existimos e as possibilidades de ser que enxergamos. Desta forma, a temporalidade está muito além do tempo cronológico, tendo em vista que a subjetividade daquele que experiencia o tempo altera a forma como o indivíduo percebe esse tempo.

2. *Espacialidade*

Se considerarmos o caráter intencional da consciência e o homem como ser existente no-mundo, este mundo torna-se foco de interesse como algo além de um simples plano ou dimensão dados na realidade, ou seja: ao encararmos o homem como *em relação* com seu mundo, já não é possível ver o espaço como algo que só pode ser concebido à medida em que nos voltamos ao mundo, onde estão dispostos objetos que ocupam lugares e cujas distâncias podem ser facilmente mensuradas (Leite, 2013).

Assim, o homem está no espaço em relação, da mesma forma que sua existência se dá através do *ser-aí*: é por meio do *Dasein* que se opera a relação do indivíduo com o espaço. Neste sentido, a relação do ser humano com o espaço diferencia-se da relação dos objetos e seres aos quais não é dada a capacidade de questionar sobre a própria existência. Heidegger postula, então, que para se investigar o espaço e a espacialidade que é característica do *Dasein*, deve-se focar nesse caráter intramundano do espaço. (Leite, 2013, p. 193).

Leite (2013) explica esta relação da seguinte maneira:

É a ocupação guiada pela circunvisão que decide sobre a proximidade e distância do que está imediatamente à mão no mundo circundante (HEIDEGGER, 1987, p. 156). Quando eu digo: “estes óculos estão à mão”, eu estou dizendo, sim, que posso “tocá-los”, mas “tocar”, aqui, significa desvelar o sentido de seu “ser em-si”, desvelar aquilo “para que” esta coisa chamada “óculos” me serve, tomando como referência um

quadro de significância que é sempre o meu mundo. Nesse sentido, esse instrumento que uso para ver, os óculos – os meus óculos –, do ponto de vista do intervalo, estão tão próximos que os ‘trago no nariz’ mas, do ponto de vista do mundo circundante, acha-se mais distante do que o quadro da parede em frente (HEIDEGGER, 1987, § 21, p. 155). Os óculos estão “tão junto” de mim que não me causam surpresa! (p. 193).

Disto podemos apreender que as coisas no mundo não podem ser pensadas dissociadas de suas relações implicadas na consciência intencional, ou seja, os objetos têm sua função e sua fenomenalidade reveladas através do contato com a consciência humana e sua subjetividade. Desta forma, somos afetados pelos objetos e pela maneira como estes estão distribuídos nos espaços, e nossa interpretação das coisas do mundo é perpassada pela própria condição de ser enquanto ente intramundano, relacionado às coisas, e assim o mesmo mundo físico não será percebido da mesma maneira por diferentes indivíduos, o que implica na necessidade de se compreender o sujeito em sua relação com os demais entes do mundo e a forma como é por eles afetado.

3. Corporeidade

Retomando o entendimento a respeito do corpo, brevemente abordado na seção sobre Husserl, procuramos aqui explicitar melhor o conceito da corporeidade. Em se falando de corporeidade, é impossível não se evocar Merleau-Ponty (1945/1998) e sua obra *Fenomenologia da Percepção*, onde o autor aborda a questão do corpo como lugar através do qual a consciência se desvela, ou seja, se o indivíduo é-no-mundo, é através do corpo que o caráter intencional da consciência torna-se possível. Pensar em corpo desta forma implica em uma concepção completamente diferente do dualismo cartesiano tão em voga na ciência ocidental, que propõe uma divisão de mente e corpo como instâncias separadas do ser.

Sob um ponto de vista fenomenológico, o ser humano é compreendido como multidimensional, estando mente, corpo e espírito interligados de maneira indissociável. Consequentemente, a busca pela compreensão do fenômeno do ser contempla a observação de todas essas esferas. Na clínica, isso equivale a dizer que não é possível conhecer e tratar um paciente sem observá-lo em sua totalidade, o que inclui os fenômenos psíquicos, corporais e do espírito.

Podemos perceber como este entendimento altera diretamente o fazer clínico, assim como o olhar filosófico perante o fenômeno da existência: o corpo, muitas vezes relegado ao segundo plano dentro da perspectiva mentalista, assume um caráter de extrema importância como dimensão do *self* através da qual o sujeito toca e é tocado pelo mundo. Resgatando a máxima fenomenológica “a existência precede a essência”, podemos dizer que o corpo permeia as outras instâncias do sujeito, uma vez que é através do corpo e do contato com o mundo que é dado ao indivíduo a possibilidade de fazer-se sujeito.

Dentz (2008) explica que sendo a consciência uma *estrutura relacional de presença*, é através do corpo que temos um indicativo do modo de estar presente da subjetividade de cada indivíduo, resgatando o conceito de *historicidade* como algo que se realiza expressando-se *no-mundo*, ou seja, a existência humana desvela-se enquanto ocorre em sua expressão de existir como presença intramundana; assim, não há um sujeito completo e interior que rege o corpo, e sim uma única existência que se faz através do corpo na realidade concreta do mundo. Assim, não é possível falar do sentido do Ser e nem pensar no sofrimento humano sem contemplar o corpo no-mundo enquanto campo onde a subjetividade se desvela.

Acreditamos que as implicações dessa concepção ontológica do ser e de suas dimensões estejam claras: alterando o entendimento do indivíduo e da forma como este afeta e é afetado pelo mundo, modifica-se também a maneira como encaramos a existência e os fenômenos psíquicos, o que é necessário para uma investigação verdadeiramente

fenomenológica do fenômeno do sofrimento. É com base nessa concepção de Ser que pretendemos desenvolver as análises posteriores, buscando investigar como o sujeito contemporâneo encontra-se em relação em um mundo de situação pós-moderna, e como este opera suas possibilidades de existência, lida com suas angústias, adocece e relaciona-se, tendo em vista as implicações dos conceitos de corporeidade, temporalidade e espacialidade.

A seguir abordaremos brevemente a concepção fenomenológica da psicopatologia e como essa vertente serve-se das teorias supracitadas para pautar a observação dos sujeitos em sofrimento.

Fenomenologia e Psicologia: Psicopatologia Fenomenológica

A Fenomenologia clássica, por sua proposta de método investigativo, impactou em diversas áreas do conhecimento. Na Psicologia, surge uma nova forma de compreender os chamados “doecimentos mentais”, baseada na ontologia fenomenológica e existencialista. Exporemos a seguir um pouco da perspectiva da psicopatologia aliada à visão fenomenológica de compreensão do sujeito.

Da mesma forma que o ponto de partida de Husserl, Heidegger e Sartre em suas considerações estava conectado à busca por uma nova forma de compreender o ser humano, implicando-o em seu humanismo e resgatando dimensões antes renegadas, a psicopatologia fenomenológica também parte da necessidade de entender o sujeito sob uma ótica diversa da psiquiatria tradicional; o foco de investigação não estará na sintomatologia, e sim na experiência do indivíduo que sofre, tomando a Fenomenologia como base epistemológica e método investigativo.

Zapata Molina (2007) considera que as enfermidades tendem a ser reduzidas, na psiquiatria clássica, a uma causa somática, desconsiderando a possibilidade de causas psíquicas, e ressalta a necessidade de descrever primeiro, para tecer considerações posteriormente, de tal maneira que a descrição, seguida pela interpretação e pela explicação

tornam-se os três estágios de investigação em psicopatologia. É possível notar como esse processo está em harmonia com o método fenomenológico, e refletir a respeito de suas consequências.

Se formos apontar uma divergência fundamental entre a psiquiatria clássica e a psicopatologia fenomenológica, sem dúvida seria referente ao enfoque: enquanto a primeira ocupa-se do sintoma, a última procura, partindo da experiência do ser humano, entender sua realidade – o que contempla também seu sofrimento. Como consequência disto, a psicopatologia fenomenológica resgata a pessoa como um foco de interesse do processo investigativo do sofrimento, uma vez que os dados a respeito da existência são extraídos do sujeito como é, mostrando-se como fenômeno no-mundo.

Zapata Molina (2007) considera que a gênese da manifestação psicopatológica pode ser predominantemente psicológica, genética ou orgânica, e que a investigação desses fenômenos deve ser iniciada partindo da fenomenologia, uma vez que a vivência é constituinte do ser. Desta forma, é do interesse da psicopatologia conhecer a pessoa enferma e sua enfermidade, servindo-se do método fenomenológico, “tendo sempre em conta que a tarefa do clínico, psicólogo ou psiquiatra, não é tanto diagnosticar como conhecer a pessoa enferma, pois sobretudo o que nos interessa é a experiência pessoal dessa psique enferma, por ser ela que constitui seu mundo peculiar, que nos dá a conhecer mediante a verbalização” (Molina, 2007, p. 99). O diagnóstico, portanto, deve considerar primeiro as vivências relatadas pelo paciente, que através de suas falas possibilita que acessemos a seu mundo interno.

Em resumo, a fenomenologia psicopatológica privilegia a subjetividade do paciente como parte integrante do fenômeno de seu sofrimento, o que implica naturalmente em uma escuta diferenciada, assim como em um entendimento de sujeito como ser completo

transcendente e impossível de ser contido apenas em um diagnóstico ou resumido em uma lista de sinais e sintomas específicos.

Assim, Zapata Molina (2007) considera que o psicodiagnóstico divide-se em diversos aspectos, iniciando-se pela entrevista, que é aspecto essencial, seguido da aplicação de conjunto de testes projetivos, e por fim de testes explicativos, alinhando-se assim às etapas do método fenomenológico de descrição, interpretação e por fim explicação.

É partindo desta perspectiva que procuraremos abordar no capítulo seguinte a questão da ansiedade e da depressão em nossa época pós-moderna: entendendo-a como uma expressão de modo de funcionamento que perpassa a existência dos sujeitos *em relação*, em oposição a considerar a priori esses fenômenos como desequilíbrios orgânicos ou genéticos.

Capítulo 3 - Sofrimento Psíquico e Ser *em Situação*: Possibilidades de Existência na Pós-Modernidade

Até o presente momento nos esforçamos em desvelar as principais características que compõem o pano de fundo da nossa época, assim como delinear a concepção fenomenológica de sujeito enquanto dispositivo de análise a ser utilizado. Neste capítulo, pretendemos articular as condições da vida pós-moderna com as possibilidades de existência e as formas mais comuns de sofrimento psíquico que se apresentam na clínica.

Para tal, faz-se necessário reiterar que adotamos uma visão de sofrimento como parte fundamental da existência, cabendo a cada indivíduo a responsabilidade de ampliar a consciência sobre seu modo de funcionar e produzir sentidos a partir de sua experiência de ser, em oposição à tendência contemporânea de patologização da angústia, ou seja, de compreendê-la como adoecimento ou fenômeno a ser evitado.

Ao propor um entendimento diverso da perspectiva positivista tradicional, é na Fenomenologia que pretendemos nos apoiar, adotando-a em duas frentes: como método de investigação e base epistemológica para alicerçar nosso olhar sobre o sujeito. Isto implica em abraçar uma visão de pessoa multidimensional, composta integralmente de corpo, psique e espírito, dotada de intencionalidade em sua consciência e que se encontra no mundo em *situação*.

É justamente sobre esta situação que pretendemos direcionar nossa análise, que se propõe a ser geral e identificar tendências, porém sem deixar de reconhecer a importância da dimensão particular de cada indivíduo. E desta forma começamos enfim a nos debruçar sobre nossa grande questão de interesse: há algo nas condições da pós-modernidade que contribui para modalidades específicas de sofrimento?

Escolher abraçar uma concepção fenomenológica e existencial do ser implica necessariamente em aceitar o papel da angústia na vida de cada um de nós. Em Sartre, ela

surge como uma espécie de condição da liberdade do ser (1943/2007); em Heidegger, é condicionante do *Dasein* (1927/2018). A capacidade de conhecer e intuir o sentido dos fenômenos vincula-se à consciência da morte, assim como à responsabilização pelas próprias escolhas, grandes fatores mobilizadores de angústia. Existir é de certa forma sofrer, estar sujeito a ser afetado pelo mundo, às perdas, dúvidas, frustrações... Como podemos falar de sofrimento como algo a ser expurgado, se este é condição essencial da vida?

Neste trabalho, propomos tecer articulações a respeito das formas mais “populares” de adoecimento clínico: a depressão e a ansiedade. Mas compreendendo o papel da angústia enquanto fator mobilizador, como separar o que é adoecimento e o que é parte da vida? Neste ponto, a perspectiva fenomenológica oferece uma boa resposta: não é necessário separar *a priori*. Estamos interessados na vivência do indivíduo, muito mais do que nos rótulos que podem conter essa experiência de existir. Isso não implica dizer que não existe adoecimento, mas que nosso foco de interesse é não está em definir o que se encaixa ou não nesta concepção, e sim em pensar a vivência das pessoas que sofrem. Portanto, vamos nos debruçar sobre esta questão à luz da fenomenologia, observando um pouco do que sabemos sobre nossos fenômenos de interesse, reservando nossas considerações para um segundo momento.

Iniciaremos esta análise observando dados da Organização Mundial da Saúde (WHO, 2017), sobretudo utilizando os critérios diagnósticos do manual de Classificação Internacional de Doenças – CID-10 – produzido por esta entidade (WHO, 2004), assim como o Manual Estatístico e Diagnóstico de Transtornos Mentais – DSM-V (American Psychiatric Association, 2013).

À primeira vista, pode parecer contraditório referenciar um manual cuja base epistemológica segue a linha da psiquiatria tradicional. Esta escolha justifica-se em duas principais vias: em primeiro lugar, pela posição ocupada pela OMS enquanto órgão que pauta as decisões relacionadas à saúde – inclusive à saúde mental – no mundo. Em segundo lugar,

pelo fato de o manual representar a concepção mais em voga vigente na comunidade científica em relação ao sofrimento psíquico. Compreendemos também que os manuais diagnósticos cumprem importante papel em facilitar o diálogo multidisciplinar entre as diversas áreas da saúde que podem auxiliar o indivíduo a lidar com suas vivências.

Complementarmente, os manuais diagnósticos supõem uma limitação metodológica de nosso trabalho, no sentido de que se servem, em sua elaboração, de recursos muito além dos aqui disponíveis para delinear nossos fenômenos de interesse. Simplificando, seria impossível traçar um quadro completo do que é de fato ansiedade e depressão, tendo em vista sua complexidade. Assim, na inviabilidade de se trazer para este trabalho o fenômeno *em-si*, adotaremos sua representação diagnóstica como base a partir das quais serão tecidas as observações propostas neste capítulo, iniciando com a depressão e em seguida abordando a questão da ansiedade.

“Transtorno Depressivo”: o Diagnóstico em *Epoché*

A depressão é considerada pela Organização Mundial de Saúde um dos transtornos mentais mais recorrentes na atualidade, atingindo, no ano de 2015, cerca de 4,4% da população mundial (WHO, 2017). Representa uma das demandas que mais aparecem na clínica psicológica e é amplamente discutida em revistas científicas e na mídia em geral.

Propomos neste momento, em harmonia com o método fenomenológico, observar o fenômeno (ou, no caso, sua representação diagnóstica) em *epoché*, ou realizando uma *redução eidética*, isto é, deixando de lado tudo que sabemos sobre ele e observando as informações trazidas pelo manual de diagnósticos referência no tratamento dos chamados transtornos mentais, e que se propõe a resumir o fenômeno de forma clara que possibilite o diagnóstico – a saber, o DSM-5 (APA, 2013), assim como a Classificação Internacional de Doenças (CID-10) produzida pela Organização Mundial da Saúde (WHO, 2017).

O DSM-5 apresenta modalidades diversas do fenômeno *depressão*, inseridas no rol de

“transtornos depressivos” (APA, 2013). De acordo com o manual, o ponto em comum entre as diversas formas que a depressão pode se apresentar é “a presença de humor triste, vazio ou irritável, acompanhado de mudanças somáticas e cognitivas que afetam significativamente a capacidade de funcionamento do indivíduo” (APA, 2013, p. 155). Considera-se também que “há uma avaliação cuidadosa para delinear o que são tristeza e luto normais de um episódio depressivo maior” (APA, 2013, p. 155). Por sua vez, o CID-10 coloca que o indivíduo costumeiramente sofre de humor deprimido, perda de interesse e fadigabilidade, associados a outros sintomas (WHO, 2004).

Como mencionado, a fim de pautar a discussão a ser elaborada neste capítulo, buscaremos inicialmente realizar uma análise fenomenológica do que é apresentado nos manuais como fenômeno da depressão. Para tal, as Tabelas 1 e 2 ilustram as condições para o diagnóstico de episódio depressivo maior de acordo com o DSM-V (APA, 2013) e o CID-10 (WHO, 2004), respectivamente. Convém ressaltar que ambos os manuais apresentam outras modalidades de depressão com pequenas variações na quantidade de sintomas e duração dos episódios; por razões de brevidade, escolhemos o episódio depressivo maior como um exemplo de como é realizado o diagnóstico, a partir do qual teceremos nossas considerações.

Tabela 1

Critérios diagnósticos de episódio depressivo maior (296.99) de acordo com o DSM-V

Sintomas típicos (≥1)

Humor deprimido

Perda de interesse

Outros sintomas

Alterações de peso e/ou apetite

Alterações no sono

Agitação ou retardo psicomotor

Fadigabilidade

Sentimento de culpa ou inutilidade

Diminuição na capacidade de tomar decisões

Ideação suicida

Demais critérios

Os sintomas causam sofrimento ou prejuízo social/ocupacional

O episódio não é melhor explicado por outra condição médica ou uso de substâncias

Nota. O paciente deve apresentar pelo menos cinco sintomas, incluindo no mínimo um dos sintomas típicos; a duração dos sintomas deve ser de pelo menos duas semanas.

Tabela 2

Critérios diagnósticos de episódio depressivo maior (F32.2) de acordo com o CID-10

Sintomas típicos (essenciais)

Humor deprimido Perda de interesse
Energia reduzida/fatigabilidade

Outros sintomas (≥4)

Atenção e concentração reduzidas Autoestima e autoconfiança reduzidas Sentimento de culpa e inutilidade Visão pessimista do futuro
Ideação suicida ou de autolesão Perturbação do sono
Diminuição do apetite

Nota. O episódio deve usualmente durar por tempo superior a duas semanas; mas não se exclui o diagnóstico antes deste período.

Partido da observação das Tabelas 1 e 2, o *humor deprimido* e a perda de interesse nas atividades e fadiga destacam-se como os principais sinais para a realização do diagnóstico (seguidos pela fatigabilidade), convidando a um olhar mais cuidadoso sobre cada um.

Podemos considerar que “perda de interesse nas atividades” sugere um interesse anterior, assim como atividades específicas, que variam de indivíduo para indivíduo. Assim, fala-se de algo que estava presente e diminuiu ou se esvaiu. Em relação à fadiga, parece que estamos considerando uma categoria mais ampla de alterações no sono, envolvendo hipersonia ou insônia, ou seja, há uma modificação no ritmo de sono e descanso do sujeito. Agora, como podemos definir “humor deprimido”?

Neste caso, em primeiro lugar observamos o próprio manual diagnóstico do DSM-5 (APA, 2004). Uma busca pelo termo “depressed mood” (humor deprimido, tradução nossa) retornou um resultado de 72 vezes em que este aparece ao longo do manual. Entretanto, não foi possível encontrar uma definição clara do que é considerado humor depressivo. O que notamos de mais próximo de uma definição encontra-se no trecho “uma qualidade distinta do humor deprimido, caracterizada por desânimo profundo, desespero e/ou morosidade ou pelo chamado humor vazio” (APA, 2004, p. 185).

Uma busca no CID-10 (WHO, 2004) resultou em três correspondências para “depressed mood”, incluindo-o como fator importante para o diagnóstico de depressão.

Entretanto este manual também não apresenta uma definição do conceito.

Em busca de uma explicação mais detalhada, buscamos no livro *Psicopatologia e Semiologia dos Transtornos Mentais* (Dalgalarrondo, 2019), amplamente utilizado em disciplinas de Psicopatologia em todo o país, uma definição de humor deprimido. Não obstante, o resultado não foi muito diferente da busca nos manuais diagnósticos: encontramos onze correspondências para o termo “humor deprimido” e seis para o termo “humor depressivo”, porém nenhuma delas estava atrelada a uma definição clara. O mais próximo de uma definição encontra-se nos dois trechos a seguir: “os sintomas depressivos mais importantes são, em primeiro lugar, o humor deprimido, triste, na maior parte do dia, na maioria dos dias” (Dalgalarrondo, 2019, p. 617), onde se associa humor deprimido ao termo “triste”, e, ao explicar o conceito de *catatimia*:

O delírio de ruína ou culpa do indivíduo com depressão grave é compreensível e derivável psicologicamente de estado de humor alterado (*catatimia*) de forma profunda; constitui mais um aspecto, mais uma dimensão que o humor depressivo adquire. (Dalgalarrondo, 2019, p. 387)

Através dessa busca simples utilizando palavras-chave, não ficou claro se há diferença entre humor deprimido e humor depressivo, ou se são utilizados como sinônimos; concomitantemente, pudemos perceber que a definição que procurávamos não se encontra disponível nos manuais.

Outro ponto relevante que podemos observar nas tabelas é a questão da produtividade, expressa no trecho que menciona “prejuízo no funcionamento social ou ocupacional”. Está claro que para haver prejuízo, é necessário que exista um estado anterior no qual o indivíduo apresentasse desempenho acima do que apresenta no momento do diagnóstico.

O DSM-V (APA, 2004) aponta que este prejuízo pode ser aferido a partir da percepção do sujeito e das pessoas com quem este se relaciona. É interessante notar a questão do tempo do luto associada ao humor depressivo, assinalando que a tristeza por um período superior a dois meses é considerada indício de depressão, assim como a expressão “sofrimento clinicamente significativo”, sugerindo que há uma forma de se mensurar o sofrimento acima ou abaixo do que seria considerado relevante para o contexto clínico e de diagnóstico.

Em adição, a diminuição na capacidade de se concentrar igualmente sugere um estado anterior ideal ou melhor de concentração e produtividade, seguido de declínio. As tabelas também fazem alusão a agitação ou retardo psicomotor, que devem ser observados não apenas pelo sujeito, considerando a percepção de pessoas do seu convívio, e à alterações no apetite, contemplando aumento ou diminuição significativas na disposição do indivíduo em ingerir alimentos.

Chama atenção também o critério que envolve sentimentos de inutilidade e culpa considerada *excessiva ou inadequada*, e que se manifesta com frequência quase diária. Este é mais um indício que depende da compreensão do sujeito e do relato realizado a respeito de sua percepção de mundo. O DSM-V (APA, 2004) ressalta que esses sentimentos devem ir além da mera culpa por estar doente; podemos inferir que haja múltiplas possibilidades que suscitem a sensação de culpa, que dependerão da experiência do indivíduo.

Por fim, cabe ressaltar que dentro dos critérios diagnósticos do DSM-V (APA, 2004), pelo menos um dos sintomas apresentados deve ser humor deprimido ou perda de interesse nas atividades, e que há um critério temporal de duração, onde os sintomas devem estar presentes de forma contínua por pelo menos duas semanas.

Ansiedade, Diagnóstico e Redução Eidética

O DSM-V (APA, 2004) apresenta um capítulo a respeito dos transtornos de ansiedade, incluindo diversas variações de acordo com o tipo de objeto ou situação que induz uma

resposta ansiosa. O capítulo propõe uma diferenciação entre medo e ansiedade, sendo a última definida como “antecipação de ameaça futura”, enquanto o primeiro é considerado uma “resposta emocional a ameaça percebida ou iminente” (p.189). Diferencia-se o que é considerado um transtorno do que seria um medo ou ansiedade apropriados principalmente por perdurar além da fase de desenvolvimento em que seria esperado. O manual também considera o tempo de duração (em geral superior a seis meses) como importante para diferenciar de um medo ou ansiedade temporários.

Um ponto interessante dentre os critérios diagnósticos gerais é a questão da determinação se o medo sentido pelo paciente é “excessivo ou fora de proporção”, que fica a encargo do profissional clínico, tendo em vista que “indivíduos com transtorno de ansiedade tipicamente superestimam o perigo nas situações que temem ou evitam” (APA, 2004, p. 189); é papel do profissional considerar fatores do contexto cultural ao realizar esta análise.

No supracitado capítulo, são mencionadas onze formas de ansiedade, organizadas de acordo com a fase de desenvolvimento na qual costumam se manifestar: ansiedade de separação, mutismo seletivo, fobia específica, fobia social, transtorno do pânico, agorafobia, ansiedade generalizada, ansiedade induzida por substância ou medicamento, ansiedade devida a outra condição clínica, transtorno ansioso tipificado de outras formas e transtorno ansioso não especificado. Estas modalidades distinguem-se entre si principalmente pelas situações que tendem a ser temidas ou evitadas e pelo conteúdo das crenças associadas. Entretanto, aponta-se que há tendência notável de comorbidade entre as diferentes modalidades especificadas no manual (APA, 2004).

Para fins da discussão a ser realizada neste capítulo, trataremos os critérios diagnósticos da ansiedade generalizada como representativo dos transtornos ansiosos (ver Tabela 3), tendo em vista que seria pouco prático avaliar cada uma das onze modalidades contidas no manual. Uma vez que os mesmos sintomas estão presentes em grande parte das múltiplas categorias de

ansiedade, que diferem entre si principalmente em relação ao objeto que desperta medo, acreditamos que este recorte na análise pode ser realizado sem grande prejuízo para os objetivos de nosso trabalho.

Tabela 3

Critérios diagnósticos de ansiedade generalizada de acordo com o DSM-V.

Sintomas típicos (essenciais)

Ansiedade e preocupação excessivas, relacionadas a temas específicos, presente em um período superior a seis meses

Dificuldade em controlar a preocupação

Outros sintomas (≥3)

Inquietação

Fatigabilidade

Dificuldade de concentração

Irritabilidade

Tensão muscular

Perturbação no sono

Demais critérios

Perturbação ou prejuízo clinicamente significativos

Condição não ser melhor explicada por outra condição médica ou uso de substâncias

Podemos observar na Tabela 3 algumas questões já mencionadas, como o critério temporal e a classificação do medo como excessivo; em adição, há a dificuldade do indivíduo de controlar as preocupações, que devem estar associadas a pelo menos três dos seis sintomas a seguir: sentimentos de inquietação, fadiga, dificuldade de concentração ou “brancos” no pensamento, irritabilidade, tensão muscular e perturbações no sono. As perturbações do sono diferem-se da depressão pois não é mencionada hipersonia, apenas dificuldade para dormir ou não se sentir descansado o suficiente.

É necessário que os sintomas estejam causando sofrimento ou dificuldades clinicamente significativas, que não sejam atribuídas a uso de substâncias ou a efeitos de outras condições clínicas, e que as perturbações experienciadas pelo indivíduo não sejam melhor explicadas por outra condição psicológica.

Depressão e Ansiedade: Redução Transcendental dos Critérios Diagnósticos

As observações nas seções acima foram realizadas em *epoché*, ou seja, suspendendo

todo o conhecimento prévio de forma a poder enxergar o mais claramente possível o fenômeno. Neste momento, daremos prosseguimento ao uso do método fenomenológico realizando a *redução transcendental* dos fenômenos da depressão e da ansiedade, isto é, faremos a reapropriação dos conhecimentos prévios que foram a princípio colocados entre parênteses no momento da redução eidética, a fim de tecer alguns comentários a respeito dos dados percebidos, a começar pela intrigante questão do *humor deprimido* no diagnóstico de depressão.

Com frequência nos deparamos com categorias conceituais que parecem auto evidentes; entretanto, em harmonia com o método fenomenológico, é importante que realizemos uma análise aprofundada a fim de compreender o que exatamente essas categorias propõem. Este parece ser o caso do conceito de humor deprimido, amplamente mencionado nos manuais diagnósticos (APA, 2013; WHO, 2004), porém sem ter sua definição explicitada.

Chama atenção que um dos critérios diagnósticos mais importantes para a depressão não seja detalhadamente esclarecido, o que pode favorecer o risco de que os profissionais que se utilizam deste critério considerem o conceito como auto explicativo, gerando margem para confusões conceituais e interpretações variadas. Gostaríamos de sinalizar que esta informação não representa uma falha nos manuais, tendo em vista sua proposta, mas evidencia a necessidade de que estes sejam percebidos como mais um instrumento útil, dentre outros a serem utilizados no processo complexo de diagnosticar o sofrimento, e não como fonte única de informações sobre os fenômenos de sofrimento psíquico.

Em relação ao funcionamento social ou ocupacional, podemos associar a noção de prejuízo nesta área com a questão da produtividade no mundo contemporâneo, onde o valor do indivíduo muitas vezes encontra-se atrelado ao seu poder de consumo (Bauman, 1998), e conseqüentemente a seu papel como trabalhador e produtor de renda. A questão do funcionamento social também é relevante tendo em vista a forma como os relacionamentos

são operados na atualidade, suscitando a indagação se existe um ideal de produzir e se relacionar, aquém do qual o sujeito passa a ser considerado como adoecido.

No diagnóstico da ansiedade, menciona-se dificuldade de concentração. Porém há que se ter em vista que a capacidade de concentração média do ser humano é alterada pela quantidade de estímulos a que este é submetido, e que esta tem diminuído ao longo dos anos, aparentemente consequência da cultura de informações aceleradas em que vivemos (Lorenz-Spreen, Mønsted, Hövel & Lehmann, 2019). Desta forma, ao escutar a respeito da percepção do indivíduo sobre sua capacidade de concentrar-se é importante que levemos em conta seu modo de vida e o contexto no qual se insere, assim como observar se esta falta de concentração é generalizada ou restrita a setores específicos de sua vida, como no trabalho ou nas relações.

O tempo de luto previsto como saudável no manual gerou certa discussão na comunidade acadêmica: Boris e Carneiro (2018) apontam como, em pouco mais de meio século, a perspectiva do luto pelo DSM passou da não abordagem do fenômeno para a patologização, com a proposta de se criar uma categoria de Transtorno do Luto Complexo Persistente. Michel e Freitas (2019) analisam os argumentos a favor e contra da criação dessa categoria, considerando que a exclusão do critério pode levar à patologização de reações esperadas em caso de luto, enquanto que os argumentos contrários sugerem que o luto não deveria ser considerado como motivo de exclusão para um diagnóstico de depressão, tendo em vista que outros tipos de perda não fazem parte dos critérios de exclusão diagnóstica da depressão.

Não pretendemos, para efeitos deste trabalho, tomar parte nesta discussão; entretanto vale a pena assinalar como a noção de tempo aceitável para processos de sofrimento permeia os critérios diagnósticos do fenômeno da depressão, assim como o fato de eventos de perda absolutamente característicos da vivência humana poderem ser abarcados sob o leque dos

critérios diagnósticos, a depender da maneira como os indivíduos reajam a eles. Isso suscita a questão do tempo na pós-modernidade, assim como a cultura de reprimir os sentimentos desconfortáveis, pois parece sugerir que há uma forma e prazo adequados para lidar com tais eventos, além da qual passa a se considerar o processo como adoecimento.

Dando prosseguimento à nossa análise, ao observar a expressão “sofrimento clinicamente significativo” e suas implicações, cabe questionar como podemos mensurar o que é ou não clinicamente significativo. Como é possível determinar o que seria uma tristeza ou medo “normais”? Podemos estender a mesma reflexão ao conceito de culpa excessiva ou inadequada, presente no diagnóstico da depressão.

Neste ponto, convém assinalar a importância da implicação da subjetividade do paciente mesmo dentro da psiquiatria tradicional, uma vez que o DSM-V (APA, 2004) apresenta múltiplos sintomas que dependem do relato do indivíduo ou de pessoas do seu convívio, como é a questão do desânimo, da queda de produtividade e motivação e das alterações psicomotoras. Entretanto, as consultas rápidas, prática comum nos consultórios de psiquiatria, caminham na contramão da possibilidade de contemplar a realidade da pessoa no processo diagnóstico.

Desta forma, frisamos que os manuais são instrumentos valiosos para a compreensão dos fenômenos de sofrimento, frutos de rigoroso trabalho investigativo; não obstante, este instrumento é utilizado por profissionais que também estão no-mundo, e como tal estão sujeitos às influências e práticas discursivas de sua época. Assim, procuramos aqui tecer uma crítica não aos manuais em si, mas à forma como estes são apropriados em nossa cultura para abordar o sofrimento.

É necessário ter em mente que, para além do diagnóstico, estamos falando de pessoas: ainda que os sintomas sejam semelhantes, a experiência do sujeito que sofre sempre será única em seu contexto de existência, e, portanto, deve ser considerada como essencial a

qualquer proposta de tratamento. E quando falamos em contemplar o sujeito, considerando que este se faz *no-mundo*, torna-se imprescindível observar também as condições nas quais a pessoa está inserida. E é deste entendimento que surge a proposta deste capítulo, de aproximar as características da ansiedade e depressão das configurações do modo de vida contemporâneo, em busca de relações significativas.

Tecendo Considerações: Para além dos Sintomas do Diagnóstico

Nas seções anteriores, procuramos observar o que os principais manuais diagnósticos têm a dizer a respeito das modalidades de sofrimento de interesse para esse trabalho. Neste momento, pretendemos abordar algo que está para além dos sintomas e do diagnóstico, a fim de pensar a respeito da realidade do indivíduo que apresenta esses sinais em sua maneira de existir. Os sintomas são importantes para entender o quadro, mas são manifestações de algo maior – a saber, o sofrimento do sujeito. Como coloca Ribeiro (2019), “essa é uma das funções da psicoterapia: mais do que lidar com a estrutura do sintoma, descobrir como ele se estruturou conduz ao caminho de novas mudanças” (p. 192).

Como podemos definir esse sofrimento? Decerto é essencial contemplar a individualidade nesse processo, buscando o significado dos comportamentos em relação com a realidade da pessoa, o que altera a questão principal de “quais são os sintomas?” para “o que eles representam na vida do sujeito?” e “o que estão comunicando?”. Como apresentado em Heidegger (1927/2018) e Sartre (1943/2007), a angústia é revestida de potencial mobilizador, desde que haja um questionamento da situação na qual a pessoa se encontra e de sua responsabilidade em relação às escolhas de vida em um mundo carregado de informações a respeito do que se deve sentir, pensar, fazer e falar.

Por exemplo, observando os principais sintomas depressivos, é notável a diminuição no ritmo do sujeito, que se expressa também no corpo. Podemos dizer que a pessoa adota um modo lento de funcionar, condizente com uma temporalidade interna que não acompanha o

ritmo social do mundo. Da mesma forma, os gestos lânguidos, o excesso de sono e alterações no apetite comunicam uma corporeidade desacelerada, enquanto o humor depressivo e os sentimentos de culpa falam de uma angústia que não surge no vazio, ou seja, relaciona-se a algo que seja significativo dentro da realidade do sujeito – o que indica como a vivência do tempo (temporalidade) e do espaço (espacialidade) afeta o modo de ser do indivíduo (Merleau-Ponty, 1945/1999).

Na ansiedade, a temporalidade e espacialidade se apresentam de maneira diversa, que sugere uma paralisação ativa, no sentido de que a pessoa tem dificuldade de concentrar-se nas atividades do *aqui-agora*, pois sua energia encontra-se focada em antecipar possíveis riscos e propiciar um estado de alerta para reagir, expressa no corpo através da falta de sono, da agitação nos gestos e tensão muscular. E sendo o “estar alerta” necessariamente “estar alerta a alguma coisa”, torna-se evidente a existência dessa *alguma coisa* na experiência do sujeito no mundo que se configura como ameaça constante.

Desta forma, o sintoma desenrola-se como possível questionamento de facetas da experiência de existir que não estão necessariamente sendo observadas analiticamente pela pessoa, mas que se encontram presentes de forma ativa na totalidade de seu ser e em suas possibilidades de ação. A partir daí, podemos perceber seu grande valor enquanto dado concreto a respeito do funcionamento do indivíduo, a tal ponto que seria possível afirmar que não é possível se conhecer sem conhecer também os próprios padrões e sintomas. Paralelamente, o silenciamento do sintoma incorre na perda dessa fonte valiosa de informações sobre o sujeito.

Ressaltando a necessidade de se compreender a vivência específica de cada um, passaremos a analisar as condições da pós-modernidade enquanto componentes da *situação* dos indivíduos, buscando pensar a relação entre o sujeito que se encontra no-mundo com as condições dadas atualmente, pois dado que o ser humano é livre para escolher o que fazer

diante da situação do mundo, esta situação tem papel ativo em limitar ou fornecer as condições da existência.

Situação Pós-Moderna: Sofrimento e Possibilidades de Existência

Resgatando as considerações a respeito da pós-modernidade tecidas no capítulo 1, podemos considerar que talvez sua principal característica seja a crise nas metanarrativas (Bauman, 1998; Harvey, 1989/2017; Lipovetsky & Charles, 2004/2018) e o rompimento com grandes discursos e paradigmas das mais diversas áreas, incluindo ciência, religião e política, entre outras.

Vivemos em uma época de ruptura com ideologias e de uma incredulidade generalizada. Pode-se considerar que houve grande mudança na perspectiva que temos sobre o que é a verdade, além do surgimento de marcada desconfiança em relação às instituições. Na era moderna, o indivíduo vivia com a tranquilidade das certezas sólidas; na pós-modernidade, vive-se com a angústia das mudanças constantes.

Neste contexto, há um aumento da possibilidade de o indivíduo questionar os múltiplos sistemas de crenças disponíveis; entretanto, parece haver também uma espécie de desconexão, uma *liquidez*, para usar o conceito de Bauman (2001), que dificulta a interpretação do mundo e principalmente as possibilidades de se criar planos futuros, tendo em vista que os panoramas atuais podem se alterar e reconfigurar com extrema rapidez. Bauman (1998) e Harvey (1989/2017) apontam as implicações disto na criação de planos e de um projeto de futuro. Podemos estender essa reflexão para considerar a questão da produção de sentido por parte do sujeito pós-moderno: como fica o indivíduo em um mundo de certezas fluidas?

Não é difícil imaginar o impacto dessa tendência social nos indivíduos convivendo com nossos diagnósticos de interesse: para as pessoas ansiosas, a incerteza pode se traduzir em insegurança e medo de um futuro imprevisível; para os depressivos, em descrença e

pessimismo em relação a este futuro, além de despropósito em relação ao presente. Afinal, se nada é garantido e tudo pode mudar de uma hora para a outra, qual o sentido de agir e executar planos no presente? Do que adianta ser livre para escolher, se não há mais segurança para avaliar as consequências de cada escolha?

A questão da liberdade continua em voga, desde o Projeto das Luzes, passando pelos ideais modernos e continuando expressiva em nosso tempo. É dada ao sujeito a possibilidade de construir-se como quiser, com uma infinidade de opções para fazer-se enquanto pessoa e expressar sua individualidade, havendo mesmo uma tendência ao individualismo e a um mínimo de limites e compromissos, estando a sociedade voltada para uma busca constante pelo prazer (Bauman, 1998).

Entretanto, podemos falar em um outro lado desta moeda: Bauman (1998) coloca que o indivíduo pós-moderno renunciou a sua segurança em troca da promessa de liberdade. Como vimos, esta barganha acarreta um alto custo mental. Adicionalmente, é necessário questionar: a quem é dado o direito de se fazer como quiser? Como aponta o autor, a dignidade humana está atualmente atrelada ao poder de consumo; assim, o estar livre encontra-se condicionado ao poder do sujeito de acessar a infinidade de produtos e serviços disponíveis, de forma que a liberdade tem um custo bastante literal, além do psíquico. Além do mais, o Estado já não se responsabiliza como antes pelo bem-estar de seus cidadãos, e os ideais de meritocracia direcionam para o sujeito a responsabilidade de criar seus caminhos, muitas vezes desconsiderando as condições a ele oferecidas.

Podemos pensar aqui no impacto da liberdade pós-moderna para nosso sujeito depressivo: as ideias de desvalorização de si, de não ser capaz ou suficiente, só podem ser agravadas pela realidade supra descrita. Adicionalmente, a busca constante pelo prazer sem *sentido*, incapaz de preencher o vazio existencial, pode agravar o embotamento característico da depressão.

O funcionamento ansioso, por seu lado, pode ter sua temporalidade afetada pelo discurso dos prazeres efêmeros, ou seja, encontrar-se suscetível à ideia de que sempre há algo melhor e mais divertido disponível, conseqüentemente agitando-se em direção ao futuro e apresentando dificuldade em focar nas vivências de cada momento. Ademais, se o direito à dignidade humana é facultado apenas àqueles que tem poder de compra, a possibilidade de perder esta condição (ou seja, a preocupação com dinheiro e com trabalho) é um constante temor na vida de todos os indivíduos contemporâneos, estando os ansiosos particularmente vulneráveis a essas inquietações.

Retomando a análise das configurações de nossa sociedade, a marcada tendência à transitoriedade dificulta o estabelecimento de planos sólidos: sem a certeza da durabilidade das instituições e com o ritmo acelerado com que a sociedade se transforma, torna-se quase impossível prever com acuidade um panorama de futuro, e, conseqüentemente, tomar decisões que possibilitem construir um projeto para os dias vindouros.

Paralelamente, a responsabilidade da tarefa de atribuir sentido às coisas migra de um grande projeto de sociedade, como foi na idade moderna, para uma espécie de terceirização, ou seja, há um vazio que deve ser preenchido, e uma infinidade de empresas, discursos e produtos disputando a chance de ocupar momentaneamente esse lugar, até que a próxima grande solução apareça. Este ponto dialoga especialmente com a ausência de sentido e o tédio existencial apresentados pelos indivíduos depressivos.

Outro ponto marcante da pós-modernidade é o desenvolvimento tecnológico acelerado, principalmente os meios de comunicação em massa advindos das possibilidades que a internet traz, mas também tecnologias nucleares, de transporte, robótica, avanços na medicina e nos meios de produção, o que acarreta em diversas novas modalidades de serviços e estratégias empresariais, como a possibilidade de fabricar diferentes partes de um mesmo produto em países diversos, explorando a mão de obra mais barata possível.

Com as novas modalidades de trabalho, manifesta-se uma tendência à terceirização, enfraquecimento das organizações sindicais, flexibilização nas leis trabalhistas e valorização do chamado empreendedorismo, ou seja, ideais de que o mercado informal guarda oportunidades maiores de crescimento, em oposição à fé na estabilidade presente na época moderna.

Harvey (1989/2017) realiza uma análise muito interessante da experiência de tempo e espaço nas sociedades moderna e pós moderna, principiando pela observação de que apesar de serem categorias fundamentais da experiência humana, pouco nos questionamos sobre o seu sentido. Entretanto, para o autor, tempo e espaço só podem ser considerados a partir dos processos materiais que os fundamentam, ou seja, “cada modo distinto de produção ou formação social incorpora um agregado particular de práticas e conceitos do tempo e espaço” (p.189).

Consequentemente, as transformações sociais advindas da pós-modernidade também atuam uma transformação nas relações de tempo e espaço, processo iniciado no final da Idade Média com a gradativa mercantilização dessas dimensões da experiência, e que se desenrola até os dias atuais. Para Harvey (1989/2017), as relações entre dinheiro, espaço e tempo operam na sociedade contemporânea como fontes interligadas de poder social.

As consequências desta interligação são diversas: na pós-modernidade, houve uma intensa fase de compressão do tempo-espaço que tem tido um impacto desorientado e disruptivo sobre as práticas político-econômicas, sobre o equilíbrio de poder de classe, bem como sobre a vida social e cultural. (Harvey, 1989/2017, p.257)

Assim, espaço e tempo passam a ser pensados em função da relação com o capital. Isto implica em uma sujeição do tempo ao giro monetário, cujo efeito propiciou uma sociedade acelerada em seu ritmo. Quanto mais se produz e se vende, maiores os lucros, portanto volatilidade torna-se a palavra de ordem, no sentido em que há ênfase nos valores da

instantaneidade, que terminam por produzir um contexto cultural onde se preza pelo rápido descarte e substituição de produtos, princípios e relações, entre outros – o que, por sua vez, impacta diretamente na experiência cotidiana dos sujeitos (Harvey, 1989/2017).

Para operar a volatilidade, faz-se necessário manipular as preferências e opiniões, assim como apresentar novidades – reais ou aparentes – de forma constante. Neste ponto, o papel da mídia e da publicidade torna-se especialmente relevante, transmutando sua principal função, de informar e promover, em um fenômeno muito maior de influenciar e mesmo manufaturar desejos e gostos a fim de promover altos índices de consumo. De forma complementar, é exigido que a produtividade esteja sempre em alta para suprir a demanda que é criada por este sistema.

Em resumo, busca-se que o ciclo de produção e comercialização gire o mais aceleradamente possível, maximizando os lucros até o limite do viável, ou seja, o tempo deve trabalhar em função do fluxo de capital. Por conseguinte, há uma aceleração tal na relação com o tempo que podemos afirmar que a pós-modernidade apresenta a organização social mais acelerada da História, o que em parte se deve ao desenvolvimento de novas tecnologias de produção e comunicação, de caráter essencial em termos de possibilitar que esta mudança na temporalidade acontecesse.

Uma destas tecnologias que merece destaque são os meios de comunicação em massa, tendo em vista o impacto que produziram na sociedade: possibilitando a comunicação instantânea, as modalidades de relacionamento se alteraram, assim como o alcance de propagandas e a relação com o conceito de privacidade.

Bauman (2011) certa vez comentou em entrevista que um dos momentos que marcam o início da pós-modernidade ocorreu em um programa de televisão onde uma dona de casa compartilhou detalhes de sua vida sexual com o marido. O que atualmente parece uma prática comum, com espaços virtuais como *Facebook* e *Twitter* dedicados ao compartilhamento de

informações pessoais, na época sinalizou uma grande mudança no paradigma da privacidade, uma vez que anteriormente se considerava que detalhes da vida de cada um deveriam ser mantidos em segredo ou divididos apenas com pessoas do círculo íntimo de confiança.

Na contemporaneidade, a hiperexposição é condição para o “fazer-se visto”, em íntima relação com a noção de identidade como projeto (Bauman, 1998). Tavares (2010) resgata o conceito de sociedade espetacular, afirmando que “é no cenário concebido como espetáculo que a *performance* exibicionista dos sujeitos visa ao reconhecimento contínuo de seus espectadores, e para isso paga-se o preço das identidades fluidas e vazias de sentido e significado” (p.34). Desta forma, a exposição vincula-se ao processo de se construir enquanto sujeito em uma sociedade onde não há tempo ou condições favoráveis para a criação de identidades duradouras.

Podemos relacionar a cultura da hiperexposição com características depressivas tanto quanto ansiosas: no primeiro caso, as ideias de baixo valor em relação aos outros podem no mínimo ser exacerbadas por uma configuração social que preza pela exposição de supostas vidas perfeitas na internet. Em termos simplificados, não é difícil se sentir pior do que os outros quando o que conhecemos desses outros é um recorte de momentos que os apresentam sempre sob luz favorável. E, no caso da ansiedade, a preocupação excessiva com o julgamento do outro é alimentada pela cultura que possibilita que mesmo o indivíduo mais comum esteja sob os holofotes da opinião pública.

Nesta ótica, o *parecer* ganha importância em relação ao *ser*; ademais, um ambiente subjetivo vazio de sentido é um meio fértil para a proliferação dos efeitos das propagandas, presentes também em novas modalidades, como é o caso dos *influencers*, pessoas com visibilidade nas redes sociais que recebem contratos publicitários e produtos para divulgar determinadas marcas como parte de seu estilo de vida – e portanto de uma identidade que é passível de ser comercializada.

Outro impacto relevante da superexposição relaciona-se ao controle social por meio de dados; se a identidade é vinculada ao consumo, informações a respeito das preferências e práticas dos indivíduos tornam-se extremamente valiosas para direcionar as propagandas e prever tendências de comportamento. Assim, os dados relativos a cada indivíduo configuram uma *commodity* valiosa tanto para as empresas quanto para os governos.

O papel da informação e dos meios de comunicação de massa na política vem sendo cada vez mais explorado; nas últimas eleições, por exemplo, a formação de opinião por meio das redes sociais e principalmente do *whatsapp* influenciaram diretamente no processo eleitoral. O monitoramento de opiniões expressas online também é largamente utilizado para traçar estratégias governamentais e campanhas políticas.

Considerando o acima exposto, parece claro que as organizações sociais contemporâneas orientam-se em torno das demandas do sistema econômico e são constantemente permeadas por sua lógica. Mas como ficam as possibilidades de existência nessa *situação*?

Em primeiro lugar, o indivíduo pós-moderno é livre como poucos sistemas anteriores permitiam, existindo em uma configuração socioeconômica que possibilita mobilidade social e acolhe a ideia da essência de cada um como um processo, e não mais como algo pré-determinado pelo nascimento (Bauman, 1998); pode deslocar-se para diversos lugares no planeta, acessar conhecimentos e conteúdos informacionais com extrema facilidade, e obter sem muita demora tudo aquilo que deseje ou necessite – desde que possa arcar com os custos. Em contrapartida, existe em um mundo de certezas fugazes, com seu valor enquanto ser humano atrelado a sua capacidade de acumular capital.

O rompimento com os grandes discursos, a cultura da descartabilidade e a falta de confiança nas instituições delineiam um mundo incerto; conseqüentemente, o sujeito sofre com a incerteza, a dificuldade de traçar planos de futuro e o conflito entre o planejamento

sólido moderno e as circunstâncias atuais. Um exemplo disto são os estudantes universitários, que seguem um projeto de vida pautado no discurso moderno da estabilidade: estudar e ter acesso a uma boa formação como forma de garantir um emprego sólido e a partir disto estabelecer a vida, plano que é atualmente confrontado com a realidade de um mercado instável e condições econômicas instáveis.

Assim, podemos dizer que apesar da quebra nos grandes discursos, ainda há um desejo por estabilidade e por se encontrar enquanto sujeito no mundo. Entretanto, tal desejo conflita com as condições da pós-modernidade, o que configura potencial fonte de angústia, passível de atingir a todos que vivenciam essas circunstâncias sociais.

Há algo da própria relação com a angústia que é extremamente relevante para nossa discussão: o indivíduo contemporâneo parece ter aversão à ideia de “estar mal”, o que já sugere uma atitude de considerar essa angústia como algo necessariamente negativo, e que deve ser evitado a todo custo. Em uma época de marcado hedonismo e que preza pela busca do máximo possível de prazer individual, qualquer incômodo é encarado como algo que deve ser erradicado.

Esta visão é problemática em dois sentidos: primeiro, por desvincular o sujeito de experiências que são parte da vivência humana, e secundamente por estar atrelada à lógica de consumo e meritocracia, na qual todos supostamente podem ser felizes e bem-sucedidos desde que se esforcem o suficiente – o que acarreta um sentimento de culpa associado ao “não estar bem”. Se a noção de felicidade é associada a produtos nas propagandas, o indivíduo que “não é feliz” falhou como consumidor e, portanto, como sujeito na era do consumo.

Além disso, há uma atitude *blasé* decorrente do bloqueio de estímulos sensoriais, em resposta à sobrecarga sensorial gerada pelo bombardeio de informações possibilitados pelos meios de comunicação em massa (Harvey, 1989/2017), o que sugere que a pessoa já não é afetada pela relação ser-no-mundo da mesma maneira que era em outras épocas. Estudos

apontam que a capacidade de concentração também fica prejudicada ((Lorenz-Spreen, Mønsted, Hövel & Lehmann, 2019) pela quantidade de informações associadas ao uso de redes sociais.

As novas modalidades de comunicação também reconfiguraram a questão do consumo (Harvey, 1989/2017), exacerbando as práticas de comprar e modificando a relação das pessoas com este ato, além de terem expandido a gama do que é possível consumir, possibilitando a comercialização muito além de meros produtos, mas de ideias, serviços e até mesmo de estilos de vida.

Podemos perceber esta relação permeando a questão da estética, por exemplo. Há uma variedade incrível de produtos, serviços e práticas vinculados a ideia do corpo perfeito; desta forma, o indivíduo que adquire uma máquina de exercícios, ou um creme facial rejuvenescedor, ou um curso de alimentação *low carb*, raramente está adquirindo o produto em si, e sim a ideia de atingir uma estética considerada ideal, e através dela obter uma vida mais plena e feliz.

Aliás, a preocupação estética permeia a questão do corpo, dimensão imprescindível da relação humana com o ambiente e que se encontra profundamente adoecida na atualidade. Considerando o estilo de vida acelerado, a dicotomia cartesiana que permeia os principais discursos e o produtivismo, há um desligamento da vivência do corpo, que parece ser considerado como algo a ser moldado e apresentado para os outros, muito mais do que uma parte integrante do sujeito e fonte de experiências. Desta forma, o corpo é relegado a segundo plano; ao mesmo tempo em que se preza pelo conforto e se exige uma estética padronizada, o estilo de vida contemporâneo não permite muito tempo para ouvir as demandas do corpo e com ele se relacionar.

Se pensarmos que a jornada média de trabalho é de 40 horas semanais – sem contar o trabalho doméstico e tempo de deslocamento – que o trabalho não respeita a lógica do corpo,

seja sujeitando-o a condições de esforço extremo ou a horas seguidas sentado e sem movimentação, que o tempo acelerado exige soluções rápidas, alimentação rápida, etc., podemos afirmar que as condições atuais contribuem para um estilo de vida muito pouco saudável. Entretanto, as pressões estéticas, frequentemente vinculadas ao discurso de preocupação com a saúde, exigem que a pessoa se apresente com o melhor corpo possível, o que parece produzir uma corporeidade bastante confusa, onde estamos desligados do corpo e concomitantemente extremamente preocupados com ele enquanto forma de se apresentar para os outros.

Na lógica de que pessoas passam a serem pensadas também como uma espécie de produto, o corpo torna-se precioso enquanto embalagem, ou representação daquilo que se deseja transmitir – o que evidencia uma relação de subordinação e exibição deste corpo que é estranho, e ao mesmo tempo implicado na busca pelo prazer (pois é dimensão de vivência do prazer), instrumento de manifestação do narcisismo em voga, porém desconhecido e pouco experienciado em sua totalidade pelo indivíduo.

Outro desdobramento da influência da lógica mercantil sobre os indivíduos é o modo com que as pessoas se relacionam. Em sua obra *Amor Líquido*, Bauman (2004) realiza uma análise das relações nesta época de incertezas, na qual aponta como a lógica do consumo veio a permear as interações humanas. Há uma disparidade entre o desejo de se relacionar e o medo das restrições que a condição de estar ligado ao outro inevitavelmente impõe, além da dificuldade de se comprometer em um mundo que preza pelo descarte e substituição constante pelo *novo e melhor*.

Desta forma,

a promessa de aprender a arte de amar é a oferta (falsa, enganosa, mas que se deseja ardentemente que seja verdadeira) de construir a “experiência amorosa” à semelhança de outras mercadorias, que fascinam e seduzem exibindo todas essas características e

prometem desejo sem ansiedade, esforço sem suor e resultados sem esforço. (Bauman, 2004, p.12)

Compõe-se então um cenário onde os indivíduos precisam conectar-se, desejam afeto e os benefícios que as relações trazem; entretanto as relações não tem “a garantia da permanência” (Bauman, 2004, p. 6), sendo os laços facilmente desfeitos de acordo com qualquer mudança de cenário ou problema que a relação venha a apresentar. A própria ânsia pela conexão vem acompanhada da aversão ao compromisso e à perda de possíveis oportunidades melhores.

Em consequência desse cenário, as relações tendem a ser rasas, com cada qual buscando o máximo de benefícios com o mínimo possível de envolvimento, inicialmente por opção, mas depois por falta de recursos para fazer de outra forma. Bauman (2004) também ressalta a substituição da ideia de *laços* e *compromissos* por *redes* e *conexões*: múltiplas relações fluidas e de pouca profundidade, em oposição a relações profundas e duradouras que esperava-se que durassem a vida toda.

Inserido neste panorama, o humano pós-moderno é livre para fazer-se enquanto sujeito, porém perdido e angustiado em um mundo de possibilidades vastas e descartáveis. Existe em um solo sociocultural fértil para que surja um sentimento de culpa pela angústia sentida, uma vez que a lógica meritocrata e individualista vigente responsabiliza o sujeito por sua condição no mundo e as tendências ao hedonismo e busca pelo prazer máximo produzem um entendimento dessa angústia como algo a ser erradicado.

Bombardeado de estímulos, acaba por incorrer em uma *desconexão* com o mundo, normatizando as mudanças aceleradas e buscando o máximo de prazer e liberdade. Desta forma, realiza sua busca de sentido para a experiência humana em produtos e discursos externos, oferecidos de forma constante. Preocupa-se em demasia com as aparências e aquisições, em harmonia com a cultura da descartabilidade, e aceita a vigilância e a

hiperexposição como condição para o ser visto pelos outros, com os quais se relaciona de forma supérflua onde a palavra de ordem é *quantidade* e a ruptura pode ocorrer a qualquer momento.

Há uma dificuldade manifesta de sentir o outro, tanto nas relações íntimas quanto de forma geral; o sujeito tem dificuldade para se colocar no lugar do outro e empatizar, e há uma tendência a mercantilizar as relações, tratando as pessoas como produtos (Bauman, 2004). Em contrapartida, as pessoas sentem o vazio de serem tratadas desta forma pelos outros, e encontram-se em um estado paradoxal de desejar e temer os vínculos profundos, almejando afeto, mas evitando qualquer responsabilidade a ele atrelada.

Em resumo, parece haver uma fome constante por conexões, acompanhada da aversão a conectar-se, de forma que o indivíduo vive suas relações como um rio que corre veloz com as mudanças, mas carece de profundidade, de tal forma que o vazio não é preenchido por significados plenos, e sim por “tapa-buracos”, modas e sentidos passageiros.

O Grito do Corpo: Sintoma como Expressão de Desconforto com a Realidade

É importante ressaltar que estamos analisando uma tendência, dadas as condições do mundo e considerando que o sujeito se faz em *situação*. Desta forma, a análise acima realizada busca explicitar quais condições de existência são facilitadas pela situação do mundo decorrente de nossa organização sociocultural contemporânea.

Para este efeito, procuramos construir um quadro geral da sociedade contemporânea, e é necessário frisar que, apesar do processo de globalização ter disseminado a cultura ocidental – em especial a estadunidense – pelo globo, a pós-modernidade não é igual em todos os lugares do mundo. Neste aspecto, sem dúvida nossa análise constitui um esboço que carece de estudos mais aprofundados, particularmente se considerarmos o contexto brasileiro e suas especificidades.

Adicionalmente, as observações a respeito das tendências aqui descritas deve ser

relativizadas também para contemplar a subjetividade de cada um e a forma como a pessoa se relaciona com as influências do mundo e é por elas afetada; entretanto, dado que sujeito se faz *no-mundo*, não há como dissociar sua subjetividade das condições nas quais ele existe.

Consequentemente, não há como dissociar seu sofrimento da situação em que está inserido.

Assim, a depressão e a ansiedade não devem ser percebidas apenas como maneiras do sujeito funcionar como se esse existisse no vazio, e sim pensadas em relação com as circunstâncias, migrando de uma causalidade individual e da responsabilização do sujeito por seu “adoecimento” para um panorama de possibilidades e tendências regidos pelas configurações sociais, e que devem levar em conta essas configurações e seu impacto na existência ao pensar um plano de tratamento.

Resgatemos agora o que observamos a respeito dessas modalidades de sofrimento de acordo com os critérios diagnósticos do DSM-V (APA, 2013) e CID-10 (WHO, 2004), em conexão com o entendimento de que os sintomas são uma forma do corpo comunicar que algo não está bem.

Uma característica marcante tanto da depressão quanto da ansiedade é a dificuldade em produzir da mesma forma que antes, ou seja, parece haver uma paralização do indivíduo. Na depressão, ela opera uma languidez do corpo, como se faltasse energia para continuar; na ansiedade, acelera os movimentos e há um estado de se preparar constantemente para reagir a possíveis ameaças, tirando a concentração do indivíduo no *aqui-agora* e voltando-a para a preocupação com um futuro que é incerto. Tendo em vista o que conhecemos a respeito da temporalidade e da exigência de produtividade na era pós-moderna, é interessante perceber que os principais “transtornos mentais” agem justamente no sentido de alterar o tempo do sujeito e interferir nessa produtividade.

A seguir, podemos ressaltar os pensamentos associados a essas duas modalidades de sofrimento e como eles se relacionam com os discursos vigentes na contemporaneidade: a

depressão, por exemplo, vem associada a sentimentos de inutilidade e culpa, o que parece fazer todo o sentido tendo em vista a lógica de mercantilizar o valor do indivíduo, assim como as ideias de meritocracia que acompanham tal raciocínio. Por sua vez, a ansiedade parece ser um estado de estar sempre pronto para reagir a uma incerteza do futuro, o que evoca a situação de fluidez constante, falta de instituições sólidas e mudanças aceleradas da pós-modernidade, que muitas vezes culminam na precarização dos modos de vida.

Além disso, há a questão do vazio existencial, presente nas mais diversas demandas clínicas, mas principalmente na depressão: o indivíduo relata sentir-se esvaziado, sem sentido e propósito, com dificuldade de vislumbrar um futuro e fazer planos para sua chegada. Essa sensação remete diretamente ao caldo cultural pós-moderno, tendo em vista que nossa época é chamada de “era do vazio” (Bauman, 1998). Desta forma, não podemos pensar na dificuldade do sujeito em produzir seu próprio sentido sem considerar que as articulações sociais direcionam para uma ausência de significados profundos, a fim de estimular o consumo de produtos e modas passageiras.

Chama atenção também a forma de se relacionar: tanto na ansiedade quanto na depressão, os laços sociais são afetados. Na última, há uma dificuldade de se doar e de fazer a manutenção dos vínculos, a sensação de que as pessoas não se importam e o desejo por se isolar, porém acompanhado pela necessidade de ser cuidado. Já na ansiedade, os indivíduos podem experimentar angústia com a ideia de obrigações sociais, desconforto em se sentirem observados, medo do olhar e da percepção (julgamento) dos outros. Esses sentimentos evocam as formas de se relacionar da nossa época, os desafios de se conectar, a super exposição e o desejo de receber cuidado e afeto sem estar disposto (ou conseguir) arcar com as responsabilidades e o custo deste afeto.

Desta forma, o sintoma aparece como potencial comunicador e mesmo de resistência às tendências da situação atual, convidando o sujeito a repensar seu modo de existir *no*

mundo. Não propomos aqui traçar uma relação de causalidade, e sim levantar articulações entre o funcionamento social e a forma como o sofrimento se manifesta, defendendo a posição de que este sofrimento não se faz no vazio e não se desenvolve de maneiras específicas por acaso.

Consequentemente, não pretendemos afirmar que a função do sintoma é uma espécie de protesto do corpo a determinadas condições de existência (apesar de ser uma hipótese interessante a ser mais amplamente investigada); entretanto, consideramos que o sintoma pode ser utilizado para acessar os incômodos do sujeito com sua situação e promover elaborações a respeito disso.

Existência Autêntica como Dimensão (Clínica) de Cuidado

Tendo em vista as análises realizadas e a percepção da fenomenologia em relação ao papel da angústia na vida dos sujeitos, propomos pensar no papel da autenticidade em meio a este panorama social e principalmente no caso dos indivíduos em sofrimento do tipo depressivo ou ansioso. Esperamos que neste ponto esteja clara a necessidade de envolver o sujeito em qualquer estudo a respeito da subjetividade, assim como a indissociabilidade do que é o sujeito de sua relação *no-mundo*.

Nesta seção, resgataremos o conceito de existência autêntica e inautêntica em contraste com a situação pós moderna, ou seja, convidamos o leitor a questionar, dadas as condições de existência atuais, qual espaço há para o ser humano desenvolver uma existência plena de significado e autenticidade.

Desta forma, convém ressaltar o papel da angústia para uma existência autêntica e repleta de significado, uma vez que é através dela que o sujeito pode ser mobilizado no sentido de questionar sua realidade, seu papel no mundo enquanto indivíduo livre para realizar escolhas, e sua responsabilidade por estas. Na perspectiva de Sartre (1943/2007) e Heidegger (1927/2018), é partindo da angústia que o indivíduo se constitui de forma plena e

implicada *no-mundo*. Por conseguinte, acessar e trabalhar essa angústia é fundamental para a constituição de uma existência autêntica. E como visto anteriormente, no caso de pacientes em sofrimento, o sintoma pode ser utilizado como ponto de partida para acessar a angústia.

Tomando como exemplo as modalidades de sofrimento de interesse do nosso trabalho, é possível melhor evidenciar a relação entre sintoma, sofrimento como parte da vida, sofrimento paralisante e a angústia em seu papel fundamental. Em um indivíduo que sofre de ansiedade e/ou depressão, os sintomas operam como agente comunicador de que algo não está bem. Associados a esses sintomas, existem gatilhos e pensamentos que podem ser utilizados como pistas para definir esse *algo*, ou seja, para delimitar de que forma a angústia está operando na existência daquela pessoa. *Per si*, a angústia é parte da vida, pois estamos todos sujeitos a perdas, frustrações e à finitude da morte. Entretanto, a forma de acessá-la (ou a reprimir) que diferencia o sofrimento como solo de produção de sentido, em harmonia com a noção de existência autêntica (Sartre, 1943/2007; Heidegger, 1927/2018), do sofrimento paralisante e com potencial destrutivo.

Partindo desta concepção e articulando com o que conhecemos sobre o funcionamento sociocultural pós-moderno, já nos deparamos com o primeiro grande desafio à busca pela autenticidade: não há muito lugar em nossa sociedade para a angústia e inquietação existencial. O *zeitgeist* hedonista impulsiona a busca pelo prazer com o mínimo possível de esforço, contribuindo para uma desconexão do sujeito com certas dimensões da vivência humana que são encaradas como negativas, e, portanto, algo a ser silenciado, em geral por meio da aquisição de algum produto.

Desta forma, o sujeito pós-moderno teme a angústia, e diante dela sua resposta tende a ser a paralisia ou a busca por erradicar o incômodo – no que é auxiliado por diversos medicamentos e práticas que promovem uma concepção de saúde que não contempla o sofrimento como parte necessária da vivência humana. Porém, se a angústia é suprimida, o

mesmo ocorre com seu potencial mobilizador, e conseqüentemente com as produções que poderiam ser elaboradas a partir dela, incluindo a autenticidade.

Apenas por este motivo já poderíamos especular que a pós-modernidade é um solo árido para o desenvolvimento de uma existência autêntica; em adição, devemos considerar a fluidez da época e o impacto que as mudanças têm sobre a capacidade do indivíduo de pensar as coisas a longo prazo e tecer elaborações (Harvey, 1989/2017; Bauman, 1998), de tal forma que parece mais difícil realizar reflexões filosóficas e existenciais em um mundo em constante mudança e que carece de referências fixas.

Para além disso, a questão da temporalidade acelerada e a desconexão com o corpo enquanto parte integrante do ser também são fatores que dificultam uma existência que tenha um tempo próprio e esteja integrada em suas dimensões de psique, corpo e espírito enquanto constituintes desse ser autêntico. Por fim, podemos citar também a questão da cultura da descartabilidade, a dificuldade em se comprometer e necessidade de que o indivíduo seja flexível, fatores que podem influenciar negativamente o processo de se construir enquanto sujeito autêntico, uma vez que a autenticidade parece requerer uma identidade sólida.

Dadas essas circunstâncias, defendemos que resgatar a angústia enquanto fator mobilizador do sujeito, trabalhar a temporalidade, a conexão com o corpo e instrumentalizar a pessoa a se responsabilizar pela existência e a produzir o próprio sentido de vida através da reflexão quanto às suas escolhas são formas essenciais de cuidar de sujeitos que estão perdidos e sofrem com isso. Ou seja, as condições da sociedade atual não parecem favorecer o desenvolvimento da autenticidade, mas na clínica fenomenológica podemos fazer um trabalho de subversão desta tendência.

É nesse sentido que o conceito de existência autêntica pode ser apropriado enquanto dimensão clínica de cuidado, fundamentando um plano terapêutico que busque:

1. Reconhecer a influência da *situação*, promovendo um questionamento filosófico do

mundo, de forma a dissociar o sofrimento da noção de doença e da causalidade exclusivamente no âmbito individual;

2. Instrumentalizar o sujeito para se responsabilizar por suas escolhas diante da situação na qual está inserido;

3. Acessar e trabalhar a angústia em seu potencial mobilizador a fim de promover a busca pela autenticidade e por uma existência plena de sentidos de elaboração própria do paciente.

Desta forma, visamos que o entendimento e acolhimento clínico do sujeito que sofre possa ser realizado no sentido de promover qualidade de vida e de confrontar a angústia como dimensão essencial do ser, e principalmente de promover autonomia para que o indivíduo se construa enquanto pessoa e se implique no processo de pensar a própria existência e subjetividade, desenvolvendo recursos para um desenvolvimento pleno do indivíduo em *situação* de sujeito pós-moderno.

Considerações Finais

A ansiedade e a depressão são consideradas uma questão de saúde pública, devido a seu impacto na vida de milhões de indivíduos e ao alto custo econômico e social associado a esses fenômenos (WHO, 2017). Partindo do pressuposto de que os sintomas não se produzem no vazio, havendo ampla influência das organizações socioculturais na forma como os indivíduos se subjetivam (Foucault, 1963/1977; Tavares, 2010; Watters, 2010; Dantas, Sá & Carreiro, 2009), este trabalho procurou investigar as principais características da sociedade contemporânea e a maneira com que estas se relacionam com as modalidades de sofrimento do tipo depressivo e ansioso.

Partimos da concepção fenomenológica de sujeito que existe *no-mundo*, ou seja, se constrói como indivíduo a partir de sua relação com o mundo no qual se encontra, espaço tecido pelo conjunto de *situações* (Sartre, 1943/2007) que compõe o pano da realidade. Adotamos também uma perspectiva fenomenológica do sofrimento, compreendendo-o como algo que é parte fundamental da vivência humana, e como tal rico de potencialidades, cabendo a cada sujeito produzir sentido sobre suas angústias e implicar-se em sua própria vivência, a fim de produzir uma existência plena de autenticidade (Heidegger, 1927/2018; Sartre, 1943/2007).

O caminho a ser percorrido na investigação de nosso problema foi dividido em três etapas. Primeiramente, procuramos definir as principais características da pós-modernidade. Este processo não foi isento de dificuldades, tendo em vista o desafio de se traçar um panorama de uma época na qual o próprio sujeito-pesquisador está inserido (Bauman, 1998; Harvey, 1989/2017), assim como o equilíbrio delicado de expor a perspectiva de grandes nomes da área (Bauman, 1998, 2001, 2004; Harvey, 1989/2017, Lipovetsky & Charles, 2004/2018) sem filiar-se a uma teoria específica, e sim procurando esboçar um quadro geral de nossas configurações sociais contemporâneas.

Em segundo lugar, nos lançamos à tarefa de apresentar a perspectiva fenomenológica do sujeito (Alles-Belo, 2006; Heidegger, 1927/2018; Sartre, 1943/2007) e seu impacto na compreensão clínica e teórica dos fenômenos de sofrimento psíquico; paralelamente, buscamos apresentar o método fenomenológico como ferramenta de investigação e esmiuçar o conceito de existência autêntica e seus desdobramentos no estudo da angústia e do sofrimento humano.

Por fim, foi realizada uma aplicação do método fenomenológico sobre os critérios diagnósticos de depressão e ansiedade do DSM-V e CID-10, a partir dos quais tecemos considerações relacionando os sintomas – compreendidos como modalidades de expressão de angústia – e as características da organização social pós-moderna. Este processo evidenciou paralelos entre as condições do mundo contemporâneo e a forma como as pessoas sofrem, corroborando a hipótese inicial de que há algo no modo de vida pós-moderno que contribui para o desenvolvimento da depressão e da ansiedade. Este *algo* foi identificado durante o desenvolvimento do trabalho como uma série de condições da organização social contemporânea que caminham na contramão da existência autêntica, ou seja, que nossa sociedade acabou por tornar-se facilitadora de uma vivência alienada de si.

A partir dessas reflexões, apresentamos a noção de existência autêntica como dimensão clínica de cuidado, isto é, considerando a necessidade de se pensar na clínica como espaço de construção de subjetividade que respeite o tempo do sujeito, resgate o potencial mobilizador da angústia e facilite a responsabilização do sujeito por sua própria existência e pela produção de sentidos.

Neste ponto, convém realizar uma breve reflexão a respeito do papel social e político da clínica. Como é sabido, as raízes da Psicologia associam irremediavelmente nossa ciência com uma tradição mantenedora do *status quo*, tendo sua gênese imbricada em formações discursivas que remetem à dicotomias como *mente e corpo*, *normal e patológico*, entre outras

que estão veiculadas a um movimento de controle biopolítico (Foucault, 1972/1978; Foucault, 1963/1977), além de ter sido frequentemente permeada por discursos racistas e sexistas e de frequentemente ter sido utilizada como ferramenta de controle social (Chambers, 2013; Suman, 2017).

Que o nosso berço enquanto ciência é burguês e elitizado é um fato histórico. O rumo para o qual a Psicologia se dirige, entretanto, é um caminho tecido por uma infinidade de fios compostos pela prática de cada clínico, cada pesquisador, cada psicólogo. Como aponta Foucault (1963/1977), é impossível produzir conhecimento no vazio, pois toda teoria é produto de determinadas formações discursivas em voga na época de sua gênese; ignorar nossas origens, portanto, é correr o risco de corroborar com a tradição, não por escolha consciente, mas por falta de reflexão crítica.

Assim, em todas as áreas é necessário que se tenha consciência de quais discursos estão sendo corroborados pela prática profissional. Na Psicologia, tal reflexão é duplamente importante, tendo em vista os discursos que permeiam nossa origem enquanto ciência. Na clínica, essa importância cresce exponencialmente, considerando a responsabilidade indissociável do lugar do psicólogo enquanto agente facilitador de produção de subjetividade. Nas palavras de Ribeiro (2013):

A psicoterapia convive com um tríplice modelo de valores: os do cliente, os do psicoterapeuta e os da sociedade em que ele vive. Por mais isento que o psicoterapeuta seja, por mais que ele se coloque entre parênteses, assumindo uma postura de total neutralidade diante da problemática do cliente, ele sofre a angústia da neutralidade e da observação de uma ética sem a qual nenhuma forma de psicoterapia seria viável. (p.230)

Desta forma, podemos afirmar que toda clínica é política, independente do profissional se perceber ou não como parte desse movimento. Não há possibilidade de ser apolítico

quando a própria subjetividade é construída a partir das condições de um mundo que é politizado. É necessário termos essa consciência em nossa prática, considerando a clínica também como um espaço de psicoeducação, no sentido de ajudar o indivíduo a se perceber como afetado pelas configurações sociais e a ressignificar o sofrimento como parte da experiência humana, e sempre considerando os desdobramentos práticos de cada filiação epistemológica.

Estendendo estas reflexões ao nosso tema de interesse – os ditos “transtornos mentais comuns” – torna-se evidente a necessidade de maiores investigações das características sociais e dos modos de relação pós-modernos como possíveis fatores de risco para o bem-estar psíquico dos indivíduos. Assim, acreditamos que a discussão seria enriquecida por mais estudos na área. Paralelamente, os achados deste trabalho sugerem a importância de se questionar, no âmbito clínico, os usos irrefletidos de métodos tradicionais de tratamento, os discursos meritocratas e de positividade exacerbada, e, sobretudo, a responsabilidade clínica de evitar a armadilha de atribuir aos sujeitos a responsabilidade por algo que pode ter suas origens na própria estruturação social.

Neste sentido, nossa opção por compreender o sujeito em suas múltiplas dimensões de psique, corpo e espírito, como um ser-no-mundo e afetado pelas configurações sociais, em harmonia com a epistemologia fenomenológica, foi uma escolha política. Procuramos manter essa perspectiva no decorrer de todo o trabalho; não poderia, portanto, ser diferente ao final de nossa caminhada. Assim, ao identificar na contemporaneidade uma tendência social à alienação de si, passamos a concluir a necessidade de pensar a clínica enquanto espaço de desconstrução e ressignificação dessa tendência, a fim de facilitar aos indivíduos se implicarem em suas decisões e produzirem uma existência plena de sentido, em oposição ao fenômeno de terceirização do sentido observado no capítulo 3.

Desta forma, finalizamos as reflexões aqui realizadas com um convite a problematizar

no espaço clínico a noção de responsabilidade exclusivamente individual do sujeito pelo seu estado de sofrimento, a pensar nas influências do meio e das relações na formação da subjetividade, e a adotar um olhar holístico que busque compreender o humano em todas suas dimensões, sendo a clínica rica de possibilidades para se pensar também o corpo, o espírito, as conexões e a política.

Souza (1962/2003) apresenta, em sua obra *Sobre a Construção do Sentido*, uma visão do *filosofar*, em seu sentido mais pleno, como a busca por compreender ou criar sentidos para a aventura humana do viver, ou seja, como um indagar de si e da realidade com propósito de entender a existência, sobretudo nos momentos de crise. Seguindo esta perspectiva, convidamos a um pensar clínico que caminhe na direção do resgate da filosofia em sua forma mais pura de admirar-se com o mundo, em um movimento de desformalização da prática tradicional e de buscar promover inquietações, a partir das quais o sujeito ressignifique sua angústia de fenômeno paralisante para solo fértil de produção de significado, implicando-se ativamente no processo humano de fazer-se pessoa.

Referências

- Ales-Bello, A. (2006). *Introdução à Fenomenologia*. Edusc.
- American Psychiatric Association, APA. (2013). *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders, Fifth Edition (DSM-V)*. American Psychiatric Association.
- Barros, W. (2010). Sobre a autenticidade na filosofia de Sartre. *Argumentos*, 2 (3), 178-186.
- Bauman, Z. (1998). *O Mal-Estar da Pós-Modernidade*. Zahar.
- Bauman, Z. (2001). *Modernidade Líquida*. Zahar. Bauman, Z. (2004). *Amor Líquido*. Zahar.
- Bauman, Z. (2011). Zigmund Bauman comenta episódio marcante do início da pós-modernidade [Entrevista]. Fronteiras do Pensamento [canal do Youtube].
- Berman, M. (1982/1988). *All That is Solid Melts Into Air: the Experience of Modernity*. Penguin Books.
- Boris, G. D., & Carneiro, S. V. (2018). *A Patologização do Luto no DSM: Uma Análise Sartreana*. Trabalho apresentado em Proceedings of International conference on philosophy, psychiatry and psychology. Disponível em: <https://proceedings.science/inpp/trabalhos/a-patologizacao-do-luto-no-dsm-uma-analise-sartreana?lang=pt-br>. Acesso em: 02 set. 2020.
- Chambers, C. (2013, 5 de novembro). The dark side os psychology in abuse and interrogation. *The Guardian*. Disponível em <https://www.theguardian.com/science/2013/nov/05/the-dark-side-of-psychology-in-abuse-and-interrogation>
- Costa, I. I. (2014). *Sufrimento Humano, Crise Psíquica e Cuidado: Dimensões do Sofrimento e do Cuidado Humano na Contemporaneidade*. Editora UnB.
- Dalgarrondo, P. (2019). *Psicopatologia e Semiologia dos Transtornos Mentais*. Artmed.
- Dantas, J. B., Sá, R. N. & Carreteiro, T. C. (2009). A patologização da angústia no mundo contemporâneo. *Arquivos Brasileiros de Psicologia*, 61 (2), 1-9.
- Dentz, R. A. (2008). Corporeidade e subjetividade em Merleau-Ponty. *Intuitio*, 1 (2), 296-

307.

- Foucault, M. (1975/2014). *Vigiar e Punir*. Vozes.
- Foucault, M. (1972/1978). *História da Loucura na Idade Clássica*. Perspectiva.
- Foucault, M. (1963/1977). *O Nascimento da Clínica*. Forense Universitária.
- Harvey, D. (1989/2017). *Condição Pós-Moderna*. Edições Loyola.
- Heidegger, M. (1927/2018). *Ser e Tempo*. Vozes.
- Holanda, A. F. (2009). Fenomenologia e Psicologia: diálogos e interlocuções. *Revista da Abordagem Gestáltica*, 15 (2), 87-92.
- Holanda, A. F. (2016). Fenomenologia e Psicologia no Brasil: aspectos históricos. *Estudos de Psicologia de Campinas*, 33 (3), 383-394.
- Josgrilberg, F. (2007). A temporalidade a partir da perspectiva existencial. *Revista da Abordagem Gestáltica*, 13 (1), 63-73.
- Leite, M. B. (2013). Heidegger e o fundamento ontológico do espaço. *Diálogos*, 8, 178-195.
- Lipovestky, G. & Charles, S. (2004/2018). *Os Tempos Hipermodernos*. Edições 70.
- Lorenz-Spreen, P., Mønsted, B. M., Hövel, P. & Lehmann, S. (2019). Accelerating dynamics of collective attention. *Nature Communications*, 10:1759, 1- 9. Doi: <https://doi.org/10.1038/s41467-019-09311-w>
- Lytard, J. F. (1979/1984). *The Postmodern Condition: a report on knowledge*. Unniversity of Minessota Press.
- Merleau-Ponty, M. (1945/1999). *Fenomenologia da Percepção*. Martins Fontes.
- Michel, L.H. & Freitas, J. L. (2019). A clínica do luto e seus critérios diagnósticos: possíveis contribuições de Tatossian. *Psicologia USP*, 30, e180185. Doi: <https://doi.org/10.1590/0103-6564e180185>
- Molina, A. Z., (2007). *Psicopatología Fenomenologica y Existencial*. Digitalia.
- Nunes, E. M. (2018). Wikileaks: o vazamento de informações secretas como forma de contra-

- hegemonia. *Fronteira*, 17 (33), 63-77.
- Osborne, P. (1992). Modernity is a qualitative, not a chronological, category. Em Barker, F., Hulme, P. & Iversen, M. (Ed.). *Postmodernism and the re-reading of modernity*. Pp. 23-46. Manchester University Press.
- Platão. (1983). *O banquete*. Em J. C. Souza (trad.). *Platão, Diálogos*. Abril Cultural. (Coleção Os Pensadores).
- Ribeiro, J. P. (2013). *Psicoterapia: teorias e técnicas psicoterápicas*. Summus.
- Ribeiro, J. P. (2019). *O Ciclo do Contato: temas básicos na abordagem gestáltica*. Summus.
- Roehe, M. V. & Dutra, E. (2014). Dasein, o entendimento de Heidegger sobre o modo de ser humano. *Avances en Psicología Latinoamericana*, 32 (1), 105-113.
- Sartre, J. P. (1943/2007). *Ser e Nada*. Vozes.
- Schneider, D. (2011). *Sartre e a Psicologia Clínica*. Editora UFSC.
- Silva, A. N. (2015). *Homossexualidade: do preconceito aos padrões de consumo*. Caravansarai.
- Souza, R. T. (2003/1962). *Sobre a Construção do Sentido*. Perspectiva.
- Suman, F. (2017). *Institutional Racism in Psychiatry and Clinical Psychology*. Pallgrave MacMillan.
- Tatagiba, L. & Galvão, A. (2019). Os protestos no Brasil em tempos de crise (2011-2016). *Opinião Pública*, 25 (1), 63-96.
- Tavares, L.A. (2010). *A Depressão como “mal-estar” contemporâneo: medicalização e (ex)-sistência do sujeito depressivo*. Editora UNESP.
- Torrey, E. E. (2001). *The invisible plague: the rise of mental illness from 1750 to the present*. Rutgers University Press.
- Vorcaro, A. (2004). Seria a toxicomania um sintoma social?. *Mental*, 2 (3), 61-73.
- Watters, E. (2010). A americanização da doença mental. *Revista Latinoamericana de*

Psicopatologia Fundamental, 13 (1), 102-115.

Whitaker, R. (2005). Anatomy of an epidemic: psychiatric drugs and the astonishing rise of mental illness in America. *Ethical Human Psychology and Psychiatry*, 7 (1), 23-35.

World Health Organization, WHO. (2004). *ICD-10: International Statistical Classification of Diseases and Related Health Problems: tenth revision*. Global Health Organization.

World Health Organization, WHO. (2017). *Depression and Other Common Mental Health Disorders: Global Health Estimates*. Global Health Organization.